

PSICHOLOGIJA, PSICHINĒ SVEIKATA IR JOGA

Psichologija, psichinė sveikata ir joga

PSICHOLOGINĖS SRI AUROBINDO ĮŽVALGOS
JOGOS REIKŠMĖ PSICHINEI SVEIKATAI

ESĖ

A. S. DALAL

TURINYS

<i>Ižanga</i>	v
---------------	----------

I DALIS

PSICHOLOGIJA IR JOGA

Sri Aurobindo ir šiuolaikinė psichologija	3
Sri Aurobindo ir sąjmonės koncepcija psichologijoje	23
Savižina psichologijoje ir Sri Aurobindo jogoje	49
Identifikacijos prigimtis	65

ANTRA DALIS

PSICHINĖ SVEIKATA IR JOGA

Psichikos sutrikimų modeliavimas, remiantis Sri Aurobindo joga.....	83
Nuostatos, psichinė sveikata ir joga	117
Meistriškumas, psichinė sveikata ir joga	129
Gydomoji ramybės galia	162
<i>Rodyklė</i>	162

IŽANGA

Šioje knygoje surinktos daiktan esė pirmą kartą dienos šviesą išvydo 1983-1990 metais kasmetiniame leidinyje *Sri Aurobindo Circle*. Jos buvo rašomos ir spausdinamos kaip atskiri straipsniai, todėl jose pasitaiko tų pačių minčių, literatūros nuorodų ir citatų. Tačiau visi pasikartojimai, nereikalavę didesnio taisymo, iš šio esė rinkinio buvo pašalinti.

Šiuolaikinė psichologija atsirado prieš gerą šimtmetį, ir nuo to laiko požiūris į žmogaus prigimtį ėmė keistis. Ją pradėta matuoti vis sudėtingesniais matais. Psichologija gimė tada, kai žmogų imta laikyti iš esmės gyvulišku organizmu, tačiau apdovanotu tam tikromis aukštesnėmis psichologinėmis funkcijomis, dažniausiai vadinamomis "protu". Vėliau ši paviršutinišką požiūrį praplėtė "gelmių" psichologijos specialistai, atradę "pasąmonę" ir jai, o ne sąmoningam protui, priskyrę pagrindinį elgesį sąlygojantį vaidmenį. Per keletą pastarųjų dešimtmečių iš "aukštesniųjų" sąmonės būsenų patirties išsirutuliojo dar vienas, "aukštumų" matmuo, pavadintas "transpersonaliniu". Tad kuo lanksčiau buvo žvelgiama į žmogaus sąrangą, tuo labiau žmogaus psichikos suvokimas priartėjo prie jogai įprastos daugiamatės sampratos. Kadangi įvairios asmenybės sandaros teorijos lemia pažiūras į psichinę sveikatą, tai jose atsispindi ir palaipsniui didėjanti psichologijos bei jos konvergencija. Siekiant išryškinti pastarųjų sutapimus bei skirtumus, šioje knygoje yra pateikiamos psichinės sveikatos požiūriu ypač reikšmingos Sri Aurobindo psichologinės įžvalgos.

Rašant esė galvoje buvo turimos trys skaitytojų kategorijos: praktikuojantys Sri Aurobindo jogą ir besidomintys šiuolaikine psichologija bei vadinamąja psichine sveikata žmonės; antra, psichologijos studentai ir dėstytojai, kurie nori susipažinti su Sri Aurobindo psichologine mintimi ir jos reikšme psichinei sveikatai; galiausiai besitikintieji atrasti ribą, ties kuria iš skirtingų pusių susiduria šiuolaikinė psichologija, psichinė sveikata bei joga. Jogą - trumpai vadinamą sąmonės disciplina - reikėtų suprasti kaip psichiką transformuojančią sistemą, kurios dėka galima pasiekti aukštesnį sąmonės būvį.

Jogos pagrindu formuluojama Sri Aurobindo ir Motinos psichologinė mintis aiškėja iš šiuo tikslu esė gausiai naudojamų jų veikalų citatų. Originaliu pavidalu jos išsaugo intuityvų turinį ir gali suteikti šį tą daugiau, nei vien intelektualus jos psichologijos supratimas. Perfrazuojant žodžius jis visiškai pradingtų. Tačiau dabar

skaitytojas jį pajus, jei tik skaitys ramiai ir dėmesingai. Nors ir išversti iš prancūzų kalbos Motinos žodžiai gali ypač veiksmingai sukelti tam tikrą imlumo būseną, o ši - gilesnį žodžių prasmės suvokimą. Veikiau intuityvi nei įvilkta į intelektualią formą, ji yra lengviau pagaunama ir suprantama.

A.

S. Dalal

PIRMOJI DALIS

PSICHOLOGIJA IR JOGA

“Joga yra ne kas kita, kaip praktinė psichologija”.

SRI AUROBINDO

“Psichologija be jogos yra negyvas daiktas.

Psichologijos studijos turėtų neišvengiamai išaugti jei ne į teorinę, tai bent į praktinę jogą”.

MOTINA

SRI AUROBINDO IR ŠIUOLAIKINĖ PSICHOLOGIJA

Tyrinėjant žmogaus prigimtį, Vakaruose kilusi ir brendusi psichologinė mintis išstisus šimtmečius buvo neatsiejama nuo filosofinės minties. Psichologija buvo filosofijos tarnaitė. Tačiau 1879 metais vokiečių fiziologas Vilhelmas Wundtas Leipcige įkūrė pirmąją eksperimentinės psichologijos laboratoriją. Su jo vardu paprastai ir siejamas psichologijos kaip savarankiškos tyrimų srities ir empirinio mokslo atsiradimas. Iš pradžių psichologija dar negalėjo prilygti gamtos mokslams, todėl ji buvo įkalinta tarp keturių laboratorijos sienų, kurioje virto vadinamąja “varinių instrumentų psichologija”. To meto psichologai tyrinėjo santykinai paviršinius elgesio aspektus - reakcijos ir dėmesio trukmę, sąlyginius refleksus, percepcijos funkcijas, funkcijų lokalizaciją smegenyse ir panašias sritis, kuriose psichologija ribojasi su fiziologija. 1916 metais ankstyvąją psichologiją Sri Aurobindo apibūdino šitaip:

“Šiuolaikinis Mokslas, apsėstas vienintelės Materijos egzistencijos idėjos ir apsvaigęs nuo didingų fizikos atradimų, jau seniai fiziniais duomenimis mėgina paaiškinti Gamtos triūsą žmoguje ir gyvulyje ir netgi pagrįsti Sielos bei Proto studijas, nors šiose srityse psichologijos išmanymas savo svarba nenusileidžia nė vienam iš gamtos mokslų. Jo paties psichologija yra pagrįsta fiziologija ir kruopščiais smegenų bei nervų sistemos tyrimais.”

Apie ankstyvosios psichologijos paviršutiniškumą ir gilesnio požiūrio poreikį Sri Aurobindo rašė:

“...Europos psichologinių tyrinėjimų era (o be tyrinėjimų negali būti jokio rimto mokslo) dar tik prasideda. Pažengta kol kas netoli, nes iki šiol žmonių galvose tebėra gajos paviršutiniškos nuostatos apie paviršinius mūsų sąmonės reiškinius. Jie laikomi tokiais, kokie atrodo iš pirmo žvilgsnio, ir tiek. Tačiau ką nors pažinti pradėdame tik tada, kai nuo išorės fenomenų nusigręžiame ir tikrųjų priežasčių bei veiksmų ieškome anapus jų. ... Visas Mokslas susideda iš prieštaravimo tarp jutimų ar tariamos daiktų tikrovės ir patvirtintų tiesų, kuriomis neabejoja paprastas nemokytas žmogus. Jei mes iš tikrųjų norime sužinoti, kas yra mūsų protas, kaip jis sukurtas ir kaip veikia, jei trokštame rasti būdą jam sutvarkyti, tai su psichologija turime elgtis taip pat.”

Pirmasis mokslininkas, į psichologiją įliejęs plačią ir gaivią naujovių srovę, buvo austrų psichiatras Sigmundas Freudas (1856-1939). Tyrinėdamas psychopatologinį elgesį Freudas atrado reiškinių, kurį pavadino sąsąmone. Pasirodė, jog ši proto sritis, kurioje kaip saugykloje kaupiasi mūsų instinktai, impulsai ir visas kitas psichologinis turinys, išorės protui yra ne tik nežinoma, bet dažniausiai ir neprieinama. Sąsąmonės atradimas davė pradžią psichoanalizei, kuri Freudo suformuluotai psichologijos teorijai ir sąsąmonės tyrinėjimo metodui suteikė antrinę, papildomą reikšmę. Kartais psichoanalizė yra vadinama varomąja įvairių judėjimų, kilusių psichologijos istorijoje, jėga. Iš tiesų psichoanalizė psichologijai kaip mokslui padarė dvejetainį įtaką. Pirmą, ji sukūrė gelmių psichologiją, padariusią didžiulį poveikį ir sukėlusią tikrą perversmą psichiatrijos ir psichologijos srityje. Antra, būdama akivaizdžiai vienpusiška teorija, ji praskynė kelią vienai kitai giminingai mokslinės minties kryptims ir sąlygojo reakcingų mokyklų atsiradimą. Didžiausią pasipriešinimą psichoanalizės teorijai sukėlė jos polinkis visur įžvelgti seksualinį motyvą - tiek normaliaame, tiek nenormaliaame žmogaus elgesyje. Kūdikio čiulpimo refleksas, literatūrinėje ir religinėje veikloje ir net nukrypimuose į isteriją bei psichozę psichoanalitikai įžvelgė vienintelę paskatą - libido impulsą. Savo nuomonę apie psichoanalizės vienpusiškumą, perdėtą požiūrį ir nepagrįstą polinkį jį apibendrinti Sri Aurobindo išdėstė viename iš laišku:

“Ji [Freudo psichoanalizė] apsiriboja tam tikra sritimi, ... žemesniosios gyvybės* sąsąmonės sluoksniu, izoliuoja jo labiausiai patologiškus reiškinius ir šiam sluoksniui bei šiems reiškiniams priskiria veiklą, kuri pasirodo esanti visiškai neproporcinga palyginti su jos tikrąja gamtine paskirtimi. Žinia, modernioji psichologija yra ką tik iš vystyklų išsiritęs mokslas. Jis labai skuba, bet gali irtis į priekį tik apgrai bomis, nes yra pernelyg nesubrendęs. Todėl šiame moksle, kaip atsitinka kiekvieną kartą, kuriant ką naują, vešliai keroja žmogui būdingas įprotis išpūsti dalines arba vienareikšmiškas tiesas ir, remiantis siauru jų suvokimu, aiškinti visą Gamtos darbą.”

Vadinasi, Freudas lytiniam potraukiui patikėjo pagrindinį vaidmenį, o nuo jo priklausančioms vyraujančioms jėgoms suteikė žmogaus elgesį nulemiančią galią. Toks

Gyvybė – angl. *vital*, sanskr. *prāṇa*; pagal upanishadų ir Sri Aurobindo terminologiją *prāṇa* yra gyvybinė energija, nervinė arba gyvybinė veikla. Svarbiausioji iš penkių *prāṇų* yra kvėpavimas (vert. past.).

dogmatizmas sąlygojo dvi pirmąsias dideles konkuruojančias psichoanalizės kryptis – Alfredo Adlerio (1870-1937) individualiąją ir Carlo Jungo (1875-1961) analitinę psichologiją. Pagrindiniu žmogaus elgesį motyvuojančiu veiksniu Adleris spėjo esant ne lytinį, bet valdymo potraukį. O Jungas su Freudu nesutiko dviem atžvilgiais. Pirmiausia Jungas teigė, jog libido yra suvis ne lytinis potraukis, bet visuotinė “psichinė energija” arba “gyvybės instinktas” (kažkas panašaus į Bergsono *élan vital*), kuris reiškiasi įvairiais būdais, žinoma, ir lytiniu potraukiu. Antra, Jungas manė, kad be Freudo aptartosios individualios sąmonės egzistuoja ir visai žmonijai bendra kolektyvinė sąmonė. Šioji, anot Jungo, individo elgesį nulemia gerokai didesniu mastu nei individuali sąmonė. Jungo praplėsta libido kaip visuotinės instinktų energijos samprata primena tai, ką Sri Aurobindo apibūdina žodžiu “gyvybė” (*vital*), kurią jis paaiškina šitaip:

“Gyvybė - tai gyvenimo galia. Ji glūdi visame kame, kas yra gyva: augale, gyvulyje ir žmoguje. Materijoje verdančio gyvenimo, gyvo veikimo visai ir nebūtų, jei visa ko nesmelktų gyvybė”.

“Gyvybė yra gyvenimo Prigimtis; ji nuausta iš troškimų, jautimų, jausmų, aistrų, veikimo galių,... iš valdymo ir iš jo kylančių pykčio, baimės, godulio, geismo ir kitų instinktų, kurie priklauso šiai prigimties sričiai, žaismės.”

Tad Sri Aurobindo gyvybės koncepcija apima daugiau aspektų, nei Jungo praplėstoji libido samprata. Pirmoji apibrėžia visas gyvybei būdingas pakopas: pradeda santykinai neapdorota gyvybės energija (indų filosofijoje ji vadinama *Pranā*), kuri augalams, gyvuliams ir žmonėms įkvepia gyvastį, ir baigia aukštesniais gyvybės dariniais, pavyzdžiui, jausmais arba emocijomis. Palyginti su Freudu ir Adlerio požiūriu jungiškasis libido suvokimas yra artimesnis aurobindiškajam. Tačiau reliatyvią tiesą, kurią abu mokslininkai stengėsi apginti, Sri Aurobindo pagrindė kiek kitaip. Pasak jo, normalų individą veikti skatina trys visų stipriausi veiksniai: valdžia, turtas ir lytis. (Keista, kad šiuolaikinė psichologija pripažino valdžios bei lyties motyvo svarbą, tačiau neatkreipė dėmesio į turtą ir su juo susijusio godulio instinkto reikšmę. Indijoje, priešingai, turto troškimas visuomet buvo laikomas vienu galingiausių žmogaus gyvenimą motyvuojančių veiksnių). Savo ruožtu, Jungo kolektyvinės sąmonės sampratoje galime įžvelgti tam tikrą šiuolaikinės psichologijos sąsają su Sri Aurobindo

apmąstymais. O Freudui sąmonė buvo išstūmimo priegloba. Jo galva, vieno individo sąmonės turinys skiriasi nuo kito, o tai priklauso nuo kiekvieno individo psichoseksualinio vystymosi pakitimų. Tačiau Jungas, dirbdamas su sapnais ir vaizdiniais, susidūrė su tokiais įvaizdžiais, kurių niekaip negalėjo paaiškinti individualios sąmonės įtaka. Todėl jis juos priskyrė kolektyvinės sąmonės sričiai, kuri esanti bendra visiems individams. Jungo individo ir kolektyvo perskyra, nors ir siauresnė, primena Sri Aurobindo individualaus ir universalaus turinio skyrą, kurią jis taiko visiems žmogaus prigimties sandams:

“Visa Gamta, taipgi ir fizinė, reiškiasi dvejopai – individualiu ir universaliu būdu”.

“Sąmonė yra tiek universali, tiek individuali – kaip ir visos kitos pagrindinės Gamtos lytys”.

Tačiau toliau Sri Aurobindo atskiria sąmonę (*subconscient*), kuri slypi žemiau sąmonės lygmens nuo ribinės sąmonės (*subliminal*), kuri plyti tuoj užu paviršiaus sąmonės. Apie šį skirtumą Sri Aurobindo rašo:

“Tikroji sąmonė yra žemesnio rango sąmonė, artima Nesąmonybei (*Inconscient*)*; ribinė sąmonė yra platesnė sąmonė, pranokstanti mūsų išorinį egzistencinį suvokimą. Tačiau abi jos priklauso mūsų esybės vidinei erdvei, kuri yra nepažini iš išorės, todėl mūsų sampratoje ir kalbėsenoje sąmonė ir ribinė sąmonė yra suplakamos draugėn.”

“Ribinės sąmonės patis (*subliminal self*) budi užnugaryje ir remia visą išorinį žmogų. Jai būdingas platesnis ir veiksmingesnis protas, esąs užu išoriškojo, platesnė ir galingesnė gyvybė, pulsuojanti po išorės gyvybe, lankstesnė ir laisvesnė fizinė sąmonė, slypinti po išoriniu kūniškuoju gyvenimu. Viršum jų ji atsiveria aukštesniajai sąmonei – antmonei (*superconscient*), o į apačią – žemesniesiems sąmonės klodams.”

*Reikėtų atkreipti dėmesį į tai, kad Sri Aurobindo skiria sąmonę nuo Nesąmonybės. Pastarajai ekvivalento šiuolaikinėje psichologijoje nėra. Tai suvis neišplėtotas sąmonės lygmuo, esantis žemiau sąmonės.

Pastarąją citatą yra apibūdinami kiti svarbūs skirtumai, kurių šiuolaikinė psichologija dar nėra aptikusi. Tatai fizinio, gyvybinio ir protinio aspektų skirtumai, kurie būdingi ne tik įprastai būdraujančiai sąmonei, bet ir pasąmonei bei ribinei sąmonei. Atkreipdamas dėmesį į tai, kad įvairios sąmonės rūšys paprastai nėra skiriamos, Sri Aurobindo rašo:

“Kiekvienas mūsų esybės lygmuo – protinis, gyvybinis ir fizinis – yra sąmoningas. Jis esti savarankiškas, tačiau sykiu susijęs bei sąveikaujantis su kitais. Gi mūsų išoriniam būdraujančiam protui ir pojūčiams atrodo, tarsi jie būtų sumišai sumišę”.

Žvelgiant iš Sri Aurobindo jogos psichologijos pozicijų, tiek Freudas, tiek Jungas, negalėdami apibrėžti anksčiau nurodytų skirtumų, buvo priversti suplakti žmogaus psichologinę sandarą į vieną daiktą bei pateikti nebaigtų jų tyrimų įrodymus taip, kad visa kita, kas prieštarauja šiems įrodymams, būtų atmesta ir paneigta. Kita vertus, integralus Sri Aurobindo požiūris patvirtina kai kurias jų išvalgas, taip pat ir Freudo išstūmimo (*repression*) bei priverstinio pasikartojimo (*repetition compulsion*) teoriją. Tačiau iš Sri Aurobindo pasąmonės struktūros aprašymo matyti, kad Freudas šią teoriją pernelyg sureikšmino, o Jungas nepakankamai įvertino:

“...Pasąmonė susideda iš skirtingų dalių arba klodų. Žemėje viską pagrindžia vadinamoji Nesąmonybė (*Inconscient*). Tačiau iš tiesų ji visai nėra nesąmonybė, o veikiau apmalšusi arba susivijusi į vijinį visiška “pa”-sąmonė, kurioje viskas esti, bet niekas nėra išreikšta ar įvilkta į lytį. Pasąmonė glūdi tarp nesąmonybės ir sąmoningo proto, gyvybės ir kūno. Joje apstu visokeriopų primityvių reakcijų į gyvenimą užuomazgų; iš pilkos ir inertiškos Materijos jos veržiasi laukan ir, nepertraukiamai vystydamosi, tveria lėtai išnyrančią ir pavidalėjančią sąmonę. Pasąmonė įima į save ne idėjas, jautimus ar sąmoningas reakcijas, bet lakią jų substanciją. Tačiau ir tai, kas kartą buvo sąmoningai patirta, nugrimzta į pasąmonę – ne aiškių atsiminimų, bet miglotų ir podraug įkyrių potyrio įspūdžių pavidalu – ir šie įspūdžiai gali bet kuriuo metu pasireikšti kaip sapnai, mechaniškas prabėgusių minčių, jausmų, veiksmų ir t. t. pasikartojimas, koku nors poelgiu arba įvykiu pratrūkstantys “kompleksai” ir t.t. ir t.t. Būtent pasąmonė yra pagrindinė priežastis, dėl kurios tatai nuolat kartojasi ir, išskyrus išorę, niekas nesikeičia. Dėl to žmonės sako, kad charakterio nepakeisi, ir vėlei atsinaujina kliaudos, iš kurių žmogus mano esąs išsivadavęs visiems laikams... Mat,

visa tai, ko nepavyksta atsikratyti iki galo, čia nusėda į dugną ir glūdi kaip grūdas, pasiruošęs bet kurią akimirką atgyti ir išleisti daigą.”

Pagrindinis gelmių psichologijos ir ypač psichoanalizės bruožas – pasąmoninės motyvacijos akcentavimas - sukėlė reakcingus sąjūdžius. Gimė biheviorizmas, vadinamas Antrąja jėga. 1913 metais straipsnyje “*Psichologija bihevioristo akimis*” J. B. Watsonas pirmąkart sistemingai išdėstė biheviorizmo pažiūras. Jis įrodinėjo, jog vienintelis tinkamas psichologijos tyrimų objektas yra objektyviai matomas elgesys, kurį reikėtų aiškinti kaip atoveikį į vidines ir išorines paskatas. Watsono nuomone, psichologija turinti pasidaryti “visiškai objektyvia eksperimentine gamtos mokslo šaka”.

Naujoji mokykla pasmerkė į “proto stebėjimą” nukreiptą introspekcijos metodologiją ir atmetė visas hipotetines koncepcijas, kurių neįmanoma patikrinti eksperimentiniu būdu. Tirdama elgesį, ji vadovavosi išimtinai objektyvia prieiga, kurią grindė bandymais ir stebėjimu. Daugiausia buvo tiriamos žiurkės ir kiti laboratorijos gyvūnai, tačiau ir žmogaus elgesį bihevioristai mėgino aiškinti dirgiklio ir refleksio sąvokomis. Psichologija vėl tapo anuometiniu laboratoriniu mokslu, tačiau senosios “varinių instrumentų psichologijos” etiketę pakeitė niekinama “žiurkių psichologijos” pravardė. 1920 metais biheviorizmas jau buvo vyraujanti psichologijos mokykla. Nors jo įtaka vėliau tolydžio menko, o klinikinėje praktikoje tebedominavo psichoanalizė ir kitos nebihevioristinės mokyklos, pagrindinės akademinės psichologijos srovės biheviorizmui tebėra užleidusios vadovaujančias pozicijas.

Diametraliai priešingos tinkamo psichologijos tyrimų objekto ir metodo atžvilgiu, psichoanalitikų ir bihevioristų pažiūros visiškai sutampa vienu esminiu aspektu: kaip susitarę žmogų jie laiko gyvulišku organizmu. Psichoanalitikų nuomone, tiek žmogų, tiek gyvulį veikti skatina vien psichologinė *id* energija; *ego* ir *superego*, kurie jų požiūriu sudaro žmogaus *sui generis* būdinguosius bruožus, anaip tol neperkeičia gyvuliui priskiriamos fundamentalios varomosios jėgos, t. y. polinkio į homeostazės būklę ar vidinę pusiausvyrą. Savo ruožtu bihevioristai yra įsitikinę, jog žmogaus elgesį sąlygoja tie patys dirgiklio ir refleksio dėsniai, kuriuos, eksperimentuodamas su šunimis, atrado Pavlovas, taip pat bausmės ir atlygio principai, kuriuos aptiko Skeneris ir kiti nebihevioristai. Todėl tiek psichoanalizę, tiek biheviorizmą apibūdina redukcionistinė pažiūra, skelbianti, kad ir sudėtingą žmogaus elgesį, ir paprastą gyvulio elgesį galima paaiškinti tais pačiais fiziologiniais ir biologiniais principais, neatsižvelgiant į tai, kad žmogaus organizmas yra labiau

išsivystęs, nei gyvulio. Redukcionizmo atžvilgiu Sri Aurobindo yra padaręs keletą taiklių pastabų:

“Jei remtumės mokslinė materialistinės pakraipos psichologija, tai [psichologiškai sudėtingos žmogaus prigimties ir jos perkaitos klausimą] išspręsti būtų dar kebliau. Juk kūną, biologinius ir fiziologinius mūsų prigimties veiksmus ji laiko ne tik vieninteliu atspirties tašku, bet ir tikroju pamatu, o žmogaus protą – menka gyvybės ir kūno nuoauga. Tikra tiesa, jog egzistuoja gyvuliškas žmogaus prigimties ir proto pradai, tačiau jis tėra viena mūsų fizinės būtybės dalis. Vis dėlto didžiausias skirtumas tarp žmogaus ir gyvulio matyti iš to, kad gyvulio protas, kiek mums yra žinoma, nėra akimirksniui negali atitrūkti nuo savųjų ištakų, nepajėgia nuplėšti dangalo, išsiveržti iš ankšto kokono, kurį kūniškasis gyvenimas suvijo aplink sielą, ir tapti kažkuo didesniu nei dabartinė jo patis, laisvesne, didingesne ir tauresne būtybe; žmoguje gi protas atsiskleidžia kaip galingesnė jėga, kuri pranoksta gyvybinę ir fizinę esybės formuluotę. Bet ir tai nėra viskas, kuo žmogus gali tapti: jis turi galios išlaisvinti ir išplėsti jame slypinčią dar galingesnę, tobulą energiją, kuri savo ruožtu pranoksta protinės prigimties formuluotės varžtus ir atskleidžia savo antprotinį (*supramental*) pavidalą, tobulą dvasinės esybės jėgą”.

Psichoanalizė redukcionizmą privedė prie kraštutinumo ir pagarsėjo tuo, kad net mistinius potyrius sumenkino iki nesąmoningų *id* pastangų. Štai ką apie tai galvojo Sri Aurobindo:

“Man regis, veiklą psichoanalitikų, besistengiančių virpančioje savo deglių šviesoje ištyrinėti dvasinį patyrimą, vertinti rimtai beveik suvis neįmanoma... Šviesos ryškumą jie tyrinėja žvelgdami viršun iš apačios tamsybių; tačiau šių dalykų pamatas yra viršuje, o ne apačioje... Tikrasis jų pagrindas yra Antmonybė, o ne sąmonė. Neatskleisime lotoso prasmės, jei analizuosime paslaptis, slypinčias dumble, iš kurio jis auga; lotoso slėpinius saugo dangiškasis lotoso archetipas, kuris amžinai žydi aukštybių Šviesoje... Kad pažintumėte dalį, pirmiausia turite pažinti visumą, ir permąstyti aukščiausius dalykus, kad perprastumėte žemiausius. Tai aukštesniosios psichologijos pažadas, ir ji laukia savo valandos, kuriai išmušus šie apgailėtini paklydimai liausis ir pavirs į nieką”.

Psichoanalitiniam ir biheavioristiniam redukcionizmui pasipriešino vadinamoji Trečioji jėga – humanistinė psichologija. Jos atstovai žmoguje įžvelgė unikalius aspektus, kurių negalima paaiškinti funkcinė veikla, būdinga priešistoriniam žmogui arba gyvūnijai. Humanistinė psichologija ypač pabrėžia vieną šių aspektų – vidinį individo poreikį ugdyti ir plėtoti savo latentinį potencialą. Pasak psichoanalitikų, žmogaus organizmas stengiasi įtvirtinti homeostazės būklę. Biheavioristų nuomone, žmogaus elgesys tėra reakcija į skatulius. Tačiau humanistinės psichologijos specialistai mano, jog individas ne vien tik stengiasi išlaikyti nuolatinę homeostazės būklę, ir juolab jo elgesio negalima laikyti vien reakcija į skatulius: žmogus iš vidaus yra skatinamas pranokti dabartinę arba esamą būklę, idant aktualizuotų slaptas savo galimybes. Vienas humanistinio psichologijos sąjūdžio kūrėjų Abrahamas Maslow pamėgino išplėtoti visapusišką požiūrį į žmogaus galimybes, kurios, kaip sakoma viename jo knygų pavadinimų, apima “tolesnes žmogaus prigimties sritis”, neišskiriant nė “kulminacinių potyrių” – būklių, paprastai siejamų su mistiniais arba pusiau mistiniais išgyvenimais. Tad Maslow pakartojo bemaž tai, ką Sri Aurobindo vienu sakiniu įvardijo kaip “visišką žmogaus ir gyvulio skirtybę”, kurios apibūdinimas buvo pateiktas citatoje kiek anksčiau.

Vis labiau gilindamasis į aukščiausiąsias žmogaus galimybes, Maslow sykiu su kitais humanistinės psichologijos šalininkais peržengė humanistinės prieigos ribas ir ėmė gvildinti tai, kas viršija kasdienę žmogaus sąmonę. Vėlyvuoju tyrimų laikotarpiu Maslow rašė:

“Humanistinę Trečiosios jėgos psichologiją manau esant pereinamąja; ji tėra pasiruošimas “aukštesniajai” Ketvirtajai psichologijai - transpersonalinei ir transhumanistinei, besiorientuojančiai ne į žmogaus poreikius ir interesus, bet veikiau į kosmosą, ir pranokstančiai žmogiškumą, tapatybę, saviraišką ir panašius dalykus”.

Jam antrina kitas humanistinės psichologijos kūrėjas Anthony Sutichius:

“Jutau, kad [humanistinei] orientacijai kažko trūksta... kad ji ... neskiria pakankamo dėmesio žmogaus vietai visatoje, arba kosmose. Kuo toliau, tuo labiau įsitikinau, kad saviraiškos koncepcija nėra pakankamai išsami, ir tai sukėlė naujų problemų”.

Maslow mintis apie “aukštesniąją psichologiją” stebėtinai primena Sri Aurobindo išpranašautąją “aukštesniąją psichologiją, laukiančią savo valandos”. 1960-jų pabaigoje Maslow, Sutichius ir kiti įžymūs humanistinės psichologijos atstovai įkūrė transpersonalinės psichologijos studijų asociaciją. Šitaip jie pradėjo paskutinį didelį sąjūdį psichologijoje, kurį gausėjantis psichologų ratas ėmė laikyti Ketvirtąją jėgą.

Transpersonalinės psichologijos adeptai sukūrė naują psichologijos apibrėžimą ir iš kitų psichologų tarpo išsiskyrė revoliucingomis pažiūromis. Šias pažiūras labai tiksliai išdėstė San Francisko Langley Porter Neuropsichiatrijos instituto mokslininkas ir Žmogaus pažinimo studijų instituto prezidentas, psichologas Robertas Ornsteinas:

“Pirmiausia psichologija yra sąmonės mokslas. Kai gali, mokslininkai sąmonę tiria tiesiogiai, o netiesioginių fiziologijos bei elgesio tyrimų imasi tik neišvengiamu atveju”.

Ar tatau nėra tolimas aidas minčių, kurias apie psichologijos paskirtį ir interesų sritį Sri Aurobindo yra parašęs prieš kelis dešimtmečius? Netaisygame ir veikiausiai nebaigtame bei po mirties išleistame rašinyje *Psichologija* Sri Aurobindo rašė:

“Psichologija yra mokslas apie sąmonę, jos būkles ir veikimą Gamtoje. Jeigu jau tąsias būkles ir veikimą įmanoma perprasti arba patirti, tai psichologija sykiu yra mokslas apie analogiškus reiškinius, vykstančius anapus pažįstamosios Gamtos ...”

“Sąmonė, apie kurią sakome “Tatau esu aš!” ir kurią pajėgiame stebėti, tėra mažytė mūsų būtybės dalelė, matoma plika akimi. Ji tarytum mažą proskyną, vedanti į vieną už kitos plytinčias platybių platybes ir gūdumų gūdumas, nors ir nežinome, kaip į jas įžengti. Tos platybės ir yra tikrasis pamatas. Jos yra mūsų patis, irgi esybė; paviršiuje regime tik savąjį *ego* ir jo akivaizdžią prigimtį”.

“Negalime permąstyti netgi menkausios šios išorinės prigimties krustelėjimo ar perprasti jos veiksmus lemiančių tikrųjų dėsnių, kol nesame pažinę viso to, kas yra užu ar po jais ir kas juos palaiko, ir kol nesame ištyrę viso to, kas plyti aplink ir viršum jų”.

Žinoma, psichologija sąmonės mokslu buvo vadinama ir anksčiau. E. B. Titcheneris (1867-1927) ir kiti introspektyviosios mokyklos atstovai psichologiją

apibūdino kaip “sąmonės elementų” tyrimą. Tačiau tai, ką jie tyrė, buvo introspekcijai prieinami paviršutiniški sąmonės aspektai. Į sąmonės tyrimą suvis neįėjo tai, kas esti už sąmoningo išorinio žinojimo, ir todėl introspektyviam žvilgsniui lieka nepažinu. Apie šią prieigą Sri Aurobindo rašė:

“Paprastai sąmonė yra tapatinama su protu, tačiau protinė sąmonė plyti žmogiškajame lygmenyje, sulig kuriuo visi įmanomi sąmonės lygmenys dar nesibaigia. Panašiai ir žmogaus regėjimas neapėmė visų spalvos atspalvių arba klausa – garso gradacijų. Aukščiau ir žemiau yra aibė žmogui nematomų ir negirdimų dalykų. Taip ir sąmonės lygmenys išsidėsto aukščiau ir žemiau žmogiškojo lygmens; su jais normalus žmogus neturi jokio ryšio, ir kaip tik dėl to jie atrodo esą nesąmoningi. Tatai yra antprotinis, arba antmonės, bei paprūtinis lygmuo”.

Tad psichologiją apibūdinanti “sąmonės mokslo” sąvoka veikiau nurodo ne tai, iš ko susideda sąmoningas ar protinis suvokimas, bet tai, kas, kaip teigia Sri Aurobindo, sudaro spalvos ar garso amplitudę primenančią lygmenų virtinę. Mano galva, žymiausias rašytojas apie sąmonės psichologiją yra Kenas Wilberis, itin smulkiai išgvildenęs naująją moderniosios psichologijos koncepciją. Wilberis, kaip ir Sri Aurobindo, naudoja metaforą, kuri matyti dviejose iš ką tik cituotų ištraukų. Wilberis suformulavo “sąmonės spektro” koncepciją:

“... žmogaus asmenybė yra ne kas kita, kaip daugiapakopis vienintelės sąmonės pasireiškimas. Panašiai ir fizikoje vienintelė būdinga elektromagnetinė banga skaidosi į daugybę elektromagnetinio spektro sluoksnių ... Kiekviena sąmonės spektro pakopa skiriasi aiškiai juntamu individualiu identitetu; pakopomis arba sluoksniais leisdamiems nuo aukščiausiosios kosminės sąmonės identiteto lygmens, atsiduriame ant sukibusio su *ego* sąmone ir smarkiai sumenkusio žmogiškojo identiteto laiptelio”.

Kai kuriais atžvilgiais Wilberio požiūris į *ego* sąmonę, reprezentuojančią “smarkiai sumenkusį žmogiškąjį identitetą”, visiškai pakeičia moderniosios psichologijos *ego* sampratą. Mat moderniosios psichologijos ir ypač psichoanalizės požiūriu *ego* reprezentuoja brandžiausią individo psichologinio išvystymo stadiją. Normaliu ir psichologiškai sveiku asmeniu yra laikomas asmuo, kurio *ego* yra pakankamai subrendęs. Manoma, jog tada, kai individo *ego* vystosi netinkamai ir dėl

šios priežasties individas kenčia nuo tam tikrų *ego* trūkumų, arba kai išsivysčius pakankamai stipriam *ego* dėl išorinio spaudimo ar vidinio konflikto žūva kurios nors *ego* funkcijos, tai individas kenčia nuo neurozės arba psichozės. Todėl šiuolaikinė psichologija, ilgą laiką užsiėmusi “normalios” asmenybės analize, gerai išsivysčiusį *ego* ėmė ypač vertinti. Negana to, *ego* tapo normalios būklės ir psichologinės sveikatos sinonimu. Net ir Jungas, kurį stipriai veikė Rytų mintis, ir kuris buvo vienas pirmųjų šiuolaikinės psichologijos mąstytojų, išdėstęs savo kolektyvinės sąmonės koncepciją ir gvildenęs transpersonalumo problemą, - ir jis nepripažino sąmonės būsenos, kurioje *ego* būtų galima transcenduoti ir pašalinti. Jis kategoriškai teigė, jog, esą, “sąmonė yra nesuvokiama be *ego*... jeigu nėra *ego*, tai nėra nei suvokėjo, nei suvokinio”. Pasak Jungo, praradęs *ego* žmogus patenka į nesąmoningą būklę.

Pats Jungas sąmonės be *ego* nesuvokė dėl to, kad ir jo natūrali žmogiškoji sąmonės prigimtis buvo neatsiejama nuo *ego*. Tačiau Sri Aurobindo ir kitų *siddhu**, transcendavusių *ego* sąmonę ir atradusių savąją patį, patirtis liudija, jog *ego*, kuriam būdingas atskiros individualybės jautimas, yra tikrosios individualybės šešėlis, o šiąją charakterizuoja vienybės jausmas su visa išreikštimi. Sri Aurobindo teigia: “*Ego* neturi atskiros būties. Jis tūno mūsų įvairiapusės būtybės paviršiuje; įsivaizduojama atskira individualybė yra išorinis reiškiny, gi viduj esanti tikroji individualybė tiesiasi link vienybės su visais daiktais...”.

Sąmonės spektro modelis, kuris apibrėžia kitokias nei *ego* sąmonės būsenas, yra, Wilberio nuomone, kartinė “amžinosios psichologijos” koncepcija. Tai universali doktrina, kuri savo požiūriu į žmogaus prigimtį prilygsta visoms didžiosioms metapsichologinėms pasaulio tradicijoms, tačiau “tuo pat metu skiria didelį dėmesį tipiskų vakarietiškų disciplinų - *ego* psichologijos, psichoanalizės, humanistinės psichologijos, Jungo analizės, interpersonalinės psichologijos ir kitų įžvalgoms”.

Jeigu jau sutinkame su teiginiu, jog psichologija yra sąmonės mokslas, o sąmonę kaip tokią sudaro nuo *ego* sąmonės aukštyrų ir žemyn plytinčios sferos, tai savaime persasi mintis, kad psichologijos studijos ir savęs pažinimas yra tarpusavyje susiję dalykai, turintys eiti koja į koją. Taip mano ir *Journal of Transpersonal Psychology* bei *PreVision* redaktorius Johnas Welwoodas. Mėgindamas nuspėti kryptis, kuriomis gali pasukti naujoji psichologija, Welwoodas rašo:

“Naujoji prieiga turėtų būti *savižinos psichologija*, pagrįsta vidiniu patyrimu, arba empirija, potyrio ir jo vidinės prigimties tyrinėjimu...”.

**Siddha – sanskr. tobula siela; jogoje pasiekusysis tobulybė. (vert. past.)*

“Savižinos *disciplinos* (pavyzdžiui, meditacijos praktika) turi tapti naujosios prieigos pamatu. Pažinimas yra grindžiamas tam tikra disciplina, tvarkingu ir tiksliu nusistatymu stebėti, lavintis ir mokytis. Savižinos disciplina moko sutelkti dėmesį į savo potyrį ir aktyviai jį stebėti...”.

Sri Aurobindo psichologiją taip pat laikė savižinos disciplina. Jis kalbėjo apie “psichologinius disciplinos, kurios dėka žmogus save išgrynina ir ištobulina, metodus. Tai esąs psichologijos uždavinys, tačiau ją reikėtų suprasti kiek kitaip, nei Europoje – kaip gilesnę, praktinę psichologiją, Indijoje vadinamą joga”.

Turbūt didžiausias Sri Aurobindo įnašas į šiuolaikinę psichologiją yra psichologijos, kaip sąmonės mokslo, numatymas. Tačiau, nors Sri Aurobindo ir numatė “aukštesniosios psichologijos, laukiančios savo valandos”, atėjimą, jis rėmėsi asmeniniu patyrimu. Sri Aurobindo pats nubraižė bei smulkiai aprašė sąmonės ir visų jos pereinamųjų pakopų žemėlapi. Jo išplėtotas sąmonės mokslas arba joga, sykiu būdamas savižinos ir savikaitos disciplina, laukia, kol jį atras naujų psichologijos horizontų tyrėjai.

NUORODOS

SRI AUROBINDO IR PASĄMONĖS KONCEPCIJA PSICHOLOGIJOJE

Mes esame ne tik tai, ką apie save žinome, bet ir neprilygstamas daugis, kurio nežinome; mūsų dūli asmenybė tėra burbulas būties vandenyne.

SRI AUROBINDO

Mūsų protas ir ego yra tarytum šventyklos viršūnė ir skliautas, kyšantys iš bangų, tuo tarpu didžioji statinio dalis skendi po vandenų paviršiumi.

SRI AUROBINDO

Kai kurie Europos mąstytojai, tarp jų žinomi filosofai Leibnizas ir Kantas, apie sąmonę mąstė metafiziškai. 1869 metais išleistame veikle *Philosophie des Unbewussten (Pasąmonės filosofija)* Eduardas Von Hartmannas nuosekliai išplėtojo pirmąją metafizinę sąmonės teoriją. Jis iškėlė prielaidą, jog visatai vadovauja protinga, tikslinga ir nesąmoninga valia. Tačiau pagrindinę sąmonės koncepciją žmogaus elgesiui tirti sukonstravo du įžymiausi asmenybės teorijos specialistai - Sigmundas Freudas ir Carlas Jungas.

1885 metais atradęs sąmonę, Freudas ją apibūdino kaip proto sritį, talpinančią nerimą keliančius troškimus, jausmus, atsiminimus ir vaizdinius, kurie buvę išstumti, idant nepatektų į sąmonę. Nors šio išstumto sąmonės turinio sąmoningai ir neįmanoma pažinti, žmogaus elgesiui jis darė didelę ir veiksmingą įtaką, ypač tuomet, kai minėtasis turinys reiškiasi psichopatologiškai arba nenormaliai. Norėdamas apibūdinti milžinišką sąmonės tūrį, gerokai pranokstantį sąmoningo proto apimtį, Freudas panaudojo gerai žinomą metaforą: protas esąs it aisbergas, kurio devyni dešimtadaliai – sąmonė – slypi po vandeniu. Šį atradimą 1901 metais Williamas Jamesas pavadino “didžiausiu žingsniu į priekį, koks tik buvo žengtas psichologijoje nuo to meto, kai studijavau šį mokslą”. Nors Freudas asmenybės teorijos įtaka nuo jos suklestėjimo laikmečio gerokai susilpnėjo, sąmonės koncepcija ir toliau didžiu mastu veikia psichologinę mintį. Nūdienos psichologas Johnas Welwoodas sako:

“Pasąmonės koncepcija yra turbūt pati galingiausia šiuolaikinės psichologijos doktrina. Iki Freudo buvo keblu suvokti tikrąją plačios žmogaus elgesio ir potyrių skalę - sapnų, neurotinių simptomų, simbolinių vizijų, selektyvinio užmiršimo, kalbos riktų - reikšmę. Dabar aiškinamoji pasąmonės koncepcijos galia ją padarė akivaizdžią ir visuotinai pripažįstamą.”

Sigmundas Freudas

Savo karjeros pradžioje Freudas pacientus gydė “vidurių paleidžiamųjų vaistų” metodu. Jis įgijo patirtį, kuri jį paskatino sukurti dvigubą pasąmonės ir išstūmimo koncepciją. Šį metodą, kurio esmę sudaro hipnozės metu atgaivinti išstumti prisiminimai, Freudas vyresnysis kolega Josephas Breueris sėkmingai taikė isterija sergantiems pacientams. Gydydamas naujuoju būdu Freudas įsitikino, kad kankinančių užmirštų prisiminimų tarpe vyrauja nepriimtini potroškiai. Todėl užmiršimą Freudas priskyrė išstūmimo procesui, kurio metu kankiną prisiminimai iškeliauja į pasąmonės gelmes. Užmiršimas, vykstant išstūmimo būdu, skiriasi nuo paprasto užmaršumo. Mat pirmojo turinys sąmoningam protui pasidaro nebesuvokiamas, tuo tarpu paprasčiausiai užmirštus dalykus galima puikiai atsiminti, nes jie esą nustumti į laikiną priešsąmoninę proto erčią. Taigi, Freudas suformulavo topografinę teoriją, kurioje protą suskirstė į tris dalis – sąmonę, priešsąmonę ir pasąmonę.

Vėliau Freudas išplėtojo struktūrinę asmenybės teoriją, kurios pamatą sudaro proto mechanizmas, susidedantis iš trijų komponentų. Šie trys komponentai yra: *id*, arba primityvi instinktų jėga; *ego*, arba mąstanti proto dalis, atliekanti kognityvias suvokimo, atminties, problemų sprendimo ir kitas funkcijas; *superego*, veikiantis kaip *ego* sąžinė, kuri cenzūruoja instinktyvius *id* reikalavimus. Lygindamas ankstesniąją topografinę teoriją su vėlesniąja struktūrine asmenybės interpretacija Freudas padarė išvadą, jog tikroji pasąmonė yra *id*, tačiau akivaizdu ir tai, kad “didelė *ego* dalis”, kaip ir *superego*, “pati yra nesąmoninga”. Vadinasi, Freudas pripažino, kad visi trys įvairaus laipsnio komponentai, psichologijoje apibendrintai vadinami protu arba psiche, sudaro vieną pasąmonės dalių.

Carlos G. Jungas

1912 metais veikale *Psychology of the Unconscious* Jungas pateikė išsamesnę požiūrį. Asmeninę pasąmonę, apie kurią kalbėjo Freudas, jis atskyrė nuo kolektyvinės

pasąmonės, kuri tapo didžiausiu jo paties atradimu. Priešingai nei Freudas, Jungas manė, kad asmeninę sąmonę sudaro ne tik išstumti kankiną prisiminimai, bet ir seniai pamiršti įvykiai, ribinės sąmonės suvokiniai, esą už suvokimo slenksčio, ir “visas kitas psichologinis turinys, nepasiekęs sąmonės slenksčio, arba tas, kurio energetinis pakrovimas nepakankamas, norint jį įtvirtinti sąmonėje, taip pat ir turinys, kuris bus įsisąmonintas ateityje”. Apie pamirštus įvykius jis rašo: “Pamirštas dalykas tereiškia tai, ... kad jis virto ribiniu. Jo energija taip išseko, kad jis nebegali atsigaminti sąmonėje.” Kita vertus, Jungas teigia, jog kolektyvinė sąmonė susideda iš pagrindinių universalių žmogiškųjų skatulių arba instinktų, ir yra ”milijonus metų protėvių akumuliuotų potyrių saugykla”, įtvirtinusi tam tikrus gilius psichinius žmonijos polinkius. Šiuos paveldėtus nesąmoningus polinkius reprezentuoja įvairūs galingi pirmykščiai vaizdiniai, vadinamieji archetipai. Pasak Jungo, archetipų galima aptikti visuose pasaulio mituose ir pasakose, jie išnyra sapnuose, fantazijose ir net pamišėlių haliucinacijose. Kai kurie pagrindiniai archetipai yra šie: Motina, Tėvas, Vaikas, Moteris, Vyras, Didžioji Motina, Motina Žemė, Motina Gamta, Dievas, Velnias, Senas Išminčius, Gimimas, Mirtis, Atgimimas, Stebuklas, Vienybė, Patis* ir Ratas. Anot Jungo, priklausomai nuo sąmonės turinio, instinktai ir archetipai sudaro dvi pagrindines grupes. Savisaugos ir dauginimosi instinktai esą tarsi psichinės energijos srovės, o archetipai – kryptys, kuriomis jos teka. Tiek instinktų, tiek archetipų šaltinis esąs sąmonė, tačiau veikia jie sąmoningo proto plotmėje. Pirmu atveju tat esti savisaugos ir dauginimosi impulsai, antruoju – universalios idėjos.

Asmeninė sąmonė nuo kolektyvinės skiriasi ne tik turiniu. Jos esančios nepanašios dviem esminiais atžvilgiais. Pirma, vieno žmogaus asmeninė sąmonė nuo kito skiriasi turinio prigimtimi; gi viso pasaulio individų kolektyvinė sąmonė yra vienoda. Antra, asmeninė sąmonė ima veikti kaip sąmoningo proto formavimosi pasekmė, o kolektyvinė sąmonė, priešingai, egzistuoja dar iki jam susiformuojant.

Freudo ir Jungo teorijų lyginamoji analizė

Tiek Freudo, tiek Jungo požiūryje į sąmonę slypi nemaža panašumų ir skirtumų. Pagrindiniai būtų šie:

*Patis – angliškai *Self* (vert. past.).

- a) Ankstyvojoje topografinėje teorijoje Freudas į sąmonę žvelgė kaip į išstūmimo pasekmę. Vadinasi, iš pradžių jis manė, kad sąmonę sudaro vien tik išstumtasis turinys. Jungas, priešingai, teigė, kad, sykiu su pastaruoju, sąmonę sudaro seniai pamiršti prisiminimai ir ribiniai vaizdiniai.
- b) Vėlesniojoje struktūrinėje teorijoje Freudas kalbėjo apie *id* kaip apie pirminę medžiagą, iš kurios išsiplėtoja kiti du struktūriniai asmenybės komponentai – *ego* ir *superego*. Kadangi *id* yra visiškai nesąmoningas ir susideda iš instinktyvių polinkių, vėlesnioji Freudo sąmonės koncepcija sutampa su Jungo teorija tuo atžvilgiu, kad sąmonę sudaro ir instinktai, ir išstumtasis turinys.
- c) Freudo požiūrį į sąmonę nuo Jungo požiūrio labiausiai skiria Jungo įvesta asmeninės ir kolektyvinės sąmonės samprata bei pastarajai suteikta daug didesnė reikšmė.
- d) Freudas ir Jungas skirtingai akcentavo sąmonės reikšmę žmogaus gyvenime. Pasak Freudo, sąmonė atlieka du pagrindinius vaidmenis. Pirma, būdama instinktyvių polinkių saugykla, sąmonė išskiria elgesį nulemiančią biologinę energiją. Antra, priklausomai nuo išstumto turinio, ji sukelia įvairaus pobūdžio ir laipsnio negalavimus: nuo “kasdieninio gyvenimo psichopatologijos”, kaip antai kalbos riktai ir selektyvinis užmiršimas, iki psichiatrinių sutrikimų - įvairių psichoneurozių ir psichozų. Pastarasis sąmonės vaidmuo, susijęs su nenormaliais arba neigiamais elgesio aspektais, Freudo teorijoje įgauna ypač didelę reikšmę. Visus kitus - konstruktyvius ir kūrybinius - elgesio aspektus Freudas laikė sąmoningo *ego* sublimuojančios, arba ribinės, veiklos priežastimi. Kita vertus, Jungas, pripažindamas ir asmeninės, ir kolektyvinės sąmonės vaidmenį psichopatologinio elgesio atvejais, pripažino ir tai, kad sąmonė yra kūrybinių idėjų šaltinis, o “archetipų vaizdiniai užima vietą tarp aukščiausių žmogaus psichės vertybių.”
- e) Gera žinoma yra Freudo ir Jungo koncepcijų skirtumas instinktyvios sąmonės energijos atžvilgiu. Pasak ankstyvojo Freudo, instinktyvi *id* energija, arba vadinamasis *libido*, yra iš esmės lytinė energija. Taip mąstydamas, Freudas iš naujo suformulavo instinktų koncepciją ir nurodė du instinktų tipus. Vieną jų sudaro erotiniai (*Eros*), arba dauginimosi instinktai, neišskiriant nė lytinio instinkto, antrą – griovimo, arba mirties (*Thanatos*) instinktas. Iš pastarosios formuluotės matyti, kad *libido* jis laikė erotine energija, o agresiją – griaunamąją energijos išraiška, kuri yra priešinga malonumui ir t.t. Freudo atlikti instinktyvios energijos sampratos pakeitimai taip ir nepadarė didesnės įtakos psichoanalitiniam mąstymui; psichoanalitikai veikiau buvo

linkę išlaikyti lytinę *id* ir *libido* konotaciją. Kita vertus, Jungas, lytiniam impulsui niekuomet neteikęs ypatingos reikšmės, *libido* interpretavo kaip bendrą psichinę energiją, kuri reiškiasi įvairiausiais pavidalais, kaip antai lytinis potraukis (Freudas), valdymo potraukis (Adleris), ir kita.

Sri Aurobindo

Sri Aurobindo požiūriu, fundamentalus šiuolaikinės psichologijos, mėginančios nustatyti sąmonės prigimtį, ribotumas kyla iš klaidingo sudėtingos realybės visumos aprašymo, remiantis maža jos dalimi. Tokia prieiga primena gerai žinomą parabolę apie akląjį, kuris, apčiupinėjęs atskiras dramblio kūno dalis, ėmė įsivaizduoti, kad jis visas esąs panašus į koją ar straublį. Apie tokius “atradimus” Sri Aurobindo yra kalbėjęs ne kartą.

Toliau pateikiamas paaiškinimas nušviečia Sri Aurobindo ištaros “kad pažintumėte dalį, pirmiausia turite pažinti visumą” prasmę.

Bendrais bruožais žmogų galima apibūdinti kaip visumą, susidedančią iš keturių dalių: paviršinės esybės, sąmonės, ribinės sąmonės ir antmonybės. Tam, kad galėtume suprasti keturypę žmogaus konstitucijos prigimtį, pradžioje turime susipažinti su tam tikrais fundamentaliais Sri Aurobindo filosofijos principais.

Pirma, žmogus yra visatos būties dalis, kitais žodžiais, jis yra mikrokosmas, pareiškiantis į makrokosmą; dėl to psichologinė žmogaus prigimtis tampriai siejasi su metafizine visatos prigimtimi. Antra, pati visata yra reiškiamasis sąmonės, kuri iš žemiausio Nesąmonybės lygmens išauga iki aukščiausiųjų Antmonybės lygmenų; todėl “sąmonės gimimas ir augimas yra pagrindinė evoliucijos paskata ir raktas į jos slaptą tikslą”. Trečia, pirma sąmonės evoliucijos vyko jos involiucija; vadinasi, Nesąmonybė yra paslėpta sąmonė ir “atvirkščias galutinės antmonybės atkūrimas”; todėl evoliucija yra Nesąmonybės gražos veiksmas, nukreiptas į aukščiausiąją Sąmonę. Šiems fundamentaliems teiginiams yra būdingas besąlygiškas įsitikinimas, jog nėra visiškai nesąmoningų arba iš pagrindų nuo sąmonės atskirtų daiktų; dėl to žodį “pasąmonė” psichologai vartoja ne visai tikslia šio žodžio prasme; iš tiesų vadinamoji pasąmonė reiškia tai, kas esti už paviršiaus sąmonės ribų ir sykiu tai, kas protui normalioje būklėje yra nepažinu.

Evoliucijos procese iš Nesąmonybės pirmiausia išnyra Materija, o iš jos savo ruožtu atsiranda žmogus. Apie Nesąmonybės triūsą Materijoje ir kūne Sri Aurobindo rašo:

“Kūnas ... yra Nesąmonybės tvarinys. Jis pats, arba mažų mažiausiai kai kurios jo dalys ir slapti veiksmai yra nesąmoningi; tačiau tai, ką mes vadiname Nesąmonybe, tėra išorė, buvimo vieta, slaptosios Sąmonės, arba Antmonybės, įrankis. Tai ji sukūrė stebuklą, įvardijamą kaip visata. Materija yra Nesąmonybės tvarinys ir veiklos laukas. Nesąmoningos Materijos veikmės išbaigimas, tobulas veikimo būdų pritaikymas siekiant galutinio tikslo, daromi stebuklai ir kuriamas įstabus grožis, - visa tai, nepaisant neišmoningo neigimo, liudija Antmonybės galią bei buvimą kiekvienoje medžiaginės visatos dalyje, kiekviename jos veiksmo. Ji yra šiame kūne, kurį sutvėrė, ir jos išsiskleidimas mūsų sąmonėje yra slaptasis evoliucijos tikslas bei raktas į mūsų būties paslaptis.”

Iš tariamai nesąmoningos Materijos išnyra Gyvybė ir Protas. Sri Aurobindo paaiškina, kaip veikia Gyvybės, kuri esanti tarpinė grandis tarp Proto ir Materijos, prigimtis:

“Visame kame Gyvybė skleidžiasi vienodai – nuo atomo iki žmogaus. Atome slypinti nesąmoninga materija ir judėjimas persikelia į gyvulio sąmonę, gi augalija yra vidurinė evoliucijos stadija. Iš tikrųjų Gyvybė yra visatos Sąmoningosios Jėgos darbas, dirbamas Materijos sąmonėje; tai kuriamasis, įtvirtinantis, griauantis ir atstatantis pavidalus arba kūnus triūsas, tai pastanga energijos žaismu ar, veikiau, žadinančiųjų jėgų savitarpio kaitos srovėmis šiuose kūnuose pažadinti sąmonės pojūtį. Ši triūsą sudaro trys lygmenys; žemiausiame gyvybės virpesys dar esti įkalintas Materijoje, visiškai nesąmoningas ir iš pažiūros išvien nevalingas; viduriniajame jis tampa atveikus, tačiau toji atveika tebėra paprūtinė, nors ir svyruoja ant sąmonės ribos; aukščiausiame gyvybė išplėtoja sąmoningą protavimo būdą, kuris reiškiasi protu suvokiamais jūtimais, o šie šiame pereinamajame tarpsnyje savo ruožtu tampa jausminio protavimo ir intelekto vystymosi pamatu. Vidurinysis lygmuo mums perša mintį, jog iš tikro jame Gyvybė atsiskiria nuo Materijos ir Proto, tačiau visuose trijuose tikrovės lygiuose ji yra ta pati ir visuomet užima tarpinę vietą tarp Proto ir Materijos - susideda iš pastarosios ir sykiu esti sklidina pirmojo.”

Grįžkime prie Sri Aurobindo keturlypės žmogaus sandaros klasifikacijos. Paviršinė žmogaus sąmonė, kildinama iš trijų anksčiau aptartų visuotinių pradmenų, atitinkamai susideda iš proto, gyvybės* ir kūno sąmonės. Sri Aurobindo nurodo, kad žodžiu “protas”, kuriuo paprastai daug nesirenkant yra nusakoma visa paviršinė sąmonė, jis apibrėžia tą jos dalį, kuri yra susijusi su kognityviniais elementais ir funkcijomis, pavyzdžiui, idėjomis ir mintimis, intelektu, mąstymu ir protavimu. Protą jis atskiria nuo kitų dviejų paviršinės prigimties elementų, tai yra, gyvybės ir kūno sąmonės, kuri paviršiuje esti sumišusi su protu. Gyvybė – tai Gyvenimo Prigimtis, sulipdyta iš jutimų, veiksmų galių, instinktų, impulsų, troškimų, jausmų ir emocijų. Tačiau kūnas, pasak Sri Aurobindo, “nėra vien tik nesąmoninga Materija: įsikūnija slaptai sąmoninga Energijos struktūra. Slaptai sąmoningas kūnas tuo pat metu yra atviros Sąmonės, kuri radosi iš fizinės energijos substancijos ir yra savižini, išraiškos priemonė.” Sri Aurobindo nurodo priežastis, dėl kurių gyvybės ir kūno sąmonę nėra lengva atskirti nuo proto:

“Iki tam tikro laipsnio protas susitapatina su fizinio gyvenimo ir kūno veiksmiais ir priskiria juos sau, todėl mums atrodo, jog visa sąmonė yra protinė. Tačiau vos tik mes atsitraukiame, atidaliname protą nuo likusios savo dalies, jis tampa stebėtoju, ir mes pamatome, kad gyvybė ir kūnas, taip pat visiškai fizinės gyvybės dalys turi savo sąmonę, kuri atitinka žemesniąją gyvybę ir kūniškąją esybę, - netgi visai gaivališką sąmonę, kurią gali turėti ir primityvios gyvūnijos formos, - būtent jos dalį mūsų protas įima į save ir suprotina. Tačiau net ir savarankiškai veikdama šioji sąmonės dalis stokoja protinio žinojimo, kuriuo mes džiaugiamės; jos protas yra protas, besąlygiškai susietas su kūnu ir fizine gyvybe: ji neturi jokios savimonės, vien tik veiksmo ir atoveiksmio, judėjimo, impulsų ir troškimų, įvairių reikmių, gamtinių poreikių, alkio, instinktų, skausmo, nejautos ir malonumo pojūčius. Vis dėlto, nors ir žemesnio lygmens, ji turi tą tamsų, ribotą ir nevalingą žinojimą; ... tačiau, vos tik mes atitrūkstame ir pajėgiame atskirti protą nuo jutimų, bematant imame suvokti, jog kalbamasis reiškinys priklauso nervinei, jutiminei ir nevalingai aktyvios sąmonės rūšiai, žinojimo lygmeniui, kuris nėra tapatus protui: šios rūšies sąmonė skirtingai, savaip reaguoja į sąlyčius, jos jautrumas kyla iš jautimo galių; jai nėra būtina nei proto percepcija, nei reakcija.”

* Gyvybei apibūdinti Sri Aurobindo dažnai naudoja žodį *vital* (vert. past.).

Pasąmonė

Pasąmonę Sri Aurobindo apibrėžia šiais žodžiais:

“Pasąmonė yra krašutinė mūsų nematomos vidinės esybės riba, ties kuria ji susisiečia su Nesąmonybe; mūsų esybės pakopa, kurioje Nesąmonybė virsta pusiau sąmone ... Kitaip sakant, žemutinė dalis, kurią galima apibūdinti kaip Nesąmonybės prieigas.”

Kad geriau suprastume pasąmonės prigimtį, turime aiškiai skirti pasąmonės lygmenį nuo paprõtinio. Evoliucinės sampratos požiūriu, pasąmonė yra žemesnė pakopa nei protas. Šia prasme fizinė kūno ir gyvybės sąmonė yra paprõtinė, tačiau ir ne visai nesąmoninga, nes paprõtiniame lygmenyje sąmonė visgi yra iki tam tikro laipsnio susiformavusi ir išreikšta. Tačiau didžioji jos veikimo dalis nėra suvokiama protu ir dėl to šiuolaikinė psichologija ją laiko pasąmonės dalimi. Sri Aurobindo teigia, jog “tikroji pasąmonė yra kas kita, nei gyvybinis ir fizinis posluoksnis; tai Nesąmonybės virpesiai, jaučiami sąmonės paribų. ...”Kitais žodžiais, jei paprõtinis sluoksnis plyti tuoj už proto, tai pasąmonė driekiasi netgi žemiau fizinės ir kūniškosios sąmonės.

Sri Aurobindo yra nusakęs pagrindines pasąmonės savybes:

“Mūsų jogoje pasąmonė atitinka esybės dalį, kurioje neegzistuoja jokia aiški mintis, valia, jausmas ar kryptinga reakcija. Tačiau ji sugeria ir saugo visokius įspūdžius, - įvairiausių skatulių ir įkyrių pasikartojančių veiksmų nuojautas, kurios sapnuose arba budrioje būklėje gali pasireikšti kuo keisčiausiu pavidalu arba atsinaujinti iškreipta forma. Dažniausiai šie įspūdžiai nesuvokiamu ir padriku būdu atsigamina sapnuojant. Budrioje būklėje jie reiškiasi kaip mechaniškas pamirštų minčių bei senų protinių, gyvybinių ir fizinių įpročių pasikartojimas, arba miglotai skatina justį, jausti, veikti. Tokie jutimai, jausmai ir veiksmai su mūsų sąmoningomis mintimis ar valia neturi nieko bendra, priešingai, jie dažniausiai nepaklūsta valingam suvokimui, pasirinkimui ar proto įsakymams. Tamsus pasąmonės protas knibždėte knibžda įkyriomis *samāskāromis**, įspūdžiais, asociacijomis, sustabarėjusiais įsitikinimais ir praeityje susiklosčiusiais reagavimo įgūdžiais; tamsioje gyvybėje veši įprastų troškimų, jutmų bei nervinių reakcijų miškas, ypač veikias kūno būklę. Pasąmonės veikla itin

smarkiai atsiliepia sveikatai; chroniški ir atkrentantys negalavimai yra susiję daugiausiai su sąsmonine, jos atkaklia atmintimi bei kūno sąsmonėje įsispaudusių įvykių pasikartojimu.”

“Puikiai žinome psichologinį dėsni, pagal kurį visa, ką tik sąsmoningas protas nuslopina, išlieka sąsmonėje ir atsinaujina būdraujant, kai yra pašalinama kontrolė, bei sapnuojant. Pati proto kontrolė žmoguje nieko negali išrauti su šaknimis. Normalaus žmogaus sąsmonė sudaro didžiąją gyvybės ir fizinio proto, taip pat ir paslėptos kūno sąsmonės dalį.”

“Iš gyvybės ar kūno pašalintas turinys beveik visuomet nusėda sąsmonėje ir it sėkla joje glūdi tol, kol atsiranda galimybė vėl sudygti. Todėl labai sunku atsikratyti įprastų gyvybės veiksmų ar pakeisti charakterį, nes, šio šaltinio palaikomi ir gaivinami, šiose iščiose saugomi, net ir nuslopinti arba išstumti jūsų gyvybės veiksmai vėlei atsigamina ir pasikartoja.”

“Ta mūsų dalis, kurią tiksliai galime apibūdinti kaip sąsmonę, - nes ji, žema ir tamsi, glūdi žemiau proto ir sąsmoningo gyvenimo lygmens, - apima grynai fizinius bei gyvybinius mūsų kūno sąrangos dėmenis, kurių protas nepastebi ir jų veiksmų nekontroliuoja. Galima sakyti, kad šie dėmenys turi slaptą miglotą sąsmonę, aktyvią, bet neapčiuopiamą. Ji veikia ląstelėse, nervų sistemoje bei visame medžiaginiame kūne ir tvarko jo gyvybinius procesus bei nevalingas reakcijas. Jai priklauso ir žemiausios jutiminio proto funkcijos, kurios veiklesnės esti gyvūnijos ir augalijos pasaulyje.”

**Samāskāra* – sanskrito žodis, reiškiantis esminius polinkius, senas asociacijas arba susiformavusius įpročius. (vert. past.)

Įdomu, jog kai kurios esminės Freudo nuostatos apie sąsmonę stebėtinai primena anksčiau pateiktą Sri Aurobindo sąsmonės aprašymą. Pagrindinės nuostatos, patvirtintos Sri Aurobindo, yra šios:

- a) Sąsmonė yra daug platesnė, nei sąmonė.
- b) Sąsmonės išstumtas turinys tampa sąsmonės dalimi.
- c) Sąsmonės turinys galingai veikia sąsmoningo proto veiklą.

- d) Tai, kas esti pasąmonėje, iškyla sapnuose. (Freudas yra pasakęs, kad sapnai yra lengviausias kelias į pasąmonę).
- e) Tam tikri pasąmonėje išsiskiriantys potyriai yra linkę kartotis įkyriu būdu, kurį Freudas pavadino “priverstiniu pasikartojimu”.

Tačiau, pasak Sri Aurobindo, “žemesnioji gyvybinė pasąmonė, kurią Freudo psichoanalizė, rodos, vieną nežino, ir tos pačios tik kai kurias menkai tenušviestas vietas, yra ne kas kita, kaip ribota ir labai menka ribinės sąmonės visumos dalis.”

Ribinė sąmonė

Sąvoka “ribinė sąmonė” (*subliminal*) pažodžiui reiškia paribį arba prieslenkstį, ir dažniausiai yra vartojama nurodant sensorinių dirgiklių buvimą už jų nustatymo slenksčio. Tai reiškia, kad jie nepasiekia minimalaus intensyvumo ir trukmės, būtinos sensoriniams neuronams sužadinti ir suvokti. 1886 metais F. W. H. Myersas, kuris yra laikomas ribinės sąmonės atradėju, šią sąvoką vartojo norėdamas apibrėžti tam tikrus psichologinius procesus, vykstančius žemiau pažinimo lygmens. Vėliau Jungas bei kiti psichoanalitikai kai kuriose savo raštų vietose ribinės sąmonės sąvoką naudojo kaip pasąmonės* sinonimą. Apie šios sąvokos sugretinimą su pasąmone šiuolaikinėje psichologijoje Sri Aurobindo sako:

“Ribinė sąmonė yra bendra sąvoka, naudojama sritims, kurių nėra budrioje išorėje, nusakyti. Panašia prasme Europos psichologai vartoja ir pasąmonės sąvoką, nes tarp jų nemato jokio skirtumo. Tačiau kai aš sakau “pasąmonė”, tai visuomet reiškia tik tai, kas yra *žemiau*, o ne užu paprastos fizinės sąmonės.”

Sri Aurobindo sąvoka “ribinė sąmonė” paprastai apibūdindavo tas sritis, kurios neįeina į būdraujančios išorės sąmonės sferą, ir “ją reikia suvokti kaip apimančią tiek žemesniąją pasąmonę, tiek aukštesniąją antmonę kartu paėmus.” Tačiau jis skiria tris sritis, neįeinančias į išorės sąmonės valdas: esančią apačioje, arba žemiau (pasąmonę), esančią užu (ribinę sąmonę) ir esančią viršuje, arba aukščiau (antmonę). Sri Aurobindo nurodo skirtumą tarp pasąmonės ir ribinės sąmonės:

*Šioje vietoje autorius pažymi, kad žodžiai *unconscious* ir *subconscious* yra vartojami kaip sinonimai.

“... kai mes sakome “pasąmonė”, tai iš karto galvojame apie tamsų nesąmoningumą, arba pusiau sąmoningumą, kartais ir apie žemiau esančią sąmonę, kuri yra prasčiau organizuota, nei būdraujanti sąmonė ar, mažų mažiausiai, blogiau besitvarkanti. Tačiau, vos tik įsigiliname į save, tuoj pamatome, kad kažkurioje mūsų ribinės sąmonės dalyje – nors ir nesutampančioje su ja visa, nes ji taip pat turi tamsių užkaborių – egzistuoja daug platesnė, šviesesnė, geriau save ir visa kita valdanti sąmonė, nei ta, kuri būdrauja išorėje ir geba susivokti kasdienybės tėkmėje. Tai mūsų vidinė esybė, ir būtent ją mes turėtume laikyti ribinės sąmonės patimi bei atskirti nuo pasąmonės, tos kitoms pavaldžios ir pačios žemiausios slaptos mūsų prigimties sferos.”

Toliau Sri Aurobindo aptaria ribinės sąmonės prigimtį:

“Už būdraujančio išorės proto būva “ribinės sąmonės” patis, didingesnė už aną ir apdovanota stebėtiniais gebėjimais. Patis veikia daug našiau, ir jos patyrimas tikresnis. Patis stebi išorinį protą, nors šis nė nenutuokia ją esant.”

“Mūsų ribinės sąmonės patis nėra Nesąmonybės galių išdava, kaip fizinės išorės atveju; joje aukštyn evoliucionuojanti sąmonė susitinka su sąmone, involiucijos tikslu nužengiančia žemyn. Joje slypi vidinis protas ir gyvybė, vidinė, arba subtilioji fizinė būtybė, pranokstanti mūsų išorinę būtybę bei prigimtį. ... Paties sąmonė įstengia susijungti su visuotine, tuo tarpu mūsų išorinė būtybė su visata palaiko ryšį netiesiogiai, per jutiminį protą ir jausmus. Ribinė sąmonė turtinga vidinių jautimų, ribinio matymo, lytėjimo, girdėjimo; tačiau šie subtilūs jautimai yra veikiau vidinės esybės sąmonės laidininkai, nei žinianešiai: ribinės sąmonės žinojimas nepriklauso nuo jautimų, kurie betarpiškiems dalykų potyriams tik suteikia pavidalą; kitaip, nei būdraujančio proto atveju, jautimai čia ne iki galo atskleidžia daiktų pavidalus tam, kad protas pripažintų jų buvimą, arba kad jie virstų netiesioginio konstruktyvaus potyrio išeities tašku. Ribinė sąmonė turi teisę įžengti į protinį, gyvybinį ir subtilųjį fizinį visuotinės sąmonės lygmenį, ji nėra įkalinta medžiaginiame plane ir fiziniame pasaulyje; ji išmano būdus, kaip bendrauti su pasauliais būties, kurią šiame involiucijos tarpsnyje sukūrė nužengianti sąmonė, ir užmegzti ryšį su planais arba pasauliais, kurie galėjo rasti arba būti sukurti, idant nuo Nesąmonybės pakiltume iki Antmonybės. Į šią didelę vidinės būties erčią pasitraukia mūsų protas ir gyvybė, kai baigia išorinę veiklą – tai įvyksta miegant, susikaupiant arba panyrant į vidinį transą.”

Sri Aurobindo ribinės sąmonės patį vadino vidine esybe, kuri skiriasi nuo išorinės, arba paviršinės, esybės:

“Galima sakyti, jog mes susidedame iš dviejų esybių: viena jų yra išorinė – ji apima paprastą išorės protą, gyvybę ir kūno sąmonę. Vidinis protas, gyvybė ir kūno sąmonė sudaro kitą, vidinę patį, slėpinčią kiautę.”

Išorinė esybė siejasi su ribine sąmone ir, to nežinodama, iš jos semiasi įkvėpimo, įžvalgų ir pan. Sri Aurobindo teigia:

“Mūsų psichologijos požiūriu, ji [ribinė sąmonė] su maža išorine asmenybe susisiečia per tam tikrus sąmonės centrus, kuriuos aptikti padeda jogos pratybos. Tik dalelė vidinės esybės pasiekia išorės gyvenimą, tačiau ji yra geriausia žmogaus pusė, atsakinga už meną, poeziją, filosofiją, idealus, religinius siekius, pastangas visa pažinti ir tobulėti.”

Tad vidutinio individo išorinę esybę veikia tiek sąmonė, tiek ribinė sąmonė, nors pirmoji daro žymiai didesnę įtaką.

Kolektyvinei Jungo sąmonės koncepcijai, be kitų elementų, yra būdingi kai kurie aspektai, kuriuos Sri Aurobindo apibrėžia kaip ribinę sąmonę. Pavyzdžiui, ribinė sąmonė, kaip matyti iš anksčiau cituotos minties, pasižymi vidinės regos, lytos, girdos ir kitais jūtimais; todėl ribinė sąmonė yra “vidinių reiškinių ir antjautiminių potyrių pranašas.” Jungas savo dažnai patiriamas vizijas, kurias jis vadino “ypač ryškiais hipnagoginiais vaizdiniais”, priskyrė kolektyvinės sąmonės sričiai. Tiek Sri Aurobindo, tiek Jungas panašiai aiškino pranašišku, atitinkančių tikrovę ir simbolių sapnų kilmę. Pasak Sri Aurobindo, sapnai, kuriuos Jungas laikė kolektyvinės sąmonės dariniais, kyla iš ribinės sąmonės, kuri esanti “didesnė sapnų kūrėja”, nei sąmonė. Dar vienas panašumas tarp ribinės sąmonės ir kolektyvinės sąmonės yra tas, kad Sri Aurobindo geriausiąją žmogaus dalį, susijusią su menu, poezija, filosofija ir kt. laiko ribinės sąmonės įtakos sfera; analogiškai ir Jungas kolektyvinės sąmonės archetipinius vaizdinius apibūdina kaip aukščiausias žmogaus psichės vertybes. Tačiau labiausiai abi doktrinos supanašėja vienu požiūriu - ir ribinė sąmonė, ir kolektyvinė

pasąmonė yra sritys, pranokstančios individualią sąmonę, tik ribinė sąmonė kiekviename individe yra sukonstruota skyrium.

Antmonė

Kaip jau anksčiau sakyta, antmonė yra sąmonės involiucijos išeities taškas ir sykiu jos evoliucijos galutinis tikslas. Apie antmonę Sri Aurobindo rašo:

“Jei ribinė sąmonė ir pasąmonė yra it jūra, o išorės protinė būtis - bangos, tai antmonė panaši į eterio stichiją - tai, iš ko ji (jūra) sudaryta ir kartu tai, kame ji esti; tai, kas banguoja ir tai, kas sukelia bangas. Šioje tyriausioje stichijoje savaime ir esmingai pažįstame savo patį ir dvasią, kitaip nei čia, apačioje, kur įsias atspindi nutilęs protas arba žinojimas, įgytas slaptos vidinės Būtybės; atradę antmonės eterį, atrasime aukščiausią būvį, žinojimą, patyrimą. Apie antmonę, kurios dėka galime pasiekti savo tikrąją, savo aukščiausią patį, paprastai žinome net mažiau, negu apie likusią savęs dalį; tačiau kaip tik į jos pažinimą veržiasi mūsų esybė, išnirusi iš Nesąmonybės involiucijos gelmių.”

“Į dabartinį mūsų žinojimo lygmenį pranokstančią antmonę įeina ir aukštesnieji protinės būties lygmenys, ir gimtosios antmonės bei grynės dvasinės būties aukštumos.”

Pasak Sri Aurobindo, aukštesnieji protinės būties lygmenys susideda iš skirtingų pakopų – Aukštesniojo Proto, Nušvitusio Proto, Intuityvaus Proto ir Viršmonės; pakopų seka baigiasi Antmone, arba Tiesos Sąmone, kuri slapčia palaiko visatą ir visa, kas joje vyksta, su evoliucijos eiga veda savęsp.

Pasąmonės pažinimas

Paskutinėje savo veikalo *Memories, Dreams, Reflections* (*Atsiminimai, sapnai, apmąstymai*) dalyje “Late Thoughts” (“Vėlyvosios mintys”) Jungas teigia, jog protu pasąmonės pažinti negalima. Jis rašo:

“Moksle yra naudojama sąvoka “pasąmonė”, tokiu būdu pripažįstant, kad apie ją nieko nėra žinoma, nes nieko negalima žinoti apie psichę, jei pati psichė yra vienintelis jos pažinimo būdas.”

Sri Aurobindo žengia žingsnį toliau ir nurodo, kad dėl įgimto ribotumo protas iš esmės nepajėgus pažinti *nieko*. Jis rašo:

“Protas iš esmės yra sąmonė, kuri matuoja, riboja, iš įsivaizduojamos visumos iškerpa daiktų formas ir saugo jas, tarsi kiekviena jų būtų atskira visuma.”

“Protas yra analizės ir sintezės, bet ne esminio pažinimo įrankis. Jo funkcija yra apčiuopomis atskirti kurią nors nepažįstamo dalyko dalį ir šį jo išmatavimą, arba sumažintą dydį, vadinti visuma, taip pat ir paeiliui analizuoti visumos dalis ir žiūrėti į jas kaip į atskirus proto objektus.”

Kadangi protas, kaip ką tik buvo pasakyta, yra iš prigimties ribotas, tai protu analizuojant sąmonės gaminius – sapnus, laisvąsias asociacijas ir kita - galima prieiti tik gana fragmentiškų ir paviršutiniškų išvadų. Šių ribotų išvadų pagrindu protas yra įpratęs konstruoti visą tikrovę, esančią žemiau, užu ir anapus proto. Tokios konstrukcijos pasekmė yra ta, kad visi reiškiniai aiškinami, remiantis kuriuo nors vienu iš jų, kaip Freudo sąmonės koncepcijos atveju, arba jie įjungiami į bendrą gan miglotą doktriną, kaip antai Jungo kolektyvinės sąmonės atveju. Naujausia psichologinės minties mokykla – transpersonalinė psichologija – jau pripažįsta platesnį psichikos fenomenų, potyrių bei sąmonės būsenų lauką, kurį dauguma psichologų iki šiol laikė psichologijos “pakraščiu”. Šios būsenos - tai ekstrasensorinis suvokimas, telepatija, įvykių numatymas, telekinezė, aiškiaregystė ir aiškiagirdystė, “kulminaciniai” (“viršūnių”) potyriai, pakitusios sąmonės būsenos ir kita. Šiuo metu jos yra suklasifikuotos ir įvardijamos vienintele ir, be to, neteisingai formuluojama, “transpersonalinės sąmonės” sąvoka. Nevienalytį transpersonalinės koncepcijos pobūdį kad ir šis pavyzdys:

“Transpersonalinį turinį sudaro bet kuris potyris, kurio metu individas peržengia tapatinimosi su *ego* arba asmenybe ribas. Taip pat transpersonalinį turinį sudaro mitinės, archetipinės ir simbolinės vidinio potyrio sritys, kurias galima pažinti vaizduotės ir sapnų dėka.”

Vis dėlto, norėdami pažinti tai, kas esti už protinio pažinimo ribų ir išmokti skirti pasąmonę, ribinę sąmonę bei antmonę, pirmiausia turime sugriauti sieną, skiriančią paviršiaus sąmonę nuo sąmonės lauko, kuris driekiasi už jos. Sri Aurobindo teigia:

“Tiriant šią sritį, nusileidimas į pasąmonę negelbsti, nes sukelia padrikumo, miego, buko transo arba komos būklę. Kruopštus, tiriamas proto žvilgsnis gali suteikti netiesioginių konstruktyvių idėjų apie nematomą veiklą; tačiau tik pasitraukus į ribinę sąmonę, pakilus į antmonę ir iš jos žvelgiant žemyn, arba praplėtus save iki šių tamsių gelmių tegalime tiesiogiai ir visiškai pažinti ir valdyti fizinės, gyvybinės ir protinės pasąmonės prigimties paslaptis.”

“... Nors didelę jos [ribinės sąmonės] dalį galime pažinti, įsiskverbdami į ją, žvelgdami į jos vidų arba laisvai su ja santykiaudami, tik patekę po išorės proto dangalu ir gyvendami viduje, vidiniame prote, vidinėje gyvybėje, pačioje mūsų esybės sieloje galime visiškai save pažinti. Pažinimas ateina ir sulig pakilimu aukščiau būdraujančio proto lygmens. Vidinio gyvenimo pasekmė bus dabartinės evoliucinės padėties praplėtimas ir išbaigimas; tačiau toliau evoliucionuoti galima tik pažinus tai, kas šiuo metu mūsų požiūriu yra antprotiška - pakilus į prigimtas Dvasios aukštumas.”

NUORODOS

SAVIŽINA PSICHOLOGIJOJE IR SRI AUROBINDO JOGOJE

Nūdien plačiai žinomas fizikas Fritjofas Capra yra pasakęs, kad šiuolaikinės fizikos ir senovės dvasinės išminties požiūris į visatos prigimtį vis labiau panašėja. Moderniojoje psichologijoje, ypač transpersonalinėje, galima įžvelgti, kad ir nedidelį, santapos pradą, mokslinę psichologiją jungiantį su dvasingumu. Tai pasakytina ne tik apie teorinį požiūrį į žmogaus prigimtį, bet ir apie praktines pastangas pasiekti augimą ir gerovę. Šioje esė yra stengiamasi iš Sri Aurobindo požiūrio taško apžvelgti svarbiausias temas, iš kurių gerai matyti tiek panašumai, tiek skirtumai tarp šiuolaikinės psichologijos ir jogos. 1977 metais Kalifornijos transpersonalinės psichologijos institute vykusiame “Sąmonės” simpoziume vienas kalbėtojų konstatavo faktą, kad JAV

“žinojimo” kultas augte auga, nors dauguma žmonių ,naudojančių šį šūkį, rodos, nė nežino, ką jis iš tikrųjų reiškia.