

## Pojęcia syntezy oraz granicy jako główne elementy Kena Wilbera metateorii rozwoju świadomości

W ciągu ostatnich tysiącleci kultury Wschodu i Zachodu wypracowały szerokie spektrum koncepcji, których wspólnym mianownikiem i zarazem nadrzędnym celem było ukazanie sposobu osiągnięcia psychicznej równowagi, spokoju ducha, szczęścia. Ten wspólny mianownik jest w zasadzie jedynym elementem pozwalającym zaklasyfikować owe koncepcje do jednej grupy. Różnice, które pomiędzy nimi występują, dotyczą zarówno kwestii fundamentalnej – definicji szczęścia, jak i samej metody (od strony teorii i praktycznych ćwiczeń) jego osiągnięcia. Główną przyczyną odmienności tych koncepcji jest niewspółmierność zachodząca pomiędzy odpowiadającymi im paradygmatami kulturowymi. Jednakże nawet w obrębie jednego paradygmatu istnieje co najmniej kilka wzajemnie wykluczających się teorii. Ta różnorodność i odmiennosc koncepcji powoduje, że człowiek poszukujący duchowego drogowskazu staje na rozstaju dróg, nie wiedząc, w którą stronę się udać.

Amerykański filozof i psycholog Ken Wilber przedstawia rozwiązanie tego dylematu. Twierdzi on, że pomimo oczywistych różnic, a nawet wzajemnie wykluczających się metodologii, koncepcje wskazujące sposób na osiągnięcie szczęścia nie stanowią całkowicie odrębnych, zamkniętych i wyizolowanych systemów, pomiędzy którymi musi wybierać osoba pragnąca odnaleźć duchową równowagę. W pracy *Niepodzielone. Wschodnie i zachodnie teorie rozwoju osobowości* Wilber przedstawia opartą na syntezie metateorię, obejmującą wszystkie teorie duchowego rozwoju. Metateoria Wilbera ujmuje poszczególne teorie w sposób hierarchiczny. Badacz uważa, że ludzka świadomość (osobowość) składa się z pięciu coraz rozleglejszych pasm (pięter). Każda teoria jest niepełna i sprzeczna względem innych, ponieważ dotyczy rozwoju tylko jednego z pięciu pasm. Jednakże poszczególne teorie można zaklasyfikować do pięciu grup, z których każda opisuje rozwój danego pasma osobowości. W ten sposób otrzymujemy symetryczną metateorię, która obejmuje wszystkie teorie, uporządkowane w pięciu grupach przypisanych do poszczególnych pasm świadomości.

Pięć hierarchicznie nadbudowanych nad sobą pasm świadomości przedstawia coraz rozleglejsze, bardziej kompletne – i zarazem bardziej zharmonizowane, szczęśliwe – istnienie (bycie). Każdy z czterech pierwszych poziomów dzieli się na dwa elementy, z których jeden jest wypierany poza obręb osobowości. Wypieranie niewygodnego elementu powoduje wewnętrzną walkę, którą jednostka odczuwa jako opór ze strony tej części świadomości, którą chce usunąć. Gdy opór staje się dostatecznie silny, dochodzi do usunięcia niechcianego elementu poza obręb „ja”. Akt ostatecznego wyparcia nazywany jest projekcją. Aby oba elementy zintegrować znów ze sobą, wymagane jest pozytywne ukończenie terapii, której metodologię zawiera grupa teorii przypisana do danego pasma. Mechanizm reintegracji obu elementów zwany jest introjekcją. Ponowne złączenie obu elementów rekonstruuje „ja”, które od tego momentu reprezentuje świadomość z wyższego (szerszego) pasma. Jednakże pomimo przejścia na wyższe piętro znaczna część świadomości nadal pozostaje poza obrębem „ja” i powtarza się schemat dwóch rozdzielonych elementów i ich reintegracji – aż do osiągnięcia piątego, ostatecznego poziomu świadomości<sup>1</sup>.

Według Wilbera przyczyną projekcji redukującej świadomość jest tak zwana *granica*. Aby możliwa była introjekcja wypartego elementu, należy usunąć granicę oddzielającą obie części danego pasma świadomości. Pojęcie granicy jest obok pojęcia syntezy najważniejszym składnikiem metateorii Wilbera (zagadnienie granicy w Wilberowskim ujęciu wymaga szczegółowej osobnej analizy, która zostanie

<sup>1</sup> W metateorii Wilbera pojęcia „ja” i „świadomość” można stosować zamiennie tylko i wyłącznie w stosunku do pierwszych czterech pasm. Osiągnięcie piątego poziomu świadomości wymaga „usunięcia” klasycznie rozumianego osobowego „ja” i dlatego pojęcie świadomości właściwe temu pasmu – tzw. „świadomość jedyna” nie jest tożsame z pojęciem „ja”.

przedstawiona w dalszej części niniejszego artykułu). Natomiast pojęcie syntezy w jego metateorii dotyczy dwóch aspektów: hierarchicznego, komplementarnego ujęcia poszczególnych grup metateorii oraz reintegracji oddzielonych elementów danego pasma świadomości.

Najwyższe, najbardziej zredukowane „ja” nazywane jest pasmem persony. Persona skupia wszystkie te aspekty świadomości, które umożliwiają autoafirmację jednostki. Na tym poziomie osobowości element wyparty stanowi tak zwany *cień*, oznaczający wszystkie niewygodne, bolesne i wstydlive aspekty osobistego doświadczenia. Zgodnie z psychologicznym mechanizmem projekcji, gdy niechciane treści staną się skrajnie uciążliwe, zostają „oderwane” od persony i wyparte poza obręb świadomości. Jednostka jednak nie uwalnia się od ich odczuwania. Treści, których istnienia nie potrafiła zaakceptować u siebie przed wyparciem, po dokonanej projekcji na zewnątrz „ja” odnajduje u innych osób, jednakże w odwróconej postaci, przeglądając się w nich niczym w krzywym zwierciadle własnej psychiki. Jeżeli na przykład dana osoba dokonała projekcji emocji takich jak złość i nienawiść, postrzega je teraz u innych, odnosząc złudne przeświadczenie o wrogim stosunku tych osób względem niej. Odczuwane przez nią obawy są symptomem, efektem (skutkiem ubocznym) dokonanej projekcji, w formie odwróconych treści wypartego cienia. Mechanizm rzutowania znieawidzonego cienia na inne osoby Wilber opisuje jako „polowanie na czarownice”:

Polujący na czarownice wierzy jednak, że w jego sercu nie kryją się żadne grzeszki. Przyjmuje osobliwą postawę jedyne go sprawiedliwego. Prawda jest taka, że wbrew temu, w co sam wierzy i do czego chciałby przekonać innych, grzeszki istnieją, tyle że wyjątkowo go uwierają. Stawia im opór, usiłuje się ich wyprzeć, usunąć ze swego ja. Grzeszki jednak pozostają i nieustannie zwracają na siebie uwagę. Im bardziej grzeszki zwracają na siebie uwagę, tym większy osoba polująca na czarownice stawia im opór. Im większy stawia im opór, tym bardziej przybierają na sile. Wreszcie przychodzi moment, kiedy nie potrafi już ich więcej nie dostrzegać. Dostrzega je jednak na swój sposób – u innych ludzi. Wie, że w czyimś sercu kryją się grzeszki, ale ponieważ u siebie ich nie widzi, winien jest ktoś inny<sup>2</sup>.

Aby dokonać introjekcji łączącej cień z personą, należy zaakceptować symptom i towarzyszące mu emocje. Ponieważ jest on jedynie zewnętrzną, odwróconą postacią cienia, godząc się z jego obecnością, jednostka oswaja się również z obecnością cienia, umożliwiając jego ponowne włączenie w obszar świadomości. Jeżeli taka forma terapii nie przynosi spodziewanych rezultatów, należy w pierwszej kolejności przeformułować emocje towarzyszące symptomowi na emocje właściwe cieniowi, co umożliwi ich uchwycenie, a następnie konfrontację, pogodzenie się z nimi i ich reintegrację z personą. Wilber proponuje następujące formy terapii dla osób, których świadomość zredukowana jest do pasma persony: podstawowe poradnictwo psychologiczne oraz terapię dodatkową.

Następne pasmo osobowości stanowi ego, czyli unifikacja cienia i persony. W klasycznym modelu jaźni zrekonstruowane ego stanowi już całość świadomości. Jednakże świadomość w ujęciu Wilbera wykracza daleko poza psychiczne aspekty. Aby jednostka, która znajduje się na poziomie ego<sup>3</sup>, mogła osiągać kolejne pasma, należy obszar „ja” rozszerzyć o następujące elementy, które kolejno odpowiadają obszarom coraz rozleglejszej świadomości w następnych pasmach: ciało – pasmo centaury (organizmu), transpersonalny obserwator – pasmo transpersonalnego obserwatora, otoczenie (rozumiane jako całość bytu) – pasmo świadomości jedynej.

Jednostka posiadająca zsyntezowane ego za obiekt wyparcia uznaje własne ciało. Według Wilbera jest to dość powszechne zjawisko. Odpowiada za nie kilka przyczyn. Pierwszą z nich jest fałszywe przeświadczenie, że człowieka określa głównie sfera intelektualno-psychiczna, a nie również cielesno-materialna. Osoba definiująca siebie w oparciu o pierwszą sferę redukuje obraz siebie do własnego rozumu, emocji, psychiki, pamięci, duszy. Natomiast wyparte poza obręb „ja” ciało jest postrzegane wyłącznie jako rodzaj przedmiotu, w którym prawdziwe „ja” jest umieszczone: „Moja świadomość jest niemal wyłącznie

<sup>2</sup> K. Wilber, *Niepodzielone. Wschodnie i zachodnie teorie rozwoju osobowości*, przeł. T. Bieroń, Poznań 2014, s. 105.

<sup>3</sup> Wilber podkreśla, że nie każda osoba rozpoczyna proces osiągania kolejnych pasm świadomości od poziomu persony (choć jest to najczęstsze). Niektóre osoby, zanim rozpoczną terapię, posiadają bardziej zrekonstruowaną świadomość, właściwą drugiemu lub nawet trzeciemu pasmu.

świadomością głowy – jestem moją głową, a tylko posiadam resztę ciała. Ciało przestaje być moim „ja”, a staje się własnością, czymś moim, lecz nie jest już mną. Inaczej mówiąc: ciało staje się przedmiotem, bądź projekcją, dokładnie tak samo jak cień”<sup>4</sup>. Ciało jest zatem interpretowane jako swoisty środek transportu, wierzchowiec, na którym porusza się ego – „prawdziwe ja”. Skrajny przypadek stanowi interpretacja ciała jako więzienia dla świadomości (duszy)<sup>5</sup>.

Drugą z przyczyn wyparcia ciała jest nieposłuszeństwo ciała-wierzchowca względem jeźdźca-ego. Ciało potrafi odmówić posłuszeństwa na przykład z powodu zmęczenia i stanąć na przeszkodzie w realizacji celów, jakie wyznacza sobie ego. Doprowadzane często do granicy wytrzymałości, wysyła sygnały ostrzegawcze do ego, które ignoruje ostrzeżenia, jakby ciało było niezawodne, a nawet niezniszczalne. Gdy zostaje przekroczona granica wytrzymałości ciała, którego nie można dalej bezrefleksyjnie eksploatować, ego traktując tę sytuację jak bunt nieposłusznego niewolnika, zamiast obwiniać siebie. Niemoc ciała jest rozumiana jako bunt, stawia ono opór, który jest przyczyną ostatecznego wyparcia ciała poza obszar „ja”:

Wydaje się bowiem, jakobym ja dosiadał mojego ciała jak jeździec konia. Dźgam je ostrogami, karmię, dbam o nie i pielęgnuję. Ponaglę je, nie pytając o zdanie, powstrzymuję wbrew jego woli. Kiedy koń mojego ciała zachowuje się grzecznie, z reguły nie zwracam nań uwagi, lecz kiedy się znarowi – co zdarza się nader często – wyciągam bat, by wymóc na nim posłuszeństwo<sup>6</sup>.

Jeszcze większy sprzeciw ego wobec ciała powodują choroby, starzenie się organizmu oraz śmierć, utożsamiana często z kresem jedynie materialnej sfery człowieka.

Kolejną przyczyną wyparcia ciała jest brak poczucia całkowitej kontroli, jaką ego chce nad nim sprawować. Związane jest to z ujmowaniem świadomości jako centralnego, racjonalnego ośrodka podejmowania decyzji, którego głównym narzędziem jest wola. Akty wolicjonalne są jedną z głównych funkcji ego. Ogromna ilość różnorodnych procesów zachodzących w ciele jest poza zasięgiem władczej natury ego, co wywołuje jego opór wobec ciała.

Wypieraniu ciała towarzyszy tak zwany *szok życia*. Jest to wstrząs wywołany poczuciem bezsilności wobec wszystkiego, co jest negatywne i bezpośrednio związane z ciałem – chorób, starzenia, śmierci, rozkładu. Wynikiem tego wstrząsu jest ostateczne wyparcie ciała, które Wilber nazywa jego „zamrożeniem”, odwołując się do skutków odmrożenia: „Ofiara odmrożenia niczego sobie nie uświadamia, ponieważ traci czucie w odmrożonych częściach ciała, a nie można odczuć braku czucia. Ofiara odmrożenia nic nie czuje, więc wydaje się, że nie ma problemu”<sup>7</sup>.

Skutkiem ubocznym zamrożenia jest niezdolność do pełnego odczuwania wszelkich przyjemnych impulsów płynących z ciała. Zamrażając ciało, jednostka znieczula się nie tylko na negatywne, ale i również na pozytywne aspekty doświadczania własnego ciała.

Aby dokonać syntezy ego z ciałem, należy wykonywać ćwiczenia polegające na zlokalizowaniu napięcia mięśniowego w konkretnych partiach ciała. Napięcie powoduje blokadę, która jest fizycznym przejawem tłumienia emocji. Blokada powstaje w wyniku „sprzeczności” zachodzącej w danym ośrodku mięśniowym, w obrębie którego niektóre mięśnie dążą do uwolnienia emocji, a inne do ich tłumienia. Po zlokalizowaniu blokady należy wykonywać ćwiczenia, które prowadzą do jej usunięcia. Terapie zalecane przez Wilbera w pasmie ego to: psychoanaliza, psychodrama, analiza transakcyjna, terapia zanurzająca, psychologia ego.

Gdy ego zintegruje się z ciałem, świadomość jednostki osiąga kolejne, trzecie pasmo, zwane centaurem (organizmem). Metafora centaura wyraża jedność ego z ciałem. Ego nie jest już jeźdźcem, a ciało jego niesfornym wierzchowcem. Zjednoczone w harmonijnym oddziaływaniu, tworzą spójny

<sup>4</sup> K. Wilber, dz. cyt., s. 118.

<sup>5</sup> Ta interpretacja jest zakorzeniona w zachodniej tradycji filozoficznej od czasów Platona, który twierdził, że dusza ludzka pochodzi z doskonałego świata idei i jest uwięziona w ciele za karę, a jej przeznaczeniem po śmierci cielesnej powłoki jest powrót do świata idei.

<sup>6</sup> K. Wilber, dz. cyt., s. 117.

<sup>7</sup> Tamże, s. 120.

organizm. Pasma centaury łączy ze sobą wolicjonalną dyktaturę ego i nie poddające się kontroli świadomości procesy biologiczne zachodzące w ciele, spaja racjonalną wolę ego ze spontanicznością ciała. Jednostka, która osiągnęła poziom organizmu, nie odczuwa już relacji z własnym ciałem w kategorii ofiara – prześladowca. Akceptacja i zrozumienie komplementarnego oddziaływania woli i ciała umożliwia afirmację siebie jako istoty psychofizycznej, bez podziału na ducha i materię:

[...] gdy zaakceptujesz w sobie zarówno wolę, jak i spontaniczność, nie czujesz się już ofiarą swego ciała i procesów, odbywających się poza twoją kontrolą. Nabywasz głębokiego poczucia odpowiedzialności za siebie, lecz nie w tym sensie, że ponieważ wszystko podlega twojej kontroli, jesteś winien wszystkiemu, co złe. Stajesz się odpowiedzialny za siebie w tym sensie, że tego, co się w tobie dzieje, nie możesz już przypisywać winie czy zasłudze innych. Na jakimś głębokim poziomie ty sam jesteś źródłem, a nie ofiarą, także procesów, które wydają się zachodzić poza twoją kontrolą<sup>8</sup>.

Zespolenie ego z ciałem umożliwia maksymalizację ich potencjału i dlatego Wilber nazywa centaury całością, „która znacznie przewyższa sumę swych części”<sup>9</sup>. Dążenie do urzeczywistnienia zwiększonego potencjału centaury Wilber nazywa (za Maslowem) samoaktualizacją. Wyraża ono właściwe każdej jednostce pragnienie osiągnięcia doskonałości na swoją miarę. Samoaktualizacja redefiniuje również sens życia jednostki. Podczas gdy jednostka na poziomie ego dąży do uzyskania dóbr materialnych i osobistych sukcesów, centaur czerpie satysfakcję z prostego przeżywania własnej psychofizyczności i doświadczania spontanicznego bycia w świecie nie tylko dla realizacji własnych ambicji, ale również aby czerpać radość z dawania siebie innym: „Odnaleźć centauryczny, fundamentalny sens życia to odkryć, że procesy życiowe same w sobie wytwarzają radość. Sens odnajdziesz nie w zewnętrznych działaniach i dobrach materialnych, lecz w wewnętrznych, promienistych nurtach twojej własnej istoty, jak również udzielaniu tej istoty światu, przyjacielom, całej ludzkości i wreszcie nieskończoności”<sup>10</sup>.

Mądrość centaury wynika nie tylko z głębokiego zrozumienia własnej istoty – bycia wynikającego z zespolenia pierwiastków duchowego i materialnego, ale również z umiejętności rzutowania tej wiedzy na świat. Zrozumienie, że nie tylko człowiek, ale również całość rzeczywistości składa się z komplementarnie zorientowanych przeciwieństw, pozwala wpisać rytm swoich oddechów w rytm narodzin i umierania, zaakceptować śmierć jako nieodłączną część życia i uzyskać egzystencjalną równowagę:

Odnaleźć prawdziwy sens życia to również pogodzić się ze śmiercią, zawrzeć przyjaźń z przemijalnością wszystkiego, co jest, z każdym wydechem rozprzestrzenić cały swój organizm w pustkę. Bezwarunkowo poddać się śmierci z każdym wydechem to odrodzić się i odżyć z każdym wdechem, cofać się zaś przed śmiercią i przemijalnością każdej chwili to cofać się przed zawartym w każdej chwili życiem, ponieważ życie i śmierć są jednym<sup>11</sup>.

W pasmie centaury zaleca się następujące terapie: bioenergetyka, psychologia humanistyczna, analiza egzystencjalna, terapia postaci, terapia Rogersa.

Poziom centaury stanowi już zintegrowaną i koherentną całość świadomości osobowej. Kolejne dwa pasma dotyczą wykroczenia poza jednostkową, osobistą jaźń i rozszerzenia jej obszaru o elementy metapersonalne. Centaur musi wykroczyć poza i zarazem w głąb siebie, aby odkryć głębszą i pierwotniejszą świadomość – transpersonalnego obserwatora. Świadomość ta jest jednocześnie transcendentna i transpersonalna. Transcendentna, ponieważ jest zewnętrzną, nieświadomą jaźnią w stosunku do świadomości centaury, którą transcenduje (jest z nią związana, ale jest od niej niezależna i wykracza daleko poza nią). Transpersonalna, gdyż jest nieświadomością zbiorową, przejawiającą się w każdej osobie w identycznej postaci. Klasycznym przykładem transpersonalnej nieświadomości są według Wilbera archetypy odkryte przez Junga. Są one rodzajem struktur znajdujących się w umyśle każdego człowieka. Archetypy reprezentują pierwotne schematy myślenia i zachowania. Ich artykulacją są mitologiczne postaci. Jung

<sup>8</sup> Tamże, s. 130.

<sup>9</sup> Tamże, s. 132.

<sup>10</sup> Tamże, s. 133.

<sup>11</sup> Tamże.

odkrył, że w mitach całego świata istnieją treści doświadczane (na przykład podczas snu) przez osoby, które nigdy wcześniej nie miały z nimi styczności. Według Junga oznacza to, że badani ludzie nie mogli przyswoić tych treści, na przykład czytając o nich, zatem muszą one znajdować się w ludzkim umyśle, zakorzenione i ukryte w nieświadomości.

Aby dotrzeć do transpersonalnego obserwatora ukrytego w nieświadomości, należy przestać utożsamiać się wyłącznie z „ja” w paśmie centaury i wszystkimi elementami, które ono zawiera: personą, cieniem, ego i ciałem. Wilber podkreśla, że osiągając następne pasmo, świadomość nie traci elementów właściwych poprzedniemu poziomowi, a tylko rozszerza się o kolejne. Ćwiczenia zalecane przez Wilbera polegają na powtarzaniu sobie formuł przedstawiających własne ciało i psychę jako elementy większej całości. Ich wykonywanie ma na celu uzyskanie dystansu do elementów świadomości centaury, co umożliwi rozszerzenie jej zasięgu o transpersonalnego obserwatora. Dystansując się do składników własnej świadomości, jednostka uzyskuje zewnętrzną wobec nich perspektywę, która pozwala na ich obserwację. W oglądzie tym „ja” wykracza poza siebie, transcendując własne ciało, myśli, emocje, wspomnienia, pragnienia, aby w akcie obserwacji doświadczyć poczucia niezależności względem nich. Obserwowane z dystansu elementy świadomości obiektywizują się, stają się dla obserwującego „ja” zwykłymi przedmiotami, niczym rzeczy świata zewnętrznego. Transpersonalny obserwator nie utożsamia się na przykład z emocjami, które obserwuje; wie, że one jedynie znajdują się w nim, ale nim nie są. Obiektywna perspektywa pozwala na uniezależnienie się od oddziaływania negatywnych emocji, pragnień, bólu. Wilber twierdzi, że gdy

z powodzeniem rozwiniesz w sobie ten typ obserwacji z dystansu (wymaga to czasu), będziesz mógł się przyglądać zdarzeniom, zachodzącym w twym ciele i umyśle, z taką samą bezstronnością, z jaką patrzysz na sunące po niebie obłoki, płynącą w rzece wodę, skapujący z dachu deszcz i wszelkie inne zjawiska w polu twojej świadomości. Innymi słowy, twoja relacja wobec twego ciała i umysłu staje się taka sama, jak twoja relacja wobec wszelkich innych przedmiotów<sup>12</sup>.

Ponieważ transpersonalny obserwator ujmuje obiekty świata zewnętrznego podobnie jak elementy własnej świadomości, przyjmuje on również jeszcze bardziej otwartą postawę wobec świata i ludzi niż centaur. Wobec ludzi ta więź ulega szczególnie wzmocnieniu. Spowodowane jest to przeświadczeniem o istnieniu identycznej transpersonalnej świadomości w każdym człowieku, nawet jeżeli nie jest on świadomy jej obecności. Transpersonalne „ja”, kochając siebie, obdarza tym uczuciem równocześnie wszystkich ludzi.

Istnienie tego pasma świadomości nie jest tak oczywiste, jak istnienie ego, ciała czy centaury. Wilber twierdzi, że każda jednostka pomimo upływu czasu i doświadczania zmian zachodzących w jej ciele, umyśle i pamięci ma poczucie własnej identyczności. Jeżeli cała sfera psychiczno-cieleśna człowieka w ciągu życia ulega ciągłym przeobrażeniom, to nie może ona być źródłem przeświadczenia o identyczności. Według Wilbera tą podstawą tożsamości „ja” jest transpersonalny obserwator, ponieważ jest on jedynym niezmiennym elementem w człowieku:

[...] istnieje w tobie coś – to głębokie wewnętrzne ja – które nie jest wspomnieniem, myślą, umysłem, ciałem, doświadczeniem, otoczeniem, doznaniem, konfliktem, wrażeniem lub nastrojem. Wszystkie bowiem te rzeczy się zmieniały i będą się gruntownie zmieniać, nie wywierając wpływu na to wewnętrzne ja. Właśnie to – transpersonalny obserwator i transcendentne ja – pozostaje nienaruszone upływem czasu<sup>13</sup>.

Oprócz analizy jungowskiej na tym poziomie zaleca się stosowanie psychosyntezy.

Transpersonalne „ja” jest świadomością, która pośrednio poszerza swój obszar o zewnętrzny wobec niej świat za sprawą perspektywy, która pozwala spoglądać na ciało i umysł tak jak na rzeczy. Bezpośrednie poszerzenie obszaru świadomości o otaczającą rzeczywistość możliwe jest tylko na ostatnim, piątym paśmie świadomości niepodzielonej, zwanej też świadomością jedyną lub kosmiczną. Jednakże aby

<sup>12</sup> Tamże, s. 146.

<sup>13</sup> Tamże, s. 150.

zrozumieć, czym jest świadomość niepodzielona, należy najpierw wyjaśnić zjawisko, które jest nie tylko przyczyną oporu wypierającego elementy świadomości, doprowadzając do jej podziału i redukcji, ale również odpowiada za wszelkie konflikty, podziały i dychotomie, jakie wytworzył człowiek. Tym zjawiskiem jest granica.

Pojęcie granicy Wilber wyjaśnia, zestawiając je z pojęciem linii. Granica definitywnie oddziela dwa byty, które trwają we wzajemnej relacji. Wprowadza taki rodzaj dualizmu, w którym oddzielone byty nie uzupełniają się wzajemnie ani nie trwają w oderwaniu albo antagonizują się. Według Wilbera granica rozdziela i odrywa od siebie to, co w rzeczywistości jest niepodzielone i trwa w komplementarnej zależności. Granica jest iluzją, ponieważ rozdziela to, co niepodzielne albo nierozłączne. Natomiast linia manifestuje jedność przeciwieństw, jednocześnie dzieli, ale i łączy przeciwieństwa, ukazując ich nierozłączność i wzajemną zależność. Linia w odróżnieniu od granicy jest rzeczywista, gdyż ukazuje, że dwóch przeciwieństw nie można zredukować do jednego, gdyż jedno bez drugiego nie może istnieć. Różnicę pomiędzy granicą a linią Wilber wyjaśnia na przykładzie zakrzywionej linii:

Linia nie tylko nie oddziela figury wklęsłej od wypukłej – istnienie jednej bez drugiej jest absolutnie niemożliwe. Rysując figurę wklęsłą, zawsze jednocześnie rysujemy figurę wypukłą, ponieważ wgłębienie figury wklęsłej jest wybrzuszeniem figury wypukłej. [...] Rzecz w tym, że wszystkie linie, które znajdujemy w przyrodzie, a nawet sami stwarzamy, nie tylko rozróżniają przeciwieństwa, ale także scalają je w nierozdzielalną jedność. Innymi słowy, linia nie jest granicą, ponieważ linia, czy to w umyśle, przyrodzie, czy geometrii, nie tylko oddziela i wyodrębnia, ale również łączy i jednoczy<sup>14</sup>. Z kolei granice są czystym złudzeniem – udają, że rozdzielają to, co faktycznie jest nierozdzielne. W tym sensie rzeczywisty świat zawiera linie, ale nie zawiera autentycznych granic<sup>15</sup>.

Wilber przedstawia postęp, jaki dokonał się w czasie ostatnich kilku tysięcy lat w kwestii wykorzystania granic do rozwoju cywilizacji i zarazem nauki. Pierwszy etap użycia granicy Wilber opisuje, odwołując się do Księgi Rodzaju. Gdy Adam na rozkaz Boga miał nadać nazwy roślinom i zwierzętom, musiał najpierw wprowadzić pomiędzy nimi podziały, tak aby mógł je rozróżniać. Przeprowadzając klasyfikację gatunkową na podstawie różnic między stworzeniami, posłużył się granicą. Fascynacja Adama wprowadzaniem granic doprowadziła do katastrofy. Gdy poznał on granicę między dobrem i złem, został wygnany z Raju, by żyć w ziemskim świecie, rozdartym w walce przeciwieństw. Wiedza o ostatecznej granicy okazała się wiedzą przeklętą. Następnym po klasyfikowaniu bytów rodzajem granicy było liczenie. Pitagoras odkrył, że przedmioty można policzyć, ale można też przeprowadzać operacje na samych liczbach, abstrahując od rzeczy. Adam, a później Arystoteles, nazywając i klasyfikując byty, uczynili pierwszy krok w kierunku abstrakcji, Pitagoras natomiast za pomocą liczb znacznie pogłębił ten proces. Według Wilbera klasyfikacyjna granica wprowadzona przez Adama była pierwszym stopniem oderwania od rzeczywistości. Pitagoras, zastępując nazwy oraz kategorie liczbami, poszedł krok dalej, ustanawiając drugą granicę, nadbudowaną nad poprzednią – Wilber nazywa ją metagranicą. Abstrakcyjność liczb była również inspiracją do sformułowania teorii dualizmu ontologicznego, dzielącego rzeczywistość na dwa światy: idealny świat bytów abstrakcyjnych, idei, bytów matematycznych oraz niedoskonały, ziemski świat materialny. Kolejny krok w tworzeniu granic – utworzenie metametagranicy – Wilber przypisuje Keplerowi i Galileuszowi. Posłużyli się oni zmiennymi, które mogą reprezentować liczby, zatem są jeszcze bardziej abstrakcyjnymi bytami. Według Wilbera granice odegrały fundamentalną rolę w tworzeniu i rozwoju nauki. Twierdzi on, że

cały proces formułowania praw naukowych oparty był na trzech ogólnych typach granic, kolejno na sobie nadbudowanych, coraz bardziej abstrakcyjnych i uogólnionych. Najpierw przeprowadza się granicę klasyfikującą, aby odróżnić od siebie poszczególne przedmioty i zdarzenia. Następnie spośród sklasyfikowanych elementów zbioru, szuka się tych, które można zmierzyć. Ta metagranica pozwala przejść od jakości do ilości, od klasy do klasy klas, od elementów zbioru do pomiarów. Wreszcie szuka się związków pomiędzy liczbami a uzyskanymi przy drugim kroku

<sup>14</sup> W europejskiej filozofii przedstawicielami myślenia ujmującego przeciwieństwa komplementarnie są m.in. Spinoza (paralelizm) oraz Hegel (holistyczne rozumienie prawdy).

<sup>15</sup> K. Wilber, dz. cyt., s. 33.

pomiarami, aby wynaleźć wzór algebraiczny, który obejmuje te wszystkie liczby i pomiary. Metametagranica przekształca pomiary we wnioski, liczby w zasady<sup>16</sup>.

Według Wilbera rozwój kolejnych granic determinował rozwój nauki – w szczególności matematyki i fizyki – od czasów starożytnych do początku XX wieku. Jednakże w latach 1905 – 1925 za sprawą sformułowania teorii względności (ogólnej i szczególnej) oraz mechaniki kwantowej dotychczasowa fizyka została zakwestionowana. Dotychczasowe dychotomie, trwale oddzielające od siebie byty fizyczne, wprowadzające pomiędzy nimi granicę, która unieważniała relację, w jakiej się znajdowały względem siebie, w nowej fizyce straciły rację bytu. Obowiązujące w newtonowskim paradygmacie dychotomie czasu i przestrzeni oraz energii i materii zostały przez Einsteina na potrzeby teorii względności zastąpione komplementarnym, unifikującym pojęciem czasoprzestrzeni i wprowadzeniem równoważności masy i energii. Natomiast podstawowe założenie obowiązujące w mechanice klasycznej, dotyczące możliwości precyzyjnego obliczenia stanu danego układu w danym momencie czasu i punkcie przestrzeni, gdy znane są parametry sił oddziałujących na układ, okazało się niemożliwe do zrealizowania na gruncie mechaniki kwantowej. Okazało się, że nie tylko niemożliwy jest równoczesny pomiar położenia i pędu cząstki, czego dowodzi relacja Heisenberga, ale również niemożliwe jest precyzyjne obliczenie położenia pojedynczej cząstki, ponieważ znajduje się ona przed wykonaniem pomiaru w tak zwanej superpozycji stanów, kiedy to na przykład możliwy jest jednoczesny spin cząstki do góry i do dołu. Możliwe jest jedynie nieścisłe, oparte na metodach probabilistycznych i statystyce wskazanie obszaru – a nie punktu – położenia cząstki. Jednakże aby było to możliwe, należy cząstce przypisać własności fali – tak zwany dualizm korpuskularno-falowy. Zatem mechanika kwantowa, usuwając z fizyki założenie o możliwości precyzyjnego pomiaru położenia cząstki, usunęła zarazem ściśle wytyczoną granicę pomiędzy punktem, w którym cząstka jest w danej chwili, i punktami, w których w danej chwili jej nie ma. Natomiast konieczność przypisania cząstce własności fali unieważniła dychotomię fala – cząstka. Według Wilbera dokonania nowoczesnej fizyki niezbitnie dowodzą, że granice nie występują w rzeczywistości i są jedynie abstrakcyjnymi bytami, wprowadzonymi na potrzeby myślenia analitycznego.

Zrozumienie fenomenu granicy jest kluczowe dla zrozumienia ostatecznego pasma jaźni. Świadomość piątego pasma to jaźń całkowicie zintegrowana i niepodzielona. Jej obszar jest obszarem całości bytu: „Poczucie tożsamości obejmuje cały wszechświat, wszystkie światy, boski i ziemski, przejawiony i nieprzejawiony, święty i świecki”<sup>17</sup>. Za dekonstrukcję świadomości, w wyniku której jest ona zredukowana do coraz węższych obszarów, odpowiedzialna jest tak zwana *pierwotna granica*, dzieląca w istocie niepodzielną rzeczywistość na „ja” i nie „ja”. Pierwszy podział wypiera poza obszar świadomości świat zewnętrzny i świadomość jedyna (niepodzielona) redukuje się do świadomości transpersonalnego obserwatora. Wprowadzenie następnych granic, których następstwem jest poczucie oporu i zjawisko wyparcia części świadomości, pogłębia redukcję aż do najwęższej świadomości – persony.

Granica pomiędzy „ja” i nie „ja”, pomiędzy podmiotem i przedmiotem, jest pierwotna, ponieważ umożliwia tworzenie kolejnych granic. Bez rozróżnienia podmiot – przedmiot niemożliwe jest wprowadzenie granic w obszarze rzeczy. Według Wilbera błędny jest klasyczny podział stosowany przy opisie doświadczenia zmysłowego, wyróżniający na przykład w przypadku osoby słyszącej jakiś dźwięk – słyszący podmiot, czynność słyszenia oraz przedmiot lub zjawisko będące źródłem dźwięku. Istnieje tylko strumień doświadczenia rozumiany jako proces, w którym trzy rozdzielone elementy stapiają się w akcie słyszenia<sup>18</sup>. Analityczny rozbiór tego procesu jest błędny, ponieważ w akcie słyszenia niemożliwe jest usłyszenie słyszącego podmiotu: „Nie słyszysz słyszącego, ponieważ on nie istnieje. To, co nauczono cię nazywać słyszającym, jest w istocie tylko samym doświadczeniem słyszenia, a nie można usłyszeć słyszenia.

<sup>16</sup> Tamże, s.43.

<sup>17</sup> Tamże, s. 56.

<sup>18</sup> Podobnie ujmuje doświadczenie Husserl w programie redukcji transcendentnej, uznając za podstawowy nieredukowalny fenomen świadomości, nie podmiot, który np. słyszy dźwięk, a sam akt doświadczenia – słyszenie.

W rzeczywistości jest tylko strumień dźwięków, nie rozczłonkowany na podmiot i przedmiot. Nie istnieje tu żadna granica<sup>19</sup>.

Granica pomiędzy „ja” i nie „ja” wprowadza błędny podział pomiędzy bytami, a więc dotyczy przestrzeni. Druga z fundamentalnych granic wprowadza podział czasowy. Świadomość jedyna jest wieczna – wieczność jest tu rozumiana nie jako nieskończoność w czasie, ale jako beczasowość. Bezczasowość dotyczy terażniejszości; ponieważ nie można uchwycić, zmierzyć trwania chwili terażniejszej, zatem jest ona beczasowa i zarazem wieczna. Takie ujęcie terażniejszości nie jest jednak możliwe, gdy postrzegamy czasowość jako podzieloną dwoma granicami na trzy sfery: przeszłość, terażniejszość, przyszłość. Jak każdy podział dokonany za pomocą granicy, ten również jest błędny. W rzeczywistości istnieje tylko wieczna terażniejszość. Przeszłość i przyszłość są sztucznymi zjawiskami, wynikającymi z podzielenia terażniejszości dwoma granicami. Nie można uchwycić empirycznie przeszłości; pomimo faktu, iż przeszłość jest dana w osobistym doświadczeniu w postaci wspomnień, to jednakże wspomnianie odbywa się w terażniejszości. Analogicznie jest z przyszłością: myślimy o niej, lecz odbywa się to w terażniejszości. Zatem empirycznie dana jest tylko terażniejszość – przeszłość i przyszłość to jedynie iluzje powstałe przez nałożenie na terażniejszość granic. Gdy zrozumiemy ich iluzoryczność, czasowa, krótkotrwała, zamknięta pomiędzy przeszłością i przyszłością terażniejszość zwana *nunc fluens* zniknie i pojawi się beczasowa, wieczna chwila terażniejsza – *nunc stans*.

Aby osoba posiadająca świadomość w paśmie transpersonalnego obserwatora mogła osiągnąć pasmo świadomości jedynej, wymagane jest – tak jak w przypadku innych pasm – usunięcie dwóch zjawisk odpowiedzialnych za dekonstrukcję jaźni: granicy i oporu. Różnica polega na tym, że w zredukowanych poziomach świadomości przyczyną oporu była granica pomiędzy dwoma elementami danego pasma. W paśmie transpersonalnego obserwatora jedyna granica, jaka pozostała, oddziela „ja” od całości rzeczywistości. Okazuje się, że tą granicą jest samo „ja”. Jest ono tożsame nie tylko z granicą, ale również z oporem, jaki stawia zewnętrznej – a więc obcej i wrogiej – całości bytu: „[...] odrębne ja zdaje się zawsze stawiać opór, ponieważ poczucie odrębnego ja i poczucie oporu to jedno i to samo. Wewnętrzne wrażenie bycia odrębnym ja to nic innego jak wrażenie odsuwania się, stawiania oporu, zawężania, stawiania się na zewnątrz, odwracania wzroku, dzielenia. Kiedy odczuwasz siebie, nie odczuwasz nic ponadto”<sup>20</sup>.

Dogłębne zrozumienie tego zjawiska umożliwia zniesienie oporu i unifikację odrębnych do tej pory elementów doświadczającej świadomości: siebie i świata:

Przeto wraz z zanikaniem prymarnego oporu zanika także twoje oddzielenie od świata. Samoistnie przychodzi bezwarunkowa i zupełna kapitulacja oporu – niechęci, by spojrzeć na terażniejszość we wszystkich jej formach – a zarazem całkowite zniesienie pierwotnej granicy, którą ustanowiłeś pomiędzy tym, co wewnętrzne, a tym, co zewnętrzne. Kiedy przestajesz stawiać opór terażniejszemu doświadczeniu, nie posiadasz już motywacji, by się od niego izolować. Świat i jaźń powracają jako jedno, nie podzielone doświadczenie<sup>21</sup>.

Człowiek, który otworzył się na świadomość jedyną utożsamia się nie z jednostkowym „ja”, lecz z całością Bytu<sup>22</sup>. Nie lęka się już śmierci ciała i umysłu, ponieważ nie identyfikuje się z własnym organizmem, zatem ich zniszczenie nie oznacza jego kresu. Żyjący w beczasowym *nunc stans*, zanurzony w wiecznej terażniejszej chwili, nie dręczony wspomnieniami i nie lękając się tego, co nadejdzie, doświadcza jedności bycia. Jego harmonia jest harmonią świata. Osiągnął ostateczne szczęście.

<sup>19</sup> K. Wilber, dz. cyt., s. 59.

<sup>20</sup> Tamże, s. 172.

<sup>21</sup> Tamże, s. 174.

<sup>22</sup> W filozofii Nietzschego odnajdujemy podobny motyw. Człowiek, który osiągnął poziom rozwoju duchowego zwany „dzieckiem” afirmuje rzeczywistość, upodabniając i włączając własne, spontaniczne bycie w nurt woli mocy, energii wypełniającej wszechświat: „[...]swój świat odnajduje, kto się w świecie zatracił”. F. Nietzsche, *Tako rzecze Zaratustra*, przeł. W. Berent, Warszawa 2008, s. 27.



## Streszczenie/Summary

Celem artykułu jest przedstawienie Kena Wilbera metateorii rozwoju osobowości oraz jej głównych pojęć: syntezy i granicy. Według Wilbera teorie rozwoju jaźni i osiągnięcia szczęścia dzielą się na pięć grup, które jednocześnie stanowią pięć poziomów. Każdy poziom dotyczy innego odpowiadającego mu pasma świadomości. Wilber twierdzi, że przedstawienie tych teorii w odpowiednim porządku – od teorii przypisanych do najwęższego pasma do teorii dotyczących pasma najszerszego – pozwala uzyskać jedną, koherentną i syntetyczną (meta)teorię świadomości. Pojęcie syntezy dotyczy również unifikacji oderwanych od siebie elementów świadomości w danym paśmie. Natomiast pojęcie granicy dotyczy zjawiska odpowiedzialnego za dekonstrukcję i redukcję świadomości. Pojęcia granicy i syntezy w teorii Wilbera zyskują również ontologiczne znaczenie jako główne pojęcia przeciwstawnych dualizmów: unifikacyjnego, komplementarnego – synteza i antagonistycznego, redukcjonistycznego – granica.

**Słowa kluczowe:** osobowość, jaźń, synteza, granica

### **The concepts of synthesis and boundary as the main elements of Ken Wilber's metathesis of consciousness development**

The aim of this paper is to present Ken Wilber's meta-theory of development of personality, together with the two main notions of this theory: synthesis and the border. According to Wilber, there are five levels of theories of development of the ego. Each level relates to one corresponding level of consciousness. Wilber claims that the presentation of these theories in the correct order – from theories ascribed to the narrowest level of consciousness to theories ascribed to the widest – leads to one, coherent and synthetic (meta)theory of consciousness. The notion of synthesis also pertains to the unification of detached elements of consciousness in the given consciousness level. On the other hand, the notion of the border pertains to the phenomenon which causes deconstruction and reduction of consciousness. These notions in Wilber's theory are ontologically important, as they correspond to the opposing dualisms: complementary (synthesis) and adversarial (the border).

**Keywords:** personality, ego, synthesis, border