

ANCA MUNTEANU

Psihologie transpersonală

Peregrinaj dincolo de văl

Volumul I

EDITURA FOR YOU
București

I

Psihologia transpersonală – aspirație spre completitudine

„Adevărul nu triumfă niciodată,
dar adversarii săi termină prin a muri.“

MAX PLANCK

A. Preambul

Răspunsul la întrebarea „Încotro se îndreaptă psihologia?“, întrebare ce îi frisează tot mai insistent pe slujitorii ei, reclamă un succint recurs la geneza acestei discipline, care, după secolele ei de preistorie empirică și filosofică, a pășit pe drumul scientizării sale, la mijlocul secolului al XIX-lea. A fost sfidat, astfel, prognosticul sumbru, crud și malițios al lui Kant (1994), care nu-i acorda nicio șansă psihologiei în aspirația ei legitimă de a deveni o știință onorabilă.

Deși procesul scientizării acestei discipline a demarat acum peste 150 de ani, destinul psihologiei, ca și al oricărei științe care se respectă, pledează pentru valoarea interogației permanente. De altfel, însuși Jung (*apud* A. Pleșu, 1994, p. 79) definea știința ca „arta de a făuri iluzii adecvate“, ceea ce evocă relativismul și, implicit, o anume versatilitate a cunoașterii umane, în general, care nu reușește decât să atingă suprafața misterului. Desigur, această aserțiune devine și mai evidentă în cazul psihologiei, având în vedere caracterul atât de complex, de inefabil și de subtil al obiectului ei de studiu, ceea ce reclamă înțelepciunea de a nu ne lăsa confiscați de forța tradiției științifice, oricât ar fi de influentă și confortabilă, ci de a manifesta deschidere față de noile orientări care apar, chiar dacă ele distonează șocant față de tiparele clasice.

Pe scurt, să ne asumăm mereu insomnia, curajul și truda resemnificărilor epistemice.

Istoria științifică a psihologiei este la fel de contorsionată ca și preistoria ei, căci ea mustește de prejudecăți, excese și deziluzii.

Să inventariem câteva.

În consens cu modelul practicat de rudele sale mai mari, științele naturii, psihologia a trecut la promovarea asiduă a experimentului și a statisticii dintr-un laudabil efort de igienizare și fortificare metodologică. Din păcate, însă, treptat, ea a glisat într-un lamentabil și păgubitor fetișism, ca urmare, așa cum observa V. Pavelcu (1972), ea a canonizat aceste instrumente; mijloacele au devenit scopuri, iar omul concret a fost feliat, atomizat, neantizat.

Se preferă psihologia „in vitro“, epurată cât mai mult de subiectivitate, adică tocmai de ceea ce constituie însăși amprenta distinctivă a obiectului său de studiu. A înmugurit și speranța că prin experiment se poate înlătura subiectivitatea, dar a fost o nouă capcană, căci nu putem experimenta dispărând din peisaj.

La rândul său, un alt savant ieșean de notorietate, P. Botezatu (1971), a lansat antinomia exactității, conform căreia *precizia termenilor impune idealizarea obiectelor*. De aceea, experimentul și aparatul statistic, această autentică „poliție“ a observației și experimentului, cum îl califică A. Ombredane (*apud* V. Pavelcu, 1972, p. 96), în pofida incontestabilelor beneficii cu care se acompaniază, este un instrument deloc infailibil, deoarece schematizează, suprimând nuanțele, fibra vie a fenomenelor și consolându-se doar cu niște cochilii inanimate și lipsite de conținut.

Și poate că unii psihologi contemporani reeditează ipostaza celebrului personaj al lui A. Maurois, din romanul *Drămuitorul de suflete*, care, pentru a măsura greutatea psihicului uman, se străduia să captureze într-un balon ultima respirație a muribunzilor. Altfel spus, această strădanie obsesivă a psihologiei academice actuale de a transforma în vizibil, în obiectiv ceea ce este funciar invizibil și subiectiv este anacronică și hilară.

Din acest punct de vedere, Basarab Nicolescu (1987, p. 97) avea perfectă dreptate când observa că „orice teorie fondată exclusiv pe vizibil echivalează cu malignizarea corpului Realității“.

Eșuând adeseori într-un tehnicism arid, psihologia actuală nu mai poate reda freamătul viu și polifonic al vieții, iar problemele fundamentale de largă irizație metafizică ale ființei umane (sensul vieții și al morții, problema fericirii etc.) nu intră din păcate în sfera ei de preocupări.

Statutul psihologiei a fost periclitat și de toate încercările de braconaj venite din partea unor discipline precum fizica, fiziologia, psihiatria și, mai recent, informatica. Imixtiunea acesteia din urmă a adus în trusoul ei lingvistic o serie de termeni (geoni, neuronimi, rețele semantice, amorsaj etc.), termeni care reclamă, așa cum

observa M. Miclea (1998), rulara unei formări speciale în domeniu și care, după opinia noastră, sună parcă strident și distonant într-un asemenea context.

Sumarizând, psihologia contemporană traversează un autentic *Big Bang disciplinar* deoarece ea a explodat astăzi într-o multitudine fasciculată de școli și orientări, care își dispută întâietatea într-un război mai mult sau mai puțin acerb și stăruitor. Dar această „sinistră pluralitate“ (Spearman, 1937, *apud* V. Pavelcu, 1972) tezaurizează și reversul medaliei, întrucât sugerează că este vorba despre un domeniu dinamic, în perpetuă căutare și reconfigurare.

Genialul gânditor american Ken Wilber (1996), supranumit „Einstein al conștiinței“ datorită monumentalei sale sinteze în cunoașterea umană, lansează termenul de „pluralism epistemologic“, ca o condiție pentru aclimatizarea noii paradigme. El vorbește despre trei ochi ai cunoașterii: sensibil/carnal (*sensibilia*), spirit/rațiune (*intelligibilia*), spirit/contemplare (*transcendelia*). Rezultă, în opinia sa, trei domenii principale în cunoaștere, fiecare uzitând de propriile sale criterii de validitate. Este vorba despre știință, psihologie/filosofie și misticism. Conform lui Wilber (1996), oricare dintre aceste domenii trebuie să le respecte pe celelalte două și, mai ales, să nu le uzurpe teritoriul.

Focalizându-ne din nou atenția asupra psihologiei, observăm că același M. Miclea (1998), avocat sagace și fervent al psihologiei cognitive, cel care poate da seamă în deplină legitimitate de gloriile și eșecurile experimentalismului și matematizării din psihologie, într-un moment de grație inspiratoare a pledat cu aplomb și persuasiune pentru multiplicarea căii, adică pentru șansa politropiei în psihologie. Acest obiectiv fertil incumbă, conform profesorului clujean, trei direcții:

- Diversificarea spectrului tematic (cu acceptarea subiectelor „rău famate“ sau prea ambigue și problematice pentru tradiția academică, dar sugestive pentru condiția umană).
- Promovarea unui ecumenism metodologic, de unde rezultă că experimentul și statistica nu sunt singurele metode acceptabile, iar cel care apelează și la alte metode nu trebuie suspectat de diletantism și nici de erezie științifică.
- Acceptarea în știință și a unui stil metaforic, astfel încât acolo unde nu poate funcționa rigoarea austeră a experimentului sau forța persuasivă a argumentației să poată fi promovate florilegiile baroce și suculente ale limbajului literar.

În rezumat, „dacă nu poți demonstra, trebuie să argumentezi, iar dacă argumentația e insuficientă, să seduci... Politropia înseamnă concomitent diversificarea temelor, chiar cu riscul pierderii în exactitate, ecumenismul metodologic și versatilitatea discursului. Ea este șansa psihologiei secolului următor“ (M. Miclea, 1998, p. 268).

Iată o afirmație sibilinică, care ar trebui să devină profesiunea de credință a oricărui psiholog și care legitimează toate eforturile de înnoire care se petrec pe scena cunoașterii.

Forând mai adânc către miezul problemei, ideea care se conturează tot mai energetic este aceea că în psihologie funcționează, în afară de cunoașterea standard (care trebuie să apeleze la exigențele psihometriei și ale statisticii), și o cunoaștere neconvențională (care fructifică beneficiile experiențelor directe, dobândite într-o stare de conștiență extinsă).

De asemenea, așa cum remarca G. Braden (2012), știința în general (și, desigur, psihologia nu face excepție) trebuie să se racordeze la noile descoperiri ale ultimelor decenii, altfel se produce o descalificare deplorabilă a ei.

B. Nicolescu (2011, vol. II), adversar împătimit al gândirii unidimensionale (care se lasă confiscată doar de un singur nivel al realității proteiforme), operează distincția dintre real și realitate: realul semnifică misterul inaccesibil, respectiv ceea ce există în completitudinea ființării, iar realitatea se referă la ceea ce poate fi decifrat de om. În opinia renumitului om de știință (2011, vol. II), realitatea implică mai multe niveluri: cel microfizic, cel macrofizic, ciber-spațiu-timpul și cel al supercorzilor (aflat deocamdată doar la nivelul ipotezelor plauzibile). Desigur, între nivelurile realității se instituie un schimb permanent de informație. Dincolo de nivelurile realității există zona sacralului, care nu se supune niciunei raționalizări.

Așa cum am amintit deja, în ultimele decenii pionierii cunoașterii umane au realizat o multitudine de descoperiri care distonează cu modelul pozitivist. În consecință, pentru a progresa, știința actuală trebuie să se răzvrătească împotriva tradițiilor epistemice osificate.

Nu este ușor, întrucât „biasul de confirmare“ despre care vorbea P. Wason (1960) este deosebit de activ, de aceea majoritatea semenilor noștri acceptă doar acele noutăți care nu le subminează vechile lor convingeri, recuzând virulent și poate chiar oripilant ideile revoluționare, care implică efortul de a renunța la comoditățile epistemice în care s-au refugiat autosuficient și confortabil.

Iată de ce atitudinea sceptică a omului de științe este cea mai frenatoare pentru progresul științific. Din acest punct de vedere, cuvintele lui F. Nietzsche (*apud* D. Radin, 2011, p. 329) rămân cu adevărat memorabile: „Nu există niciun somnifer sau sedativ mai bun decât scepticismul.“

B. Profil identitar al psihologiei transpersonale

Fără îndoială, omenirea se află la o răscruce de drumuri, iar știința contemporană trebuie să se reconstruiască sub impactul revoluției relativist-cuantice.

Ca urmare, nici psihologia nu mai poate supraviețui în versiunea mecanicistă, de sorginte newtoniano-carteziană, și va trebui să devină, în mod inexorabil, o știință holistică, o știință a omului integral. Numai în acest fel ea va depăși pericolul de a promova doar o „cunoaștere minoră“ (A. Gavreliuc, 2013).

În contextul acestui deziderat, o perspectivă revoluționară propune psihologia transpersonală, care a germinat în miezul psihologiei umaniste, acum peste cinci decenii, și al cărei obiectiv major este să recupereze dimensiunea spirituală atât de lamentabil amputată în delirul pozitivist. Ea evoluează pe calea anevoioasă a sintezei și a incluziunii, repudiind excluderea atât de mult promovată de către omul cartezian.

Privind lucrurile de la înălțimea ansamblului și retrospectiv, apariția psihologiei transpersonale revendică un șirag de curențe și stângăcii, acumulate de marile curente anterioare.

Astfel, *behaviorismul* merită reproșul caustic de a se fi oprit doar la explorarea comportamentului, promovând în același timp disprețul olimpic față de tema conștiinței și, respectiv, a utilității introspecției.

Cât privește *psihanaliza*, cu toate contribuțiile sale revoluționare, tendința de a extrapola asupra normalității psihologice adevărurile recoltate în domeniul psihopatologiei constituie o tendință anacronică și evident amendabilă.

În fine, *psihologia umanistă*, deși a realizat un important pas înainte, a ratat reabilitarea dimensiunii spirituale.

Procedând acum la identificarea principalelor minusuri ale psihologiei academice, pe ansamblu, și împărțînd poziția antropologului american M. Harner (1982), se pot folosi etichetele de *etnocentrism* și *cognicentrism (pragmacentrism)*.

Concret, *etnocentrismul* provine din infatuarea epistemică a științei convenționale, de esență materialistă, care se autoproclamă ca depozitara tuturor adevărilor existente, caracterizând preocupările spirituale ca fiind puerile și desuete, deoarece ele evocă o gândire primitivă, parazitată de superstiție și incultură.

Cât privește *cognicentrismul (pragmacentrismul)*, acesta provine din faptul că psihologia convențională își întemeiază întregul aparat teoretic și aplicativ doar pe explorarea unidimensională a stării de conștiință standard (adică îndeosebi a stării de veghe), ignorând, ridiculizând sau descifrând tendențios și eronat datele pe care le furnizează stările neobișnuite ale conștiinței.

Interesant de semnalat este și că descoperirile epocale ale științelor de avangardă (fizica relativist-cuantică fiind *primus inter pares*) consonează pe deplin cu psihologia transpersonală, în schimb se află într-o incompatibilitate flagrantă cu paradigma liniară, promovată de știința clasică (inclusiv de psihologia de aceeași factură).

Cuprins

Cuvânt de întâmpinare și însoțire	7
I. Psihologia transpersonală – aspirație spre completitudine.....	13
A. Preambul.....	13
B. Profil identitar al psihologiei transpersonale.....	16
C. Excurs istoric.....	28
D. Schița biografică a mișcării transpersonale.....	32
E. Câteva concluzii	40
F. Bibliografie	43
II. Conștiința – sursa, apogeul și țelul creației.....	47
A. Repere introductive	47
B. Despre schismele științifice ale secolului XX.....	49
C. Portretizarea conștiinței.....	56
D. Câteva contribuții la o nouă cartografiere a conștiinței.....	66
E. Starea de veghe – cea mai uzuală stare a conștiinței	81
F. Stările modificate ale conștiinței.....	81
G. În loc de încheiere	109
H. Bibliografie	110
III. A patra stare de conștiință – inima psihologiei transpersonale.....	116
A. Preliminarii	116
B. Schița pentru identitatea celei de a patra stări de conștiință.....	118
C. Stările transpersonale pe traseul vieții.....	124
D. Modalități de apariție a stării transpersonale	128
E. Dovezi în favoarea existenței stării transpersonale	157
F. Tipologia experiențelor de conștiință extinsă în versiunea lui S. Grof	163

G. Rolul experimentării unei stări transpersonale.....	173
H. Reflecții finale	178
I. Bibliografie.....	179
IV. Câteva metode de acces la starea transpersonală	185
IV.1. Meditația, calea devenirii intru Ființă	185
A. Prolog	185
B. Reperे in circumscrierea meditației.....	187
C. Tehnici de meditație	195
D. Cercetarea științifică a meditației	196
E. Efectele pluridimensionale ale meditației	201
F. Epilog	209
G. Bibliografie.....	210
IV.2. Despre lumina străjuitoare a rugăciunii	214
A. Coordonate pregătitoare și scurt istoric	214
B. Portret identitar al rugăciunii	215
C. Efectele multivalente ale rugăciunii	222
D. Rugăciunea în vizorul științei	228
F. Inferențe de final	234
G. Bibliografie	236
IV.3. Respirația holotropică, provocare spre noi orizonturi.....	240
A. Introducere	240
B. Terapia psihedelică, preambulul respirației holotropice	241
C. Fizionomia respirației holotropice	243
D. Descendenții psihoterapeutici ai respirației holotropice.....	255
E. Încheiere	260
F. Bibliografie	261
IV.4. Pauza simțurilor prin Samadhi Tanc	263
A. Retrospectivă istorică.....	263
B. Samadhi Tanc, identitate și rol.....	264
C. Bibliografie	268
V. Teme ancoră in psihologia transpersonală.....	270
V.1. Sincronicitatea, portalul enigmatic dintre lumi.....	270
A. Considerații generale.....	270
B. Periplus istoric.....	273
C. Conceptul de sincronicitate, tipologie, caracteristici.....	278
D. Sincronicitatea prin exemple	285
E. Valoarea sincronicității	291

F. Posibile concluzii	293
G. Bibliografie	293
V.2. Urgențele spirituale sau despre chemarea imperioasă a sacralului	295
A. Cadru premergător	295
B. Profilul urgențelor spirituale.....	298
C. Tipologia urgențelor spirituale.....	304
D. Abordarea terapeutică a urgențelor spirituale.....	337
E. În loc de final.....	340
F. Bibliografie	340
V.3. Experiențele de moarte iminentă (EMI), incursiuni fugare pe Celălalt Tărâm.....	345
A. Jaloane introductive	345
B. Experiențele de moarte iminentă, fișă identitară	352
C. Profilul experiențelor din pragul morții la vârsta infantilă.....	358
D. Experiențele în proximitatea morții la orbi.....	362
E. Cauzele posibile ale experiențelor de la frontiera morții	363
F. Efectele multiple ale experiențelor din apropierea morții	369
G. Experiențele la hotarul morții în preocupările noastre de teren.....	375
H. Un posibil epilog	377
I. Bibliografie	378
VI. În căutarea Fiindului Suprem	382
A. Repere istorice.....	382
B. Ateismul între teribilism și opacitate.....	385
C. Periplu în profunzimi	390
D. Căi de abordare a Instanței Supreme	401
E. Argumente ale existenței lui Dumnezeu.....	406
F. La un capăt de drum.....	425
G. Bibliografie	426
Mulțumiri	429
Din cuprinsul volumului II	430
Despre autoare	431