

Ken Wilber: A növekedés spektruma
5.előadás 2008 02 07
Személyiséglélektan III.

Összeállította: dr. Pék Győző
Forrás: Ken Wilber: A növekedés spektruma
171-193.o.

in: *Bevezetés a transzperszonális pszichológiába.*
Válogatás....Ursus Libris, 2006

A tudat spektruma

Az alapstruktúrák szerkezetek

hajlamosak viszonylag független egységekként vagy alegységekként megmaradni a későbbi fejlődés során

(Koestler „holonjaihoz” hasonlóan).

Az átmeneti struktúrák

egy-egy szakaszra jellemző ideiglenes szerkezetek, amelyeket általában többé-kevésbé felváltanak a későbbi fejlődési szakaszok.

Rendszerint az átmeneti struktúrákat tagadják meg, oszlatják fel vagy cserélik le

Fejlődés

Az én vagy az énrendszer:

végigjárja a strukturális fejlődést,

amely az azonosulás,

az akarat,

a védekezés,

a szerveződés

és az „anyagcsere” központja

fejlődés minden szintjén ő „emészt meg” az élményeket

Az alapstruktúrák

A tudat alapstruktúrái

ha már kialakultak az emberi fejlődés során, akkor általában az egyén későbbi élete és fejlődése során is *fennmaradnak.*

az én továbblép a magasabb alapstruktúrákra,

így meghaladja, betagolja és alárendeli az adott alapstruktúrát,

ami megtartja viszonylagos autonómiáját és funkcionális függetlenségét.

a Létezés Nagy Láncolata (Smith, 1976).

A Nagy Láncolat bizonyos változatai:

anyag és szellem

anyag, elme, szellem

anyag, test, elme, lélek és szellem

Összehasonlítás és elemzés a keleti és nyugati lélektan és vallás legnagyobb iskolái alapján

A Rendszer, én és struktúra

Átman-terv,

Szemtói szembe: című könyvekben több tucat alapstruktúrára jelenik meg

minden kultúrában érvényes és egyetemes
Freud, Jung, Piaget, Arieti, Werner stb.

strukturális modelljei versus
a világ kontemplatív hagyományainak pszichológiai rendszerei

mahájána, védánta, szúfi, kabbala, keresztény misztika, platonizmus, Aurobindo.

Integráció

e nagyszabású alapstruktúrák egyetemessége hasonló megfeleléseket mutat

több mint két tucat keleti és nyugati rendszer között;

ezeket pedig tovább finomította a „*Rendszer, én és struktúra.*”c. műben

A 9 legfontosabb funkcionálisan domináns alapstruktúra

1. Szenzoros-fizikai

az anyag, az érzékelés és az észlelés birodalma

Piaget szenzomotoros szintje,

Aurobindónál a fizikai-érzékszervi szint

2. fantazmikus-érzelmi

az érzelmi-szexuális szint

a bioenergia,

a libidó

a prána

az alsó vagy *képi* elme

a legegyszerűbb elmebeli „leképezés”,
amely csak **képeket** alkalmaz

3. *Leképező elme* - a „reprezentációs elme”

Piaget művelet előtti szintje (preoperációs).

A leképező elme két szakaszban fejlődik ki:
az első ; *szimbólumok* (2-4 év között),
a második a *fogalmak* szintje (4-7 év között)

A szimbólum túlmegy az egyszerű képen (a fantazmikus elmén)
a kép képszerűen ábrázolja a tárgyakat, míg a szimbólum
nem képileg vagy verbálisan tudja ábrázolni,

3. *Leképező elme* - a „*reprezentációs elme*”

(Egy fa elmében a *leképezés* többé-kevésbé hasonlít a valódi fára, míg a *fa* szó egyáltalán nem hasonlít a valódi fára.)

A **szimbolikus reprezentáció** magasabb, nehezebb és összetettebb agyi művelet.

A **fogalom** olyan szimbólum, amely nemcsak egyetlen tárgyat vagy cselekvést reprezentál, hanem a tárgyak vagy cselekvések *osztályát* - ami még nehezebb művelet.

A szimbólum utal, a fogalom jelent.

3. *Leképező elme* - a „reprezentációs elme”

az egyik legfontosabb jellegzetessége:
nem egykönnyen tud belebújni a másik szerepébe.

Piaget: ahhoz még túl egocentrikus
Aurobindo „akarat-elméje”,
a jóga-pszichológia harmadik csakrája

4. Szabály/szerep-elme

Piaget konkrét műveleti szakasza (konkrét operációk).

A konkrét műveleti szakasz elődjétől, a reprezentációs elmétől eltérően már fel tudja venni mások szerepeit.

Ez az első olyan szerkezet is, amely világosan végre tud hajtani szabályokkal kapcsolatos műveleteket, például tud szorozni, osztani, osztályba foglalni, hierarchiákat felállítani stb. (Flavell, 1970; Piaget, 1977).

Aurobindo : az elme érzékszervi vagy konkrét tárgyakkal foglalatoskodik

5. *Formális-reflektív elme*

a Piaget-féle formális műveleti gondolkodás

nemcsak a világról tud gondolkodni, hanem magáról a
gondolkodásról is,
tisztán introspektív,
tükrözni tudja önmagát

képes a hipotetikus-deduktív vagy propozicionális
gondolkodásra („ha A, akkor B”)
lehetővé teszi, hogy valóban pluralisztikus és
egyetemesebb szemlélet fejlődjön ki

Aurobindo: „gondolkodó elme, amelyet már nem kötnek az
érezkszervileg felfogott vagy konkrét tárgyak,

6. *Víziológia*

sok bizonyíték szól amellett, hogy létezik egy struktúra Piaget formális műveleti szintjén túl vagy annál magasabban:

„dialektikus”,

„integratív”,

„kreatív szintetizáló”

a formális elme kapcsolatokat hoz létre, a víziológia **hálózatokat teremt** ezekből a kapcsolatokból

6. *Víziológia*

legjellegzetesebb mozzanata a tömeges fogalomalkotás, az igazság egy szemszögből való látásának rendszere vagy összessége; gondolatnak gondolattal, igazságnak igazsággal alkotott kapcsolata, amelyet szerves egésznek lát az egyén.

Ez nyilvánvalóan magas,
a személyes szint legmagasabb
integratív struktúrája

7. az okkult szint

a víziológiai szint és a víziós belátások csúcspontja
a hatodik csakra, a „harmadik szem”,

**a transzcendens, transzperszonális vagy kontemplatív
fejlődés kezdete**

az egyén kognitív és perceptuális képességei
megsokszorozódnak és egyetemessé válnak, hogy
elkezdjenek „túlnyúlni” a személyes vagy egyéni
perspektívákon és gondokon

A legtöbb kontemplatív hagyomány szerint ezen a szinten az
egyén *elkezd* megtanulni, hogyan kell nagyon finoman
megfigyelni az elme kognitív és perceptuális képességeit, és
így ennek arányában elkezd

meghaladni (transzcendálni) őket.

7. az okkult szint

Aurobindo: a „megvilágosult elme”,
a hindu és a buddhista meditációban a „kezdeti
stádiumok”

Aurobindo: „.....a gondolkodó elmét közvetlen
belső látással és inspirációval világítja meg;
finomabban és bátrabban körvonalazza a
dolgokat,
nagyobb megértést biztosít, mint amire a gondolati
fogalomalkotás képes

és magába foglalja a teljesség erejét.”

8. Szubtilis

a **finom** szint: a tényleges archetípusok vagy a platóni formák, a szubtilis hangok és hallható megvilágosulások, a transzcendens belátások és a feloldódás székhelye

hinduizmus és a gnoszticizmus: közvetlen felfogásuk révén ez a szint *a személyes istenalak otthona*

a koncentratív meditálásból az archetípusos „megvilágosodási síkokra” vagy „Brahma-világokba” vezető négy szakasz.

Aurobindo „intuitív elméje”

9. *Kauzális*

az összes alsóbb struktúra meg nem nyilvánuló
forrása vagy transzcendentális alapja

Mélység (gnoszticizmus),

Üresség (mahájána),

Forma Nélküli (védánta)

a *nirvánában* kicsúcsosodó erőfeszítés nélküli
belátás (vipasszaná),

Aurobindo „Overmind”-ja, felettes elméje

9. *Kauzális*

Jellemzik ezt a szintet még egyetemes és forma nélküli Énként, Átmanként is, amely minden lényben és lénynek közös

Aurobindo: „Mikor a felettes [kauzális] elme leszáll, akkor a központosító énértet teljes mértékben alárendelődik, elvész a létezés nagyságában, és végül eltűnik; átveszi a helyét a tág, kozmikus észlelés és a határtalan egyetemes én, [...] az egység korlátlan tudatossága, amely mindent áthat, [...] olyan lény, amely alapjában véve egy a **Legfelsőbb Énnel.**”

10. Legvégső

Miután teljesen áthaladt a megszűnés vagy a meg nem nyilvánult kauzális feloldódás állapotán, a tanítások szerint a tudat végül újra *ráébred korábbi és örök lakhelyére,*

az **abszolút Szellemként**, amely sugárzik és mindent áthat, amely egy és sok, az egyetlen és az összes - *a megnyilvánult Forma és a megnyilvánulatlan Forma Nélküli teljes integrációja és azonossága.*

10. Legvégső

abszolút és jellemezhetetlen Tudatosság

Aurobindo „**Supermind**”-ja

nem csupán egy szint a többi közül, hanem maga az összes szint valósága, állapota vagy ilyensége.

Analógiaként: az a papír, amelyre a könyv 3. ábráját nyomtatták, képviseli az üres-ilyenség abszolút alapját.

WN-3 wn- 4

Az átmeneti szakaszok vagy Én- szakaszok

nem vesznek részt a későbbi fejlődésben, vagy nem rendelődnek alá, hanem általában tagadja, szétosztatja vagy *lecseréli* őket a további fejlődés.

Piaget kognitív struktúrái legnagyobb részét alapstruktúrák:
a szenzomotoros szint az 1-2.,
a művelet előtti a 3.,
a konkrét műveleti a 4.,
a formális műveleti pedig az 5. szintnek felel meg

Piaget kognitív struktúrái

ezek a szintek a további fejlődés alatt is megmaradnak;

minden szint a következő, magasabb szint műveleti körébe vonódik be, illetve annak „tárgya” lesz

az **5. szinten** lévő ember egyidejűleg fér hozzá az 1-4. szintekhez és tudja használni ezeket;

mind jelen vannak, és mind teljesíti a szükséges és helyénvaló feladatát és szerepét.

A létra metaforája

az én a

4.-ről az 5. szintre kapaszkodik, a

4. létrafokra jellemző korlátozottabb
szemléletmódját felváltja

az 5. szint új perspektívája.

A 4. szint *megmarad*, de látásmódjának
korlátai nem.

tartós szerkezetek a tudat alapstruktúrái,

az **énszakaszok**: átmenetiek,
ideiglenesek vagy fázisspecifikusak.

fázisspecifikus átmeneti struktúrák vagy énszakaszok (*wn 10*)

Mindegyik alapstruktúra tehát különböző
fázisspecifikus átmeneti struktúrákat vagy
énszakaszokat *támogat*,

például a különböző **énszükségleteket** (Maslow),

különböző **énidentitásokat** (Loevinger),

különböző **morális válaszkészleteket** (Kohlberg).

Az én, énrendszer, énstruktúra

- ***Identifikáció –***

az én az azonosulás központja, amit „énnek” nevez a „nem énnel” szemben.

a teljes vagy össz-én-rendszert (amit Freud „Gesamt-ich”-nek nevezett) feloszthatjuk *központi vagy közeli énnre* (amit „belső én”-ként élünk meg) és *távoli énnre* (amit „külső én”-ként élünk meg); az előbbi a **szubjektív én**, míg azutóbbi az **objektív én**

(angolul „I” vs. „Me”), bár fenomenológiailag a kettőt együtt teljes énként éljük meg.

Az én, énrendszer, énstruktúra

2.Szervez(őd)és

a skolasztikus filozófiában az én az, ami egységet biztosít
az elme részére;

ez majdnem azonos a **szelf** (a másoktól elkülönülten
megélt én) modern pszichoanalitikus fogalmával

A szelf nem csupán a mögöttes lelki részek vagy
alstruktúrák szintézise, hanem független rendezőerő,
„vonatkoztatási keret”

Az én, énrendszer, énstruktúra

- ***Akarat***

az én a szabad akarat központja is, de a szabadság csak annyiban értendő, amennyiben az én aktuális alkalmazkodási szintjének korlátai azt lehetővé teszik

pl. a 3. *létrafokon* (a művelet előtti szinten) lévő én még nem annyira szabad, hogy hipotéziseket tudna megfogalmazni, amelyek csak az 5. *szinten, a formális műveletek szintjén* fognak megjelenni nála

Az én, énrendszer, énstruktúra

4. Elhárítás

az én az elhárító mechanizmusok központja is

általában normálisnak, szükségesnek és az adott szakaszon helyénvalónak tartjuk;

ha azonban túl sokat vagy túl keveset élnek velük, akkor betegessé vagy patologikussá válnak.

Az én, énrendszer, énstruktúra

- ***Anyagcsere***

az én egyik központi feladata az, hogy „megeméssze” vagy „anyagcserével átalakítsa” a fejlődés egy-egy létrafokán szerzett élményeit.

A fejlődéselmélet alapfeltevése az, hogy az élményeket és tapasztalatokat „magunkévá kell tennünk”, ahhoz, hogy kialakuljon belőlük az alapstruktúra

Anyagcsere

Sikertelen helyzetben a múltbeli élmények „megemésztetlen húsdarabhoz” hasonlóan benne maradnak az énrendszerben, és „lelki gyomorrontást” (patológiát) okoznak.

A tudat alapstruktúráit valójában felfoghatjuk a táplálék egyes szintjeinek is:

testi eledel,
érzelmi eledel,
mentális eledel,
spirituális eledel.

A táplálék e szintjei a tárgyakapcsolatok szintjei, a pszichopatóológiának pedig központi kérdése az, hogyan kezeli az én ezeket a „tápláléktárgyakat” („szelftárgyakat”).

Az énszakaszok négy „késztetése”

1. *emelkedés, fejlődés* ↑

2. *süllyedés, visszalépés* ↓

3. *integrálás, konszolidálás, megtartás* ←

4. *differentiálódás, leválás, megtagadás* →

Az egész fejlődés összefoglalása

Heinz Hartmann (1958):

a **differentiáció** [szeparáció-megtagadás]
a **szintézissel** [integráció-fenntartás] együtt
az ego fontos funkciója.

Mivel a libidóhoz szoktuk kötni az ego
szintetikus funkcióját, ésszerű
feltételeznünk egy hasonló kapcsolatot a
differentiáció és a pusztítás között is.....”

Az egész fejlődés összefoglalása

Blanck és Blanck : „**A libidó** a kapcsolatot keresi, míg az **agresszió** a szeparációra és az individuációra törekszik, s azt igyekszik fenntartani.”

Az agressziót vagy megtagadást tehát már nem kell kimondottan ellenségesnek vagy romboló erőnek tartanunk.

Erikson az „**agresszivitás**” kifejezést javasolja „az agresszív készlet azon aspektusai [számára], amelyek a fejlődést és az önérvényesítést segítik elő, s nem ellenségesek vagy romboló hatásúak”

Más szóval létezik „egészséges agresszió” és „beteges agresszió”, ahogyan van „egészséges megtartás” és „beteges megtartás” is.

Az egész fejlődés összefoglalása

A megtartás és a megtagadás egyaránt fontos **fázisspecifikus** célokat szolgál, és hogy a jelek szerint *akkor indulnak be kóros folyamatok, ha a két feladat közül az egyik (vagy mindkettő) irányt téveszt.*

Az egész fejlődés összefoglalása

„Egészséges” vagy „normális” fenntartásról akkor beszélünk, ha kiépülnek, megszilárdulnak és integrálódnak az adott szintre jellemző' azonosulások és tárgykapcsolatok.

„a semlegesített libidó tárgykapcsolatokat épít” [Blanck és Blanck, 1974]).

Beteges fenntartásról ezzel szemben akkor beszélünk, amikor a valamikor egy bizonyos szinten egészséges azonosulásokat és tárgykapcsolatokat az én nem tudja elengedni, hogy újabbak és magas-abbak előtt nyíljon meg előtte az út. A beteges megtartás tehát nem más, mint *fixáció*