

## Výtah z cizojazyčného článku z oblasti integrativní psychoterapie

Richard Hanus, SI, K 13, IV. ročník

### **Stanislav Grof: Stručné dějiny transpersonální psychologie**

Dostupné z <http://www.stanislavgrof.com/page-7/>, jako „Brief History of Transpersonal Psychology“, 1.9.2018

#### **Kořeny vzniku transpersonální psychologie**

Ve druhé polovině 20. století byla americká psychologie zásadně ovlivňována dvěma školami - behaviorismem a freudiánskou analýzou. Vzrůstající nespokojenost s výsledky těchto přístupů vedla k rozvoji tzv. humanistické psychologie. Hlavním mluvčím a reprezentantem se stal velmi známý psycholog Abraham Maslow. Takzvanou První a Druhou sílu (myšleno psychoanalýzu a behaviorismus) podrobil účinné kritice a stanovil limity a zaměření nového směru – humanismu v psychologii a psychoterapii.

Maslowova kritika behaviorismu spočívala v argumentu, že behavioristické směry mohou působit jen v těch oblastech psychiky, které sdílí člověk se zvířaty, na nichž byly prováděny pokusy v oblasti jejich chování, schopnosti učení a přeučení, podmíněných reakcí. Studie krysy a holubů nemohly nabídnout rozkrytí oblasti vyšších kvalit, které z člověka vytvářejí jedinečnou bytost, jako je láska, sebe-vědomí, sebe-utváření, osobní svoboda, morálka, umění, filosofie, náboženství a věda. Behavioristům dále vyčítal jejich odhled od vědomí a introspekce; jejich striktní zaměření na chování.

Psychoanalýzu odmítl pro její zaměření na zkoumání výlučně patologických procesů na rozdíl od možnosti studovat lidskou psychiku jako celek. Rovněž nesouhlasil s tezemi, vysvětlující (patologické) jevy pouze na základě bazálních instinktů.

Maslowem a Sutichem založená Asociace humanistické psychologie nabídla zastřešení pro multidimenzionální spektrum nových terapeutických přístupů působících v oblasti osobnostních, psychosomatických, emocionálních a vztahových problémů.

Mezi zásadní charakteristiky nové školy patřil odklon od verbálních strategií tradiční psychoterapie k umožnění přímého vyjadřování emocí, od rozborů osobní historie klienta a jeho nevědomých motivů k uvědomělému prožívání „tady a teď“. Objevují se postupy umožňující propojení duše s tělem, práci s tělem, vedoucí k celostnímu pohledu na člověka. Vytvářejí se nové terapeutické přístupy jako gestalt, bioenergetika, encounterovské skupiny.

Navzdory popularitě nových přístupů nebyli zakladatelé humanistické školy spokojeni s rámcem, který směru sami vytvořili. Zjistili, že opomíjejí spiritualitu, duchovní dimenzi lidské duše. Renesance zájmu o spiritualitu, objevivší se v 60. letech oživila témata šamanismu, meditace, východních duchovních nauk, mystických tradic a původní přírodní moudrosti.

V roce 1967 v rámci malé pracovní skupiny (mj. Maslow, Sutich, Grof) zabývající se spektry lidské zkušenosti, včetně tzv. „mimořádných stavů vědomí“ byl poprvé formulován termín **transpersonální psychologie**.

## Podstata transpersonální psychologie

Transpersonální psychologie, coby Čtvrtá síla, kritizuje tradiční psychiatrii a nabourává její ustálené koncepty a paradigmaty, odmítající spiritualitu a náboženství. Provedenými výzkumy odpovídá na otázky, pro které nemá tradiční vědecko-materialistické paradigma adekvátní vysvětlení.

Nahlížení na psychiku je v industriálním světě zatíženo dvěma zásadními předpojatostmi: etnocentrismem a kognicentristickým (lépe řečeno „pragmacentristickým“). Etnocentrismem rozumíme nadřazenost západní materialistické vědy a jejího newtonovsko-karteziánského paradigmatu nad ostatními podobami lidské společnosti v jiných částech světa a v jiných dobách lidské existence. Primární je hmota; život, vědomí a inteligence jsou od hmoty odvislé jako její vedlejší produkty. Spiritualita je definovaná jako ignorace vědeckých faktů, pověřivost, primitivní magické myšlení. Na mimořádné stavy vědomí je nahlíženo jako na patologie, kterým je přiřazována adekvátní diagnóza. Spirituální projevy kolektivního nevědomí a archetypálních figur jsou vnímány jako patologické procesy lidského mozku. Dokud bude na spiritualitu pohlíženo jako na patologii, bude ve společnosti pokračovat sebezbožná tendence, ohrožující život na planetě jako celek. Nenasatná chamtivost a zbožná agrese kriticky ohrožuje životní prostředí i existenci lidstva samotného (nukleární hrozba, chemické zplodiny, zneužívání vědeckých objevů k vývoji zbraní hromadného ničení, vojenské invaze, genocidy atd.)

Pragmacentrická předpojatost se vyhýbá či desinterpretuje poznatky z oblasti mimořádných stavů vědomí, které vnímá jako ohrožení pro samotné vědecké paradigma. Veškeré zkušenosti a pozorování jsou zaměřovány na běžné stavy vědomí, zatímco mimořádné stavy vědomí jsou ignorovány a zpochybňovány jako oblasti zájmu esoterických pavěd. Na černé listině moni-materialistického světového názoru se tak ocitají nejen výzkumy a pozorování psychedelické zkušenosti, ale i práce s psychospirituálními krizí, výzkumy meditací, antropologické studie a thanatologie. Data z těchto výzkumů boří zavedené vědecké paradigma a jako taková jsou zpochybňována a tradiční vědou ignorována pro zásadní nekompatibilitu se stávajícím vůdčím paradigmatem.

## Atributy transpersonální psychologie

### Mimořádné stavy vědomí.

Tradiční psychiatrie preferuje termín „změněné stavy vědomí“, protože jen běžné stavy vědomí považuje za normální, a cokoli se této normě vymyká, je označeno jako patologické. Přitom mimořádné stavy vědomí nemají nic společného s organickými psychózami či delirií, které charakterizuje dezorientace a desintegrace psychiky. Mimořádné stavy vědomí se výrazně odlišují, představujíce velice cenný zdroj informací o lidské psychice, přičemž přinášejí neocenitelný terapeutický a transformační potenciál. Lze hovořit o tzv. „holotropních stavech“ (*holos – celek, trepein- směřovat k něčemu*), tedy „směřujících k celistvosti“. Zatímco v běžném stavu vědomí se ztotožňujeme pouze se zlomkem toho, čím skutečně jsme, v holotropních stavech jsme schopni překonat úzké hranice svého těla a ega

a uvědomit si svou pravou a úplnou totožnost. Dochází ke kvalitativní, hluboké a fundamentální změně vědomí, které však není hrubě porušeno. Intelekt není narušen, ale funguje způsobem, který se významně liší od běžného režimu. Můžeme prožívat zážitky psychické smrti a znovuzrození, širokou šíří transpersonálních jevů jako je ztotožnění s jinými lidmi, Bohem, přírodou a vesmírem.

### **Rozšířená mapa psýché**

V transpersonálním pojetí se rozšiřují oblasti zkoumání lidské psychiky. Tradiční přístupy pracují pouze s postnatální biografií a individuálním nevědomím.

Mapu psychiky je však nutné rozšířit o další dvě oblasti, a to peri/prenatální a transpersonální.

V holotropních stavech vědomí se objevují zažívané výjevy z života plodu v děloze a z období porodu, který vedle fyzické smrti představuje největší trauma v životě člověka; dochází při něm nejen k velmi nepříjemnému zážitku vypuzení organismu z chráněného prostředí dělohy ven, ale i o přeměnu bytosti v samých základech z vodního na suchozemský organismus. Dochází k smrti a znovuzrození jako paralele smrti a znovuzrození ega, cestě k transformaci. Výzkumy a pozorování holotropních stavů dokazují přítomnost vědomí plodu a schopnosti vnímat zážitek těhotenství a porodu. Byly postulovány teorie systému kondenzovaných zážitků a bazálních perinatálních matric, s jejichž pomocí je možné účinně terapeuticky pracovat s traumaty tohoto období, která ovlivňují psychiku dospělého člověka.

Transpersonální oblast lidské psychiky překračuje osobní hranice. Dochází k překročení osobních prostorových hranic. V normálním osobnostním stavu se vnímáme jako newtonovské objekty, existující v prostoru („*skin encapsuled ego*“ - „ego zapouzdřené v pokožce“). Transpersonální zážitky můžeme rozdělit do třech velkých skupin:

- zážitkové rozšíření vědomí v rámci běžné skutečnosti a časoprostoru (zážitky duální jednoty, ztotožnění s jinými osobami, zvířaty, planetární vědomí; zážitky z období zárodku a plodu, rasové a kolektivní zážitky, zážitky z minulých inkarnací; zúžení vědomí, pohled do vlastního těla
- zážitkové překročení hranic běžné skutečnosti a časoprostoru (setkání s duchovními vůdci a nadlidskými bytostmi, spiritistické a mediální zážitky, zážitky mytologických a pohádkových scén, univerzálních archetypů, kosmického vědomí atd.)
- zážitky psychoidní povahy (synchronicitní spojení mezi vědomím a hmotou, spontánní psychokineze, záměrná psychokineze (čarodějnictví, magie, léčitelství, laboratorní psychokineze)

### **Spiritualita**

Transpersonální psychologie koriguje etnocentrickou a kognicentrickou předpojatost pomocí rozpoznávání přirozené a původní podstaty spirituality v hodnotě transpersonálních zážitků.

V rámci moderních výzkumů vědomí je zpochybněna patologizace spirituality, charakteristická pro monistický materialismus. V holotropních stavech, spirituálních dimenzích reality, můžeme prožívat způsobem, který je stejně přesvědčivý jako prožívání každodenní běžné skutečnosti, ne-li více. Pečlivé výzkumy vědomí dokazují, že transpersonální zážitky nejsou projevem patologie mozku, ale jsou ontologicky reálné.

Spirituální zážitky se projevují ve dvou formách. První je **imanentní božství**, přítomno uvnitř nás. Vnímání je jemně, ale hluboce transformováno od každodenní reality. Osoby, zvířata, rostliny i neživá hmota jsou vnímány jako zářivý projev kosmické tvořivé energie. Je vnímána nehmotná součást fyzického světa, kdy zjišťujeme, že hranice mezi fyzickými objekty jsou iluzivní. Numinózní povaha těchto zážitků odpovídá Spinozově pojmu „*deus sive natura*“, Bůh v přírodě.

**Transcendentní božství** jako druhá forma spirituality umožňuje vnímání archetypálních bytostí a říší jiných realit, které jsou nedostupné ve stavech běžného vědomí. V tomto typu spirituálního zážitku jsou zcela nové prvky a entity „vysvětleny a rozvinuty“ na jiné úrovni či řádu reality.

### **Nové paradigma vědy**

Jak již bylo uvedeno, etnocentricky zaměřená západní civilizace zaslepeně klade vlastní světonázor nad zkušenost danou z jiných historických období či oblastí Země, což ospravedlňuje evolučním vývojem, dokázaným materiální a mocenskou převahou Západu nad zbytkem světa a prosazovanou materialisticky-racionální, vědeckou podstatou jevů, která vyvrátila primitivní světonázory minulých epoch. Toto paradigma, pocházející ze 17. století, se jeví být však překonáno.

Transpersonální psychologie, narážející na odmítání rigidními monimaterialisty však zdánlivě paradoxně nachází účinnou podporu v moderní vědě.

Nejpevnější oporu překvapivě nalzáme v kvantové a relativní fyzice, vědeckém odvětví, zabývajícím se vlastnostmi nejmenších částic (kvantum znamená nejmenší možnou částici, podílející se na interakci). V uvažování a výzkumech významných kvantových fyziků vidíme, že Bůh a duchovní aspekty znovu nacházejí přístup do fyziky. Takzvaná „hmota“ nebo „hmotná substance“ totiž podle nejnovějších poznatků kvantových fyziků vůbec neexistuje. Existuje pouze energie. Tím byla západnímu člověku a západní materialistické společnosti takřkajíc „vzata půda pod nohama“.

Kvantové fenomény jsou pro naše myšlení nepochopitelné. Zajímavé je, že v některých ohledech jsou vhodné pro popis duchovního, neviditelného aspektu existence. Pokud hmota neexistuje, pak svět, který vnímáme našimi smyslovými orgány, je iluze. Nevědoucí člověk je svými smysly v této iluzi zajat. Spirituálním náhledem můžeme tuto iluzi prohlédnout a být schopni najít skutečný, pravý svět.

Práce kvantového fyzika Davida Bohma, zabývajícím se teorií holopohybu, Sheldrakeova teorie morfogenetických polí či Pribramův holografický model mozku dokazují existenci vědomí jako základního rysu fenoménů. Hmota je jen odvozenou abstrakcí. Všestranný vědec, systémový teoretik a filosof Ervin Lászlo dokázal do kvantově fyzikálních teorií integrovat transpersonální pojetí vědomí.

### **Závěr**

Je velmi vzrušující vnímat, že všechno nové, revoluční, co přináší současná věda, na rozdíl od newtonovsko-karteziánského myšlení a monistického materialismu sedmnáctého století, je kompatibilní s premisami transpersonální psychologie.

V důsledku koncepčních průlomů v řadě vědeckých disciplín je stále pravděpodobnější, že transpersonální psychologie bude v budoucnu akceptovaná akademickými kruhy a stane se součástí radikálně nového vědeckého pohledu na svět. Tak jako vědecký pokrok narušuje zastaralá materialistická paradigmatata, můžeme i v oblasti zkoumání psýché a vědomí objevovat zcela nové, komplexní porozumění člověku, přírodě a vesmíru, v němž žijeme. Nové paradigma bude schopno smířit vědu s experimentálně založenou spiritualitou a nedominační, univerzální a všeobjímající filosofií a vytvářet syntézu moderních věd a starověké moudrosti.