

Wstęp do pracy magisterskiej

Małgorzata Sieradzka

"Ciało uznane. Integracja ciała i umysłu jako ogniwo konieczne procesu rozwoju duchowego w filozofii Kena Wilbera". (Praca magisterska z filozofii, obroniona na UAM w Poznaniu w 2008 r.)

Wstęp

Temat, którym pragnę się zająć w niniejszej pracy dotyczy roli natury w procesie rozwoju duchowego w oparciu o filozofię Kena Wilbera. Na samym początku pragnę wyjaśnić, iż nierzadko stosuję zamiennie pojęcia „ciała”, „natury” oraz „biosfery”, rozumiejąc pod tymi terminami zmienny, impulsywny oraz śmiertelny aspekt życia. Pod pojęciem „umysłu” rozumiem „myślenie”, „rozum”, „intelekt”, „ego”, „noosferę”, a więc racjonalny oraz niezmienny porządek świata myśli. Pod pojęciem „self” natomiast – tożsamość, poczucie „ja”. Self nie jest tożsame z ego. Ego – myślące ja, jest jednym z wielu momentów w podróży, jaką odbywa self. Integracja ciała i umysłu oznacza uznanie ciała przez umysł jako wartościowego „partnera w dyskusji”, którego komunikaty posiadają wartość poznawczą. Rozwój duchowy natomiast oznacza podporządkowanie życia jednostkowego lub zbiorowego mistycznej prawdzie o istnieniu Ducha.

Według Wilbera Kosmos ewoluuje. Ewolucja Kosmosu jest ewolucją Ducha. Człowiek, kultura, systemy społeczne są manifestacją Ducha dążącego do samoświadomości. Dualizm umysłu i ciała jest naturalnym zjawiskiem w procesie rozwoju, ale może stać się patologią, polegającą na odmowie jakiegokolwiek wartości poznawczej ciała. Według Wilbera zachodnia kultura jest kulturą wyrosłą na owej patologii – omnipotentny, pragnący nieśmiertelności umysł kontra śmiertelne, nieokielznane ciało. Religią owego wszechmocnego umysłu stała się wczesna mityczna forma chrześcijaństwa, pogłębiająca dysocjację cielesno – umysłową, co wykażę za pomocą teorii Campbella. Zgodnie z koncepcją Wilbera kultura i jednostka wpływają na siebie nawzajem: kultura kształtuje świadomość większości jednostek oraz przeważający ilościowo światopogląd jednostek kształtuje kulturę. Patologiczne odrzucenie natury przez umysł w kulturze jest tym samym patologicznym odrzuceniem ciała w rozwoju indywidualnym i na odwrót. Pragnę wykazać, że w konsekwencji oddzielenia natury i umysłu, dzięki której umysł rozwinął swoje omnipotentne ambicje, cywilizacja zachodnia straciła Ducha i stała się pozbawioną głębi „płaską ziemią” oddzieloną zarówno od korzeni jak i od świadomości transpersonalnej. Według Wilbera obecnie znajdujemy się na etapie, kiedy po wiekach ucisku, natura domaga się uznania i przywrócenia jej właściwej funkcji w kulturze oraz życiu indywidualnym każdego człowieka. Zgodnie z jego koncepcją integracja ciała i umysłu jest kolejnym krokiem w procesie rozwoju duchowego. Uznanie wartości natury przez umysł jest jego samoograniczeniem na rzecz innej, większej rzeczywistości.

Zagadnienie relacji ciała i umysłu – szczególnie w kontekście rozwoju duchowego wydaje mi się niezwykle interesujące. Moim zdaniem w zachodniej mentalności występuje bardzo wyraźny rozdział nie tylko pomiędzy ciałem i umysłem, ale pomiędzy Bogiem a ciałem. Boskość i rozwój duchowy w wyobrażeniu większości z nas nie ma nic wspólnego z cielesnością. Ciało zdaje się

być wręcz przeszkodą na drodze do Królestwa Niebieskiego. Ale czy rzeczywiście tak jest? Według mistyków i Wilbera wszystko, co istnieje we wszechświecie jest manifestacją Ducha, Boga, zatem ciało i natura także.

Pierwsza część poświęcona jest wprowadzeniu w myśl Wilbera. Trzonem jego filozofii jest Wielki Łańcuch Istnienia, który według filozofów wieczystych stanowi mistyczne serce wszystkich religii świata. Jest to koncepcja według której rzeczywistość składa się z wielu poziomów: od materii, przez ciało, umysł, duszę do Ducha, przy czym Duch zawiera wszystkie wcześniejsze poziomy, a co za tym idzie przenika wszystko, co istnieje. Rozwój duchowy to wznoszenie się wzdłuż Wielkiego Łańcucha Istnienia. Najwyższy cel i najwyższe szczęście człowieka to urzeczywistnienie Ducha, odnalezienie Pierwotnej Tożsamości. Procesem rozwoju duchowego zajmuje się psychologia transpersonalna, próbując opisać wyższe stany świadomości. Wilber jako psycholog transpersonalny różni się od innych transpersonalistów tym, że nie uznaje stanu niemowlęcego za stan jedności z Bogiem. Uważa, że jest to tzw. romantyczna regresja. Odkrył, iż rzeczywiście w świadomości niemowlęcej nie istnieje podmiot i przedmiot, lecz nie dlatego, że jest to stan jedności z Bogiem - Raj, ale dlatego, że świadomość niemowlaka nie wykształciła jeszcze podmiotu, self i w świecie niemowlęcym istnieje jedynie przedmiot. Prawdziwa mistyczna Jednia to przekroczenie przedmiotu i podmiotu. Zatem najpierw musi się wykształcić podmiot, aby można go było przekroczyć. Na skutek mozolnego wspinania się po drabinie świadomości, jednostka zyskuje tożsamość, poczucie „ja” i osiąga poziom personalny, a jeśli ma „szczęście” także poziom transpersonalny, czyli wyższe poziomy świadomości, których jest według Wilbera cztery i to jest także jego wielki wkład w dziedzinę psychologii transpersonalnej: wyodrębnienie z wielkich systemów religijnych i mistycznych tradycji poziomów doświadczenia transpersonalnego.

W Wielki Łańcuch istnienia wpisany jest czteroćwiartkowy model rzeczywistości, co oznacza, że dotyczy on rozwoju Ducha w jego subiektywnych i obiektywnych formach. Stanowi on fundament dla Integralnej Teorii Wszystkiego, którą Wilber pragnie stworzyć. Model ten obejmuje „cztery terytoria”: indywidualne subiektywne; indywidualne obiektywne; zbiorowe intersubiektywne oraz zbiorowe interobiektywne. Każdy poziom danej ćwiartki ma swój odpowiednik w pozostałych trzech ćwiartkach. Np. subiektywnie odczuwanym emocjom odpowiada obiektywny układ limbiczny, poziom magiczny w ćwiartce intersubiektywnej oraz baza techniczno-ekonomiczna, która w tym przypadku czeka na odkrycie.

W części drugiej przechodzę do relacji ciała i umysłu w kontekście ewolucji świadomości indywidualnej i kolektywnej. Twierdzę – opierając swój wywód na myśli Wilbera, iż integracja natury i umysłu na poziomie indywidualnym oraz kolektywnym jest ogniwem koniecznym w rozwoju duchowym zarówno jednostki jak i społeczeństwa. Zgodnie z modelem rozwoju Wilbera, świadomość przechodzi przez kilkanaście poziomów. Każdy z tych poziomów jest powolnym, stopniowym wyłanianiem się coraz bardziej zaawansowanej świadomości, coraz bardziej samoświadomego Ducha. Ponieważ ewolucja Rzeczywistości jest ewolucją Ducha, na każdym z tych poziomów Duch widzi siebie innymi oczami – w zależności od stopnia „głębokości” poziomu.

W rozdziale trzecim przedstawiam etapy rozwoju kultury zachodniej. Jeden z koniecznych etapów zarówno w rozwoju jednostkowym jak i zbiorowym jest moment, gdy z amoralnej,

nieświadomej natury zwanej przez Wilbera Wielką Matką wyłania się, poczucie „ja”. Aby samodzielne, racjonalne ego mogło się narodzić, musi przeciwstawić się Wielkiej Matce, która go dotąd więziła. Ego pokonuje naturę – co znajduje odzwierciedlenie w mitach, pochodzących z początków tego okresu (około 4000 lat temu) - odkrywając własną niezależność i siłę. Ego i natura to dwie – pozornie przeciwstawne aspekty rzeczywistości. Ego pragnie nieśmiertelności, władzy, szuka stałości za pomocą myślenia (nazywania). Natura natomiast to nieustanna zmiana, dzikość, nieprzewidywalność, nieracjonalność. Są to pozornie przeciwstawne aspekty, bowiem obydwa mają to samo źródło – Ducha, który ich jednoczy. Więzione do tej pory ego z furją wyrwa się naturze, czyniąc z niej swego sługę. Ego wyrusza na podbój świata marząc o nieśmiertelności i niezmienności. Kultura zachodnia od momentu pierwszych narodzin ego do dziś, jest procesem konsekwentnego wypierania Wielkiej Matki. I jak zobaczymy nie tylko Wielkiej Matki. W naturze ego leży żądza onnipotencji, wszechwładzy i wszechwiedzy. Boi się ono wszystkiego, co tylko niesie zagrożenie i śmierć, której nie akceptuje. Ego jest doświadczaniem siebie jako niezmiennego, trwałego „ja”, zatem wszystko co zagraża spójności tego poczucia jest odpychane. Ponieważ natura ze swą niekontrolowaną żywotnością i witalną spontanicznością potrafi tymczasowo uśmiercać ego - szczególnie w momentach orgiastycznej przyjemności, boi ono się natury i stara się utrzymywać ją pod kontrolą.

W rozdziale czwartym omówię indywidualny rozwój świadomości. Szczeble przez które przechodzi self, w jaki sposób zmienia się jego postrzeganie świata oraz czyhające na nie zagrożenia i patologie). Umysł reprezentujący to narodziny conceptualnego „ja” – zdolnego przekraczać niższe poziomy, ale także mającego moc wypierania i niszczenia ich. Dalszy rozwój self od umysłu reprezentującego przez umysł konkretno-operacyjny do umysłu formalno-refleksyjnego jest procesem rozwoju ego i wypierania ciała. Owa dysocjacja cielesno-umysłowa przejawiająca się w traktowaniu ciała jako narzędzia, którego zadaniem jest służyć, nie pozwala osiągnąć zgody ze sobą. Wyparte aspekty powracają w postaci bolesnych symptomów, chorób psychosomatycznych lub depresji na poziomie indywidualnym. W kulturze natomiast w postaci chorobliwej religijności, wyuzdanej seksualności, przeintelektualizowania oraz niepoahamowanej konsumpcji. W wieku XX nastąpił bujny rozkwit psychoterapii zorientowanych somatycznie, które zredefiniowały takie pojęcia jak: „uczucia” czy „emocje”, twierdząc że są to procesy cielesne, a nie umysłowe jak dotąd sądzono. Rozpoczął się tym samym ruch na rzecz rehabilitacji ciała.

Zjednoczenie ciała i umysłu to konieczny krok, jeśli pragniemy wspiąć się wyżej ku pełniejszej egzystencji jako pojedyncze jednostki oraz jako ludzkość. Poddanie się naturze, jest uznaniem przez ego, że istnieje jeszcze inna rzeczywistość, niż ono samo. Uznanie istnienia innej rzeczywistości, jest jednoczesnym zrobieniem miejsca dla Ducha. Ego bowiem nie poprzestało na wyparciu Wielkiej Matki. W jakiś czas później uśmierciło siłę znacznie potężniejszą – Ducha. W rozdziale szóstym przedstawię Wilbera historię upadku duchowości. Za początkowych „rządów” ego, Wielki Łańcuch Istnienia wciąż przenikał Kosmos, ale w momencie, gdy nastał Modernizm i rozpoczął się błyskawiczny rozwój nauki, która podarowała ego idealne narzędzie zbrodni – konkretne umiejscowienie jako kryterium realności – Duch upadł jako że nie można go było konkretnie umiejscowić, czyli wskazać palcem, dotknąć, zobaczyć. Ego rozpoczęło szalone rządy w kajdanach racjonalności opartej na zmysłach, co doprowadziło do momentu, gdy wielu badaczy ogłasza kryzys zachodniej kultury. Zdaje się, że coś w tym jest - zwiększający się napływ kultury wschodniej jest ewidentnym dowodem na to, że europejska

kultura nie zaspakaja potrzeb swoich uczestników w sferze wartości. Fuzja kulturowa dotyczy zazwyczaj duchowości, czyli obszaru sensu, znaczenia i wartości.

Dysocjacja cielesno-umysłowa nie oddziela człowieka jedynie od jego niższej „siostry” natury, która ma pełne prawo do „samoekspresji”, ale przede wszystkim od Ducha. Brak jedności organizmu jest objawem braku jedności na głębszym poziomie – poziomie, który nie tylko integruje ciało i umysł, ale jest Pierwotną Tożsamością każdego z osobna, jak zapewniają mistycy – największą tęsknotą człowieka i jego największym szczęściem. Wskrzeszenie Ducha jest tym, co może wydobyć z impasu cywilizację zachodnią, żyjącą na pozbawionej sensu „płaskiej ziemi”.

W ostatnim rozdziale zaprezentuję pomysł Wilbera na to jak wskrzesić Ducha poprzez integrację religii i nauki. Zarówno religia jak i nauka muszą dokonać solidnych porządków wewnątrz swoich szeregów. Religia ma pozbyć się mitów, ciężących jej od czasów starożytnych, a tym samym kompletnie nieadekwatnych dla zachodniego intelektu i powrócić do swojego mistycznego serca, czyli bezpośredniego doświadczenia. Natomiast nauka ma otworzyć się na doświadczenie – rozumiane szerzej, niż zmysłowe - na wewnętrzne doświadczenie jako na prawomocne źródło poznania. Otwarcie się na świadomość transpersonalną – przekraczającą rozum jest przywróceniem człowiekowi jego sfery subiektywnego, bezpośredniego doświadczenia jedności w obrębie jego własnego organizmu, ale także z całym przejawionym światem Ducha.

Chciałabym zakończyć wstęp i tym samym rozpocząć właściwą część mojej pracy słowami Alexandra Lowena – twórcy bardzo popularnej metody trenowania świadomości ciała: *„Gdy oddziela się umysł od ciała, duchowość staje się zjawiskiem intelektualnym – wiarą, a nie witalną siłą – gdy ciało staje się mięsem na szkielecie z kości, lub jak widzi je współczesna medycyna, laboratorium biochemicznym. Pozbawione ducha ciało cechuje niski stopień żywotności i brak wdzięku. Jego ruchy są mechaniczne, bo w dużym stopniu decyduje o nich umysł czy wola. Gdy duch wstępuje w ciało, drży ono z podniecenia, skacze z entuzjazmu, niczym potok spadający po zboczu góry, lub porusza się płynnie, jak rozlana po równinie głęboka rzeka. Życie nie zawsze upływa gładko, lecz gdy ktoś całymi dniami zmuszony jest popychać swe ciało siłą woli, oznacza to, że dynamika jego ciała została poważnie zakłócona, narażając go na choroby”*

[1]

. Mam nadzieję, że niniejsza praca stanie się pożyteczną „cegiełką” w procesie przywracania roli należnej ciału; w procesie przywracania jedności wewnątrz głęboko podzielonej egzystencji przeintelektualizowanego człowieka Zachodu; w procesie przywracania korzeni zarówno materialnych jak i duchowych okaleczonej zachodniej kulturze.

[1] Lowen A., *Duchowość ciała*, Jacek Santorski & Co. Wydawnictwo, Warszawa 2006, str.