

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Srovnání transpersonálních teorií vědomí s ohledem na psychedelickou
zkušenost

A comparison of transpersonal theories of consciousness development with
regard to the psychedelic experience

Daniela Koubková

Vedoucí práce: doc. PhDr. Vladimír Chrz, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Odevzdáním této diplomové práce na téma Srovnání transpersonálních teorií vědomí s ohledem na psychedelickou zkušenost potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 18. 4. 2021

Děkuji svému vedoucímu práce doc. PhDr. Vladimíru Chrzovi, Ph.D. za odborné vedení, vstřícnost, trpělivost, cenné podněty a doporučení literatury.

Děkuji svým blízkým, kteří mě při psaní práce podporovali a inspirovali.

Děkuji České psychedelické společnosti, z.s. za odborné zaštitění této problematiky v České republice.

ABSTRAKT

Tato teoretická práce se zaměřuje na zmapování a srovnání hlavních psychologických transpersonálních přístupů k pojetí vývoje vědomí u jedince. Zaměřuje se na teorie Kena Wilbera, Michaela Washburna a Stanislava Grofa a jejich hlavní teoretický spor, který se týká zaměňování prepersonálních a transpersonálních sfér vědomí. Tento spor je v práci rozpracován se snahou o jeho rozuzlení a hledání integrativní teorie. Teorie jsou srovnávány s ohledem na poznatky o psychedelické zkušenosti. Psychedelická zkušenost je psychologicky rozpracována s důrazem na současné vědecké poznání v této oblasti a zasazena do kontextu vývojových teorií vědomí s přihlédnutím ke snaze o rozuzlení pre/trans omylu a důsledkům pro klinickou praxi.

KLÍČOVÁ SLOVA

teorie vývoje, vědomí, transpersonální, psychedelika, pre/trans omyl

ABSTRACT

This theoretical thesis is focused on mapping and comparing the leading psychological transpersonal approaches to the conception of development of consciousness of an individual. This research is exploring the theory of Ken Wilber, Michael Washburn and Stanislav Grof also paying attention to the main disagreement among them regarding the confusion of prepersonal and transpersonal spheres of consciousness. This disagreement is further elaborated in an effort to find a conclusion and to seek for an integrative theory. The theories are compared with regard to the findings about psychedelic experience. The psychedelic experience is psychologically elaborated with emphasis on the current scientific knowledge in the field and their embedding in the context of the developmental theories of consciousness taking the effort of unravelling the pre/trans fallacy and the clinical implications into account.

KEYWORDS

Developmental theory, consciousness, transpersonal, psychedelics, pre/trans fallacy

Obsah

Úvod.....	6
1 Nastolení tématu a celková koncepce práce	6
1.1 Osobní perspektiva.....	8
1.2 Transpersonální psychologie	9
2 Teorie vývoje vědomí	11
2.1 Integrální teorie Kena Wilbera.....	11
2.1.1 Vývoj vědomí jako stoupání po žebříku	13
2.1.2 Stupně a stavy vědomí	16
2.1.3 Jednotlivé stupně vědomí.....	17
2.2 Psychoanalyticky pojatá teorie vývoje vědomí Michaela Washburna	26
2.2.1 Zdroje prožívání v dětství	31
2.2.2 Další vývoj a přehodnocení ve středním věku	34
2.3 Teorie Stanislava Grofa	39
2.3.1 Bazální perinatální matrice	40
3 Otázka zaměňování prepersonálních a transpersonálních jevů (problém tzv. pre/trans fallacy)	42
3.1 Hledání integrující teorie	47
4 Psychedelická zkušenost v kontextu vývojových teorií.....	54
4.1 Psychedelická zkušenost a změněné stavy vědomí	54
4.1.1 Psychedelická zkušenost v kontextu teorie K. Wilbera	67
4.1.2 Psychedelická zkušenost v kontextu teorie M. Washburna	68
4.1.3 Psychedelická zkušenost v pojetí S. Grofa	70
4.2 Zhodnocení psychedelické zkušenosti v kontextu vývojových teorií vědomí.....	71
5 Závěr	74
Seznam použitých informačních zdrojů.....	75

Úvod

Otázka vědomí a jeho podstaty je jednou z nejzákladnějších otázek vůbec. Určuje náš vztah k tomu, co vnímáme jako realitu. Je tím, co se v psychologii a medicíně považuje za integrativní prvek všech psychických funkcí (Horáček, Drtinová, 2021). Ono je složeno ze všeho toho, co vnímáme, co o sobě víme, co cítíme, za koho se považujeme a jak se chováme. Některé duševní obsahy nejsou vědomí přístupné, o těch říkáme, že jsou nevědomé; některé zrovna nejsou vyžadovány, jsou ale uloženy někde dostupně a jsou tedy předvědomé (Freud et al., 1969). Všechny tyto prvky jsou ale nejspíše součástí vědomí v širším slova smyslu, a už jen tím, že mohou být uvědoměny, musí být někde uloženy, něčím nesený a mohou tedy být poznány.

Co je to vědomí? Jak funguje a co tvoří jeho obsah? To jsou velmi fascinující a velmi složité otázky, na které se snažila najít odpověď řada psychologů a myslitelů minulosti. Paradoxem zkoumání vědomí je, že vědomí zkoumá vědomí, buď naše vědomí zkoumá samo sebe v rámci sebereflexe nebo zkoumáme vědomí druhých lidí. Otázka povahy vědomí nás vždy zajímala a asi zajímat bude. Další otázkou ovšem je, jak se naše vědomí vyvíjí? Můžeme bádát i tímto směrem?

Vývojová linka zajímala psychology, lékaře a odborníky z dalších odvětví od počátků jejich bádání. Stále se máme co učit o kognitivním vývoji, kterému zasvětili velkou část svého života velikáni jako Piaget, Kelly a další, mnoho jsme se již naučili o psychosexuálním a psychodynamickém vývoji od začátku Freudova bádání. Zkoumá se vývoj pohlavní identity, vývoj chápání Já, Self, sociální identity atd. Zůstává pro mě otázkou, zda je možné zkoumat vývoj vědomí jako takového. Pojetí vývoje integrativní funkce naší psyché, která udává kým jsme a za koho se považujeme, bude tedy jedním z ústředních témat mé diplomové práce.

1 Nastolení tématu a celková koncepce práce

V posledních desetiletích se objevila v psychologickém myšlení nová škola, pro kterou se, řekla bych, stalo vědomí jedním z ústředních témat. Z humanistické školy, která se zaměřovala na kvality specificky lidské, včetně vědomí sebe sama, se postupně začala vydělovat škola transpersonální, která se snaží znovu začlenit do psychologického a akademického bádání i otázky přesahu, transcendentna a duchovna, a tím pojmout lidskou

bytosť celostne v jejích vzájemně provázaných bio-psycho-socio-spirituálních aspektech. Otázka vědomí a jeho vývoje začala být jednou z klíčových pro myslitele transpersonálního směru a proto se budu teoriím jeho hlavních představitelů věnovat ve své práci.

Tito myslitelé se pokusili popsat vývoj vědomí a pracují i s poznatky a zážitky, které se do té doby formulovaným teoriím určitým způsobem vymykaly nebo jimi byly přehlíženy. Jde o zážitky tzv. změněných stavů vědomí, ať už nějakým způsobem vyvolané či spontánně prožité a o zkušenosti, které bývají označovány za duchovní či mystické. Změněné stavy vědomí se staly jedním z nástrojů pro pochopení vědomí běžného. Takto zaměření psychologové tak navázali na bádání jednoho z otců psychologie a teorie vědomí Williama Jamese.

Ráda bych se ve své diplomové práci věnovala myslitelům, kteří se snaží pojmout vývoj vědomí u jedince. Zaměřím se na hlavní představitele transpersonálního směru, kteří se snažili přijít s integrativní teorií vědomí, která by jednak zahrnovala dosavadní psychologické poznání, ale také jevy, které se mu vymykají. Tyto vymykající se jevy se zdají být důležité pro uchopení celkového vývoje vědomí a proto se na ně zaměřím ve druhé části své práce. O vytvoření obsáhlé integrativní teorie se mj. pokusili Ken Wilber, Michael Washburn a Stanislav Grof. Ráda bych zde jejich teorie uvedla, porovnávala a pokusila se přijít s nějakým psychologicky srozumitelným závěrem, ať už pro sebe nebo pro komunitu psychologů a dalších zájemců o tato témata. Půjde zde o srovnání několika přístupů k popisu vývoje vědomí u jedince a jevům transpersonálním. Wilber se v průběhu svého života vydělil z hnutí transpersonálních psychologů a snažil se ustavit svůj vlastní směr zvaný integrální psychologie a zahrnout všechny možné aspekty vývoje jedince i lidstva jako druhu; Washburn se dívá na transpersonální jevy z hlediska psychoanalýzy a analytické psychologie; Grof propracoval teorii hlavně na základě svých zkušeností s lidmi ve změněných stavech vědomí. V České republice je z těchto tří známý především Stanislav Grof, snad hlavně díky tomu, že jde o československého rodáka a většina jeho knih je přeložena do češtiny. Ostatní autoři z řad transpersonálních myslitelů jsou u nás známí jen ve velmi omezené míře. Má práce je tedy také snahou prostudovat velké množství takto zaměřené odborné literatury, která je dostupná v angličtině a přinést tak nějaký shrnující a srozumitelný závěr českému čtenáři. Mám za to, že psychologické teorie vědomí nesmí ani v době moderního (například neurofyziologického) výzkumu stát v pozadí, jelikož jsou cennými zdroji pochopení dění v lidské duši, které zobrazovací metody uchopit nemohou. Zároveň teorie vědomí jako takového nám může přinést vhledy do tzv. změněných stavů vědomí, jimiž se budu zabývat ve druhé části své práce.

1.1 Osobní perspektiva

Během psaní diplomové práce mi v ní chybělo nějaké uchopení významu či důvodu, proč se teoreticky zaobírám těmito fenomény, které by také bylo spojovacím prvkem mého teoretického bádání. Vnímám tento význam a spojující prvek v mém osobním příběhu, jelikož diplomová práce je nejen záležitostí akademickou, ale také velmi osobní a intimní, ovlivňující na mnohé měsíce život studentů a často také jejich psychický stav. Má fascinace vědomím a možnostmi jeho zkoumání začala již při studiu na gymnáziu a inspirovala mě se jím zabývat dále a hlouběji při studiu psychologie na vysoké škole. Toto mé zaměření mě také přivedlo k dobrovolnictví a posléze i pozici koordinátorky v projektu PsyCare zaměřeném na minimalizaci rizik (harm reduction přístup) u uživatelů psychedelických látek, aktivní účasti v České psychedelické společnosti, v níž jsem od roku 2016 členkou a od roku 2020 také členkou jejího statutárního orgánu. O projektu PsyCare přednáším v univerzitním kurzu na 3.LF UK a pracuji na nově vzniklé Psychedelické klinice Psyon. Cítím tak, že moje zvědavost, fascinace i mnohaleté studium a orientace na jevy, které se dají zařadit do oblasti, na které se zaměřuje transpersonální psychologie, padly na úrodnou půdu. I na území České republiky je totiž poptávka po lidech zabývajících se jevy, které pojmenováváme transpersonálními, spirituálními, duchovními, náboženskými, a kteří budou zároveň zakotveni v teoriích psychologických a psychoterapeutických a v rámci klinicko-psychologické praxe. Klinická a terapeutická oblast v psychologii mě od začátku láká nejvíce a ukotvení v ní mi dodává pocit určitého stání nohama na zemi, které nestrhne člověka zabývajícího se výše zmíněnými jevy z oblastí mimo běžné vědomí k šarlatánství, esoterice a jiným nepřiliš důvěryhodným praktikám, ale nabídne lidem potkávajícím se s těmito prožitky patřičnou a tolik důležitou podporu. Inspirovala mě také úvodní kapitola knihy *Transpersonální myšlení v psychologii a psychoterapii*, která klade otázku, zda náhodou není psychoterapie dnešní formou spirituální praxe a duchovního hledání (Winkler, Vančura, 2016). Duševní a duchovní hledání mají k sobě podle mě velmi blízko a lidé chodí dnes za psychoterapeuty a psychology s problémy, se kterými by dříve šli třeba za duchovními představiteli (pastory, knězi či guruy), což vznáší určitý požadavek zorientovat se v této oblasti i na mě, coby začínající psycholožku a (psycho)terapeutku. Také proto, že mě tato oblast zajímá a mé zaměření je v komunitě lidí okolo mne už známé, to za mnou pomalu přivádí lidi, kteří řeší obtíže tohoto rázu, ať už jde o psychospirituální krizi, integraci zážitků změněných stavů vědomí či hledání smyslu života. Mé teoretické bádání v této práci je také mou snahou zorientovat se v problematice transpersonální psychologie i včetně jejích nedořešených vývojových otázek, které si беру za vlastní a doufám, že jejich prozkoumání přinese mně a díky tomu i mým budoucím klientům

a lidem okolo mě hlubší porozumění těmto fenoménům. Vědecké bádání, včetně toho v rámci diplomové práce a dle mého názoru do jisté míry vědecké bádání vůbec, je, ať chceme či nechceme, do jisté míry subjektivní záležitostí a vychází ze subjektivního vnímání světa založeném na specifické situaci i kulturní danosti. Takže i mé bádání je založeno na osobním hledání transpersonálního přesahu, osobní zkušenosti se změněnými stavy vědomí, osobnímu zájmu a snaze o porozumění této problematice.

1.2 Transpersonální psychologie

Na úvod je vhodné napsat něco obecně o transpersonální psychologii, abychom věděli, v jakém rámci se pohybujeme a na jakých východiscích tato škola staví. Transpersonální psychologie bývá označována za čtvrtou sílu v psychologii, po první pozitivistické a behavioristické, druhé psychoanalytické a třetí humanistické. Vyznačuje se zaměřením na jevy, prožitky a stavy vědomí, které bývají označovány jako mystické, spirituální, vrcholné (Maslowovy „peak experience“), holotropní, „já“ přesahující, tedy transpersonální (Winkler, Vančura, 2016, s. 26). Předmětem studia jsou stavy vědomí, které překračují běžnou každodenní zkušenost a zaměřením na praktiky, které tyto stavy navozují jako je meditace, snění, užívání psychoaktivních látek ad. Sdílí s humanistickou psychologií „zaměřením na potenciál lidského růstu, zdraví a pohody, nicméně typické je, že jde za tyto domény a zdůrazňuje význam vědomí při zpracovávání zkušeností a zlepšování duševní pohody“ (tamtéž, s. 27). Z analýzy definic transpersonální psychologie vyplývají tři hlavní přístupy: První přístup se zaměřuje na překročení ego, obsahy stavů ego překračujících a způsoby jejich navozování (meditace, mystika, kontemplace, psychedelika) i aspirací, které přesahují ego (smysl, význam, vyšší hodnoty, B hodnoty). Druhý přístup popisuje transpersonální psychologii jako směr zaměřující se na pojetí člověka jako bio-psycho-socio-spirituálního integrovaného celku a zabývá se kontextem specificky lidské situace, která je vždy i spirituálně podmíněna. Třetí přístup pojímá transpersonální psychologii jako směr, který by mohl katalyzovat pozitivní proměnu člověka i celého lidstva a zabývá se možnostmi psycho-spirituálního růstu (Hartelius et al. in Winkler a Vančura, 2016, s. 28).

Jedním z hlavních předmětů zkoumání transpersonální psychologie jsou změněné stavy vědomí, mimořádné stavy vědomí, stavy označované za holotropní či transpersonální. Tyto pojmy se vzájemně prolínají. Staví zde na tom, co napsal již James v r. 1902, kde upozornil, že naše běžné vědomí představuje jen jeden druh vědomí, který je oddělen od zcela odlišných druhů vědomí velmi tenkou vrstvou. Člověk může projít životem bez toho, aby zaznamenal existenci jiných druhů vědomí, ale také stačí malý potřebný stimul a tyto jiné druhy vědomí se

mohou vynořit v celé komplexitě. Tyto jiné druhy vědomí, i když zatím opomíjené mohou být potenciálně přínosné (James, 1930). Právě jejich přínos byl od dob vzniku transpersonálního směru systematicky psychologicky zkoumán. Vaughanová popisuje transpersonální model „já“ a poukazuje na to, že pokud se člověk identifikuje s existenciálním „já“, čelí neodvratitelnosti smrti, osamocení, odcizení a „zoufalství pramenícího z nesmyslnosti individuálního a konečného bytí“ (Vaughanová in Winkler, Vančura, 2016, s. 31). Toto existenciální „já“ jde za určitých podmínek a nejlépe s podporou transpersonálně zaměřených terapeutů a průvodců překročit do transpersonální dimenze, k transpersonálnímu „já“ a právě možnosti vývoje tímto směrem mě zajímají a snažím se je propracovat na stranách své práce. Přijetím existence transpersonálního „já“ a celé této dimenze pak přijímáme i hypotézu, že „já“ je součástí většího kosmického celku a dění, které bude existovat i po zániku individuálního lidského bytí (tamtéž, s. 32). Tato širší oblast byla dříve vymezena jako spirituální, takže i když prožitky mají různou podobu, nějakým způsobem se dotýkají spirituality. Transpersonální prožitky se dotýkají kvalit popisovaných ve většině světových náboženství „v křesťanství, když říká, že království boží je uvnitř člověka; v buddhismu, když říká, že Buddha je v každém člověku; v hinduismu, když říká, že Brahman a Atman jedním jsou; i v Islámu, když říká, že kdo pozná sebe pozná Pána“ (tamtéž, s. 32). Klasický dualismus, tedy rozdělení já a oni, subjekt a objekt, já a to ostatní (druhé, jinaké), lze podle Wilbera překonat právě pomocí metod popsanych v mystických a transpersonálních tradicích a toto překonání pak vede k prožitkům určité formy konečné jednoty a určité vyšší identity, která pomáhá překonat pocit oddělené existence a tím také uvolňuje od strachu z bytí a nebytí, ze života a smrti (Wilber in Winkler, Vančura, 2016, s. 32).

2 Teorie vývoje vědomí

V tomto oddíle postupně představím jednotlivé směry, kterým se transpersonální psychologie teoreticky ubírá, když pojímá vývoj vědomí u jedince. V této otázce se také jednotliví teoretici začali nejvíce názorově rozcházet, což bohužel zapříčinilo názorovou nejednotnost tohoto psychologického směru, na jejímž základě je směr mnohdy kritizován. Po představení jednotlivých teorií se pokusím o jejich kritické zhodnocení i nalezení integrativního přístupu.

2.1 Integrální teorie Kena Wilbera

Ken Wilber je americký psycholog a filozof, v USA je známý, u nás o něco méně. Bývá řazen ke směru transpersonální psychologie, s tímto směrem se ale na přelomu tisíciletí rozešel a začal razit svůj přístup, který nazval integrální. V českém překladu vyšly jen dvě jeho knihy. Jednou z nich je kniha *Stručná historie všeho* (2010), která teoreticky uchopuje téma vývoje vědomí a je stručnou verzí obsáhlé publikace *Sex, Ecology, Spirituality* (2001), převedenou do smyšleného rozhovoru umožňujícího srozumitelnost i pro čtenáře z řad široké veřejnosti. Wilber se věnuje popisu celé struktury integrální teorie, vysvětlení pojmů a dílčích aspektů celostního pojetí vývoje, teoreticky zasazuje problematiku vývoje vědomí do kontextu vývoje lidské společnosti a dále se věnuje vývoji vědomí u jednotlivce, včetně rozpracování transpersonálních jevů; této části knihy budu věnovat pozornost především.

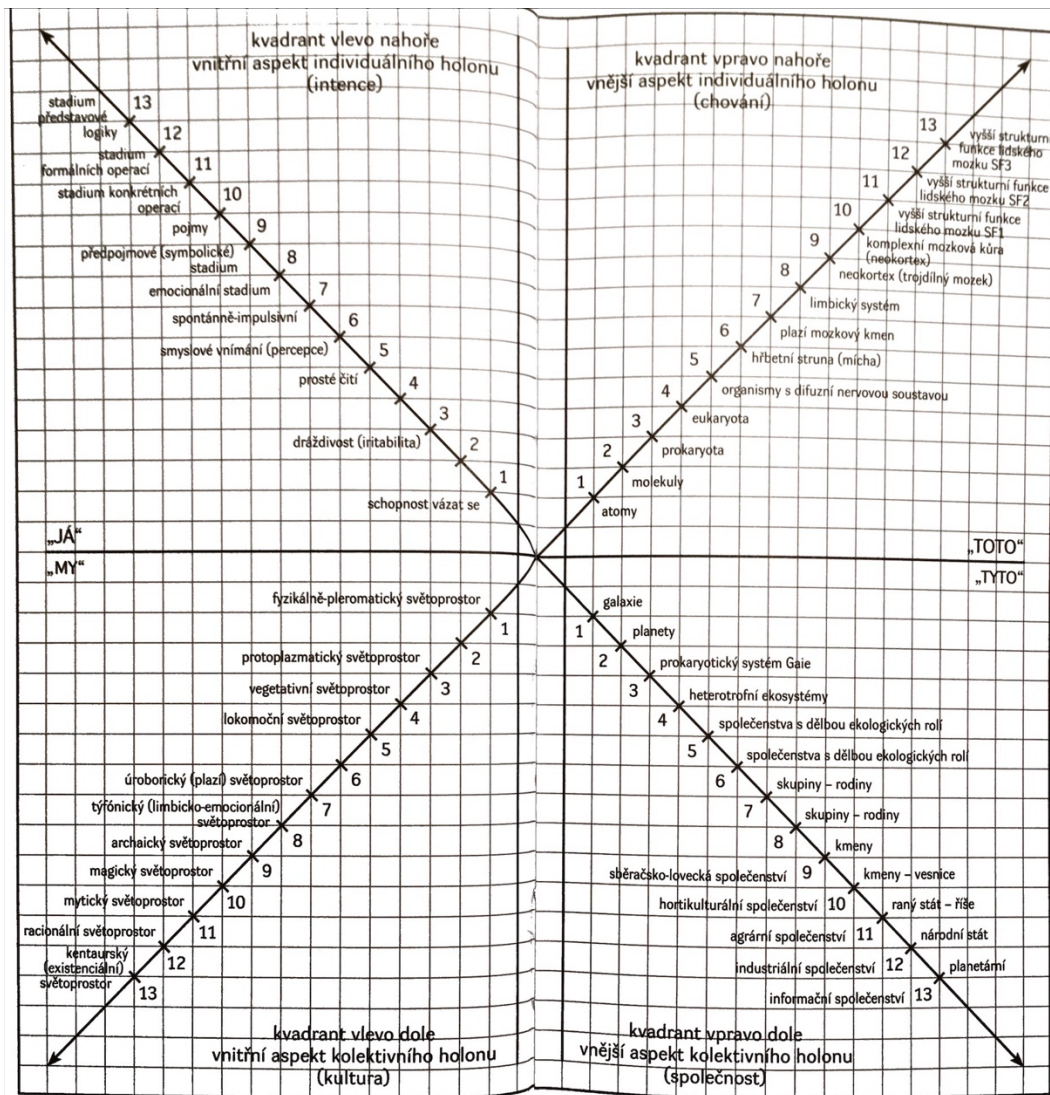
Ken Wilber se věnuje univerzálním vlastnostem vývoje lidstva, které se objevují napříč kulturním spektrem, vpisuje je do jedné obsáhlé mapy lidských možností, které rozděluje do čtyř kvartálů, čtyř směrů vývoje, které se navzájem ovlivňují (viz Obr. č. 1), (Wilber, 2010, s. 94). Horní kvartály jsou individuální. Pravý horní kvartál značí vnější vývoj individuálního holonu, který zastupuje biologický vývoj, od atomů, přes hřbetní strunu, limbický systém až k vyšším strukturálním funkcím lidského mozku. Levý horní kvartál zastupuje vnitřní aspekt individuálního vývoje holonu, který popisuje vývoj psychologický, od prostého čítí, přes symbolické stádium, stádium konkrétních operací a dále (tamtéž, s. 96 – 98). Individuální vývoj vědomí jedince je aspektem Wilberem popisovaného vývoje, kterým se zabývá vývojová psychologie a kterým se budu nejvíce zabývat i já dále v textu.

Dolní polovina zaznamenává vývoj kolektivní, který má také aspekt vnitřní a vnější. Dolní pravý kvadrant znázorňuje vnější aspekt kolektivního vývoje, aspekt sociologický, společenský, tak jak se vyvíjel od malé rodinné skupiny, kmenová společenství, přes agrární až k dnešnímu globálně propojenému informačnímu společenství, je to tedy aspekt zachycující

materiální zázemí a systémové uspořádání dané společnosti. Dolní levý roh zastupuje vnitřní kolektivní aspekt, vnímám ho jako pojetí světonázorové, dá se i nazvat kulturním či spirituálním, které úzce souvisí s tím sociálním (jakožto i s ostatními). Světonázor jedince většinou závisí na světonázoru a vývoji lidí v jeho společenství, stejně tak jako závisí na mentálním vývoji jedince samotného (ten zaznamenává kvadrant levý horní, vývojově psychologický). Zachycuje společenské uspořádání „zevnitř“, tak, jak ho vnímají jeho účastníci, a jaké příkládají významy jednotlivým prvkům tvořícím jejich kulturu (tamtéž, s. 99-101). Těmto různým aspektům se věnují různé vědní obory – biologie, psychologie, sociologie či antropologie a Wilber se zde snaží o jakousi všezahrnující teorii.

Toto pojetí mě oslovuje svou snahou o celistvé, holistické uchopení vývoje jedince ve všech jeho aspektech, tak jak se dnes učíme, že bychom ho pojímat měli, tedy v jeho bio-psycho-socio-spirituální celistvosti. Jako příklad této propojenosti můžu citovat z již zmíněné Wilberovy knihy: „Společnost s nedůstojnými výrobními způsoby (kvadrant vpravo dole) – například s otrockou mzdou za odlidštěnou dřinu – se odrazí v nízké sebeúctě dělníků (kvadrant vlevo nahoře) a nedobřím stavu chemických pochodů v mozku (kvadrant vpravo nahoře), které se třeba mohou projevit v institucionalizaci zneužívání alkoholu v zájmu sebeléčby. Kulturní světonázor pohrdající ženami má zase tendenci mrzačit individuální potenciál žen a vytvářet u nich neblahé chemické pochody v mozku, takže se posléze neobejdou bez Prozacu,“ (2010, s. 158-159). Kulturní vývoj je provázaný s vývojem jednotlivce, dle Wilberovy teorie má každá společnost určité těžiště průměrné úrovně vědomí, kolem něj se organizuje kulturní etika, normy, pravidla a základní instituce; udržuje základní kulturní soudržnost a sociální integraci. Působí na individuální vývoj vědomí jako magnet, jste-li pod úrovní, táhne vás vzhůru a jste-li nad ním, má tendenci vás stahovat dolů blíže k normě (tamtéž, s. 159-160). Občas je chybou antropologických studií, že posuzují určitou epochu/společnost podle reprezentanta s nejpokročilejším módem vědomí, například šamana. Ten ale určitě nebyl průměrným zástupcem, ba naopak je jen ojedinělým jedincem v celém kmeni. Wilber se snažil při studiu kultur jednak definovat průměrné těžiště každé epochy (archaické, magické, mytické, racionální, existenciální) a za druhé se soustředil i na jednotlivce (šamany, jogíny, světce, mudrce), kteří ve vývoji nejvíce pokročili a přesáhli průměrný modus, i za cenu velkých osobních ztrát a dosáhli vyšších stupňů vědomí (tamtéž, s. 161)

Obr. č. 1



Zdroj: Wilber, 2010, s. 4-5

2.1.1 Vývoj vědomí jako stoupání po žebříku

Vývoj vědomí u jedince Wilber rozděluje do devíti stupňů, snaží se popsat i stupně, které se zatím vymykají běžné úrovni vědomí (ve většině dnešních společností), ale lze je zaznamenat u některých výše zmíněných jedinců. Jedinec je znázorněn jako lezec, který leze po žebříku stupňů vědomí a má z jednotlivých příček různý výhled, který určuje jeho světonázor a tedy i jeho hodnoty a vnímání jevů kolem něj i v něm. Metafora žebříku je zjednodušením, dle Wilbera jde spíše o soustředné kruhy, které nazývá holony, kdy další stupeň do sebe vždy zahrnuje ten předchozí a dále ho rozvíjí, strukturu těchto stupňů-kruhů nazývá holarchieí. V tomto pojetí má žebřík devět stupňů, které představují základní úrovně vědomí. Na Obr. č. 2 můžeme vidět, jak jdou postupně za sebou 1) senzorio-motorická úroveň prostého čítí

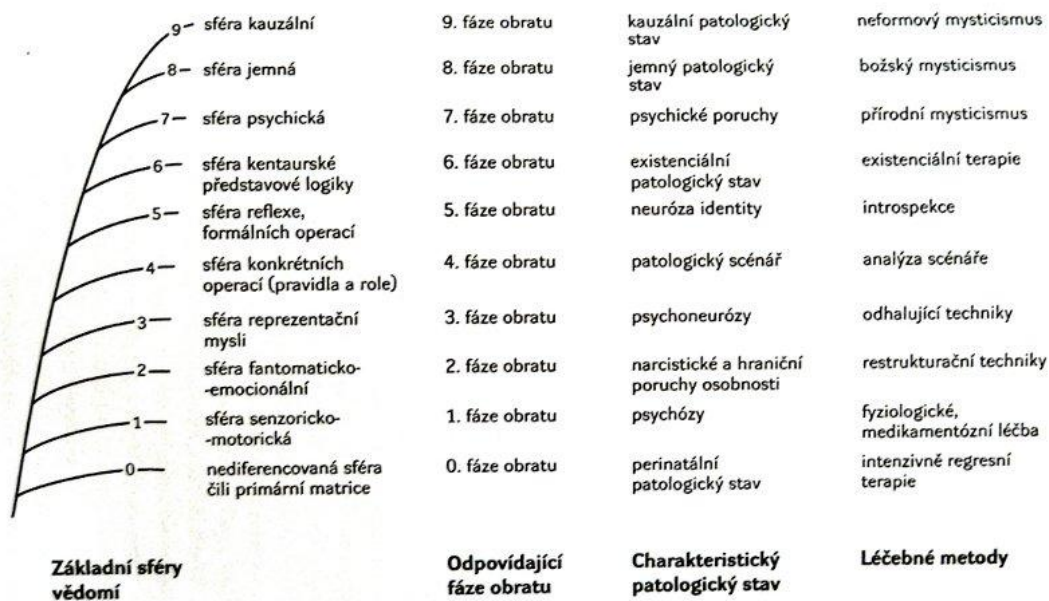
a smyslového vnímání; 2) fantomaticko-emocionální úroveň na principu podnětu a obrazu; 3) úroveň symbolů a pojmů reprezentační (zobrazovací) mysli; 4) úroveň konkrétních pravidel (stadium konkrétních operací); 5) úroveň formálně-reflexivní (stadium formálních operací) a 6) integrační úroveň představové logiky. Tyto stupně bývají ve svých obměnách a rozšířeních popsány v teoriích vývojové psychologie, Wilber a další teoretici zabývající se otázkou vývoje vědomí zde ale nekončí, přidávají další transpersonální stupně, dle Wilberovy terminologie pokračuje žebřík 7) úrovní psychickou, 8) úrovní jemnou a v poslední řadě 9) kauzální úrovní, která je nedvojná. Vývoj začíná u hmoty, těla, mysli, duše a končí u Ducha (tamtéž, s. 162).

Žebříkem popis nekončí, je potřeba, aby po něm někdo stoupal, a tím někým je naše „já“. Je lezcem, který stoupá po žebříku, bývá také nazýváno jáským systémem či komplexem. „já“ má specifické vlastnosti a disponuje konkrétními schopnostmi, které nejsou zahrnuty v žebříku, ten postrádá vnímání sebe sama, je ne-jáský. Stupně žebříku si přivlastňuje „já“, které se s nimi identifikuje. Já se také může setkat na jednotlivých příčkách s problémy, některé jeho aspekty mohou zůstat pozadu nebo být poškozeny. To pak nazýváme regresí, disociací, vytěsněním, potlačením, rozštěpení osobnosti, odcizením, alienací, duševní poruchou atd., záleží zde, na jaké úrovni problém nastane. Výsledkem je patologický stav charakteristický pro danou úroveň (psychóza, hraniční porucha osobnosti, neuróza, existenciální a spirituální patologie), na každém stupni se může něco „pokazit“ a čím nižší stupeň, tím závažnější psychopatologie (tamtéž, s. 164).

Každý stupeň vědomí je u Wilbera rozdělen do tří fází – 1. fáze identifikace, 2. fáze dezidentifikace a 3. fáze integrace, zahrnutí. Jde o podobný proces diferenciacce a integrace, kterým se teoreticky zabývali například Mahlerová, Kernberg, Kohut i Jung, na které se odkazuje. Každý stupeň vědomí je tedy bodem obratu. Nejdříve musí „já“ ve svém vývoji vstoupit na novou úroveň vědomí a identifikovat se s ní, což je charakteristické pro 1. subfázi, ve 2. subfázi se s ní identifikovat přestává, začíná se od ní odlišovat, přesahovat ji a transcendovat a konečně ve 3. subfázi už se „já“ začíná identifikovat s novým vyšším stupněm a tedy původní stupeň vědomí integruje a zahrnuje do sebe. Každá příčka stojí na předešlých, každý kruh v sobě zahrnuje předchozí dosažené kruhy – stupně, jedná se o integraci. Dosažením každé nové příčky (stupně či úrovně vědomí), má jedinec k dispozici jiný výhled, jiný pohled na svět, odlišný světový názor. Jde také o jinou identitu, to, s čím se člověk ztotožňuje, co prožívá jako své „já“ a jak z tohoto místa vnímá svět kolem sebe. Na každé úrovni vnímá také různé potřeby a hodnoty, zaujímá jiný morální postoj. Souhlasí to se stupni vývoje morálky dle Kohlbergovy teorie, Maslowem popsanou hierarchií potřeb a Loevingerovou popsaným vnímáním sebe sama, stupně také v určitém aspektu doplňují Piagetem popsaný vývoj

kognitivní (tamtéž s. 166 – 169). Jedinec může být také různě vyvinutý v různých z těchto aspektů, například kognitivně může být ve stadiu formálních operací, ale morálně na stupni konvenční i prekonvenční morálky, dle toho, jak jeho vývoj probíhal a kde nebyly podmínky zcela příznivé, tedy kdy část „já“ zůstala na nižším stupni, odštěpila čili disociovala se, čímž interpretuje svět v rámci kategorií, které mu byly a jsou k dispozici na daném stupni vědomí. „Když já potlačuje či štěpí (disociuje) své vlastní aspekty, ztrácí tím část svého potenciálu potřebného pro další vývoj, evoluci. Dříve či později se vývoj zbrzdí a zastaví,“ (tamtéž, s. 175). Ideální by tedy dle Wilbera bylo integrovat hlubinnou psychologii s psychologií transpersonální, jedinec nejdříve potřebuje projít a vyřešit krize na nižších stupních, aby se mohl dále vyvíjet na vyšších příčkách. „Ocitli jsme se v extrémně nadějném okamžiku lidské evoluce, protože poprvé v dějinách máme přístup k Freudovu i k Buddhovu učení zároveň. Můžeme integrovat zásadní objevy moderního Západu (zvláště celkovou představu psychodynamiky nevědomí, s níž se nikde jinde nesetkáte) s mystickými a kontemplativními tradicemi Východu (i západu) a vytvořit tak přístup zahrnující *úplné spektrum*“ (tamtéž, s. 176).

Obr. č. 2



Obr. 10-1: Sféry vědomí ve vztahu k fázím obratu, patologickým stavům a způsobům léčby

Zdroj: Wilber, 2010, s. 160

2.1.2 Stupně a stavy vědomí

Fakt, že se jedinec a jeho kultura obecně nacházejí na určitém stupni vědomí ale dle Wilbera neznamena, že mu nejsou vůbec přístupné prožitky z jiných (vyšších či nižších) stupňů. Může mít dočasné prožitky z jiného stupně, kterým se říká stav vědomí, z toho vyplývá i možnost „změněných stavů vědomí“, kterými se zabývá transpersonální psychologie a kterým se snažím porozumět. Tedy „spirituální prožitky – *vrcholovou zkušenost* či *změněný stav vědomí* – mohou mít jedinci téměř na každém stupni svého růstu, (...) Do vyšších dimenzí tudíž můžete nahlédnout za nejrůznějších okolností – v okamžicích radostné nálady, sexuální vášně, ve stresu, v zasnění, pod vlivem drog, ba i při psychotickém záchvatu. Podívejme se však, co se stane. Řekněme, že sledovaná osoba stojí na Kohlbergově 3. morálním stupni. A řekněme, že měla zážitek přílivu určitých úkazů z jemné sféry, například intenzivního vnitřního osvětlení, inspirace, iluminace, který může člověku pronikavě změnit život. Daná osoba se může otevřít novým světům, novým dimenzím, novým formám vědomí. U dané osoby to může zjevně vést ke skutečné transformaci, k evoluci či vývoji vědomí. Podrobí-li se morálnímu testu, asi zjistíte, že se vskutku transformovala ze třetího na čtvrtý morální stupeň. Jinam ani cesta nevede! (...) Osoba na 3. morálním stupni, která prožila hlubokou spirituální zkušenost, může být motivována k postupu na stupeň následující – zde tedy na 4. stupeň. Za žádných okolností nemůže přeskočit ze 3. stupně na 7. stupeň.“ (Wilber, 2010, s. 171). Vývoj se dá tedy urychlit, ale jednotlivé stupně vědomí se nedají přeskočit. V tomto bodu Wilber rád kritizuje transpersonální psychologii: „Jedním z velkých problémů transpersonální psychologie byl ten, že terapeuti měli zpočátku tendenci soustředit se na *vrcholovou zkušenost*. Měla jste tedy ego, které bylo velmi špatné, a měla jste také to, co ego nebylo, a to bylo velice dobré. V podstatě vládlo přesvědčení, že cokoli, co není ego, je Bůh. Měla jste tedy odporné ego a skvostné ne-ego.“ (tamtéž, s. 172) Snažili se zbavit ega a dosáhnout tím nějakého Boha, božské zkušenosti, aniž by, dle Wilbera, řešili, zda jde o předeigoické nebo transegoické jevy, tedy jeho oblíbený problém, který označuje jako *pre-trans omyl*, *pre-trans fallacy*. Završuje: „Lidé tedy mohou prožít duchovní zkušenost, vrcholovou zkušenost či nejrůznější formy změněných stavů vědomí, ale musí tyto zážitky zabudovat do své vlastní struktury. Musí růst a vyvíjet se, dokud se skutečně nepřizpůsobí hloubce, kterou jim nabízí vrcholový zážitek“ (tamtéž, s. 173), to předesílá důležitost procesu integrace psychedelické a jiné vrcholné zkušenosti, kterému se budu také věnovat ve druhé části své práce.

2.1.3 Jednotlivé stupně vědomí

1. Fáze obratu, primární matrice

Když začneme s pojetím vývoje vědomí od narození jedince, můžeme vnímat novorozeně jako senzorio-motorický organismus, dle Piageta je „já“ zde takřkajíc materiální. Identifikuje se se senzorio-materiálním světem, nerozlišuje mezi vnitřním a vnějším, tyto dva světy splývají, nejsou ještě diferencované. Tomuto prvotnímu stavu splynutí se říká v literatuře primární matrice, primární autismus, primární narcismus, stadium oceánské, protoplazmatické, adualistické, nedisociované atd. Primární matrice představuje 1. subfázi 1. fáze obratu, kdy „já“ splývá s vnitřním i vnějším senzomotorickým světem a jeho prožíváním.

Wilber upozorňuje, že tento stav předchází dualitě a na to, že určitá romantická pojetí poukazují na tento stav jako na ideální, kdy neexistuje dvojnost subjektu a objektu, nicméně tento stav podle něj neobsahuje nic duchovního, „neskýtá možnost transcendovat subjekt a objekt, protože je neumí od sebe odlišit. Jde o primární narcismus. Fyzikální svět je pohlcen autistickým „já“. Kojenec - to jsou jen ústa, jeho svět je pouze potrava. Jde o čistě fyzickou záležitost,“ (tamtéž, s. 179). Je to stav uzavřený ve svém egocentrismu a postrádá intersubjektivní lásku a soucit, „nelze si představit vědomí, které by bylo mělčí a omezenější“ (s. 180).

Kolem 4. měsíce života začíná kojenec rozlišovat mezi vnitřním a vnějším světem, mezi pocity přicházejícími z jeho těla a těmi přicházejícími z okolního prostředí. Začíná tedy s diferenciační subfází 1. fáze obratu, kterou dokončí během prvního roku života. Této fázi se ve velké míře věnovala Margaret Mahlerová a další výzkumníci – Melanie Kleinová, Renée Spitzová či Edith Jacobsonová. Dle výzkumu Mahlerové k tomuto líhnutí „já“ dochází mezi pátým a devátým měsícem života dítěte, a toto „vylíhnutí se“ z prvotní splývající matrice lze považovat za skutečné zrození fyzického „já“. Pokud se nezdaří diferenciaci v tomto období, hrozí nebezpečí adualismu, pozdějšímu rozvoji psychózy, kdy jedinec není schopen rozlišit mezi svým tělem a prostředím, zůstává zachycen ve stavu splynutí s primární matricí, chybí schopnost určení i fyzických hranic vlastního „já“, vědomí nemá sídlo v těle. Tyto stavy podrobně popisuje R. D. Laing v knize *Rozdělené Self* (2019). Při těchto stavech se mohou objevovat přílivy transpersonálních prožitků a vnímání, ale jsou velmi zkreslené. Rozdíly mezi psychózou a duchovními zážitky popisuje Laing v článku transcendentální zkušenost ve vztahu k náboženství a psychóze^[1]. Wilber poukazuje na to, že mnoho etiologických kořenů vážných

¹ V českém překladu vyšel článek v knize Grof, Grofová: Krize duchovního vývoje, 1999.

psychických poruch jako jsou psychózy, schizofrenie, afektivní poruchy, se váže právě k této rané fázi vývoje, a tedy na to, že „*typ* patologického stavu se pojí s *úrovní*, kde došlo k narušení“ (tamtéž, s. 183).

V reakci na některé myslitele věnující se i prenatalní a perinatální fázi vývoje (Grof, Rank) dodává Wilber i „nultou fázi obratu“, která má také trojsubfázovou strukturu: prvotní splynutí s dělohou, poté bolestný proces diferenciacie – samotný průběh porodu a šok z narození a pak postnatální periodu konsolidace a integrace nového stavu coby oddělený (diferencovaný) organismus.

2. Fáze obratu – zrod emocionálního „já“

Po zdolání 1. fáze obratu začíná nemluvně s 2. fází obratu, tedy emocionálně-fantomatickou, už si umí stanovit realistické hranice fyzického „já“, tedy vnímá rozdíl sebe samého od fyzikálního prostředí, ale ještě nedokáže určit hranice „já“ emocionálního. Dosud emocionálně splývá s lidmi kolem něj (zvláště s matkou), identifikuje se s nimi, je ve fázi splynutí 1. subfáze 2. fáze obratu. Jde stále o velmi egocentrický a narcistický stav, dle Mahlerové „zachází dítě se světem jako se svou ústřicí“ (Mahlerová in Wilber, s. 184), vnímá svět jako součást či prodloužení sebe samého. Tento narcismus je v této fázi normální, dle Wilbera nejde o to, že by dítě o sobě sobecky uvažovalo, neuvažuje o sobě totiž nijak, nedokáže se ještě odlišit od emocionálního světa kolem sebe, nedokáže zaujmout perspektivu jiného člověka. Myslí si, že to, co samo cítí, cítí i ostatní, to, co samo chce, chtějí i všichni kolem a to, co vidí a vnímá, vnímají i druzí. Například si hraje na schovávanou, aniž by se doopravdy schovalo, stačí, že vás samo nevidí, „jeho hledisko je jediným existujícím hlediskem vůbec,“ (Wilber, 2010, s. 184).

Mezi 15. a 24. měsícem se emocionální „já“ začíná diferencovat, odlišovat samo sebe od emocionálního prostředí. Mahlerová hovoří o „psychologickém narození dítěte“, rodí se tu jeho samostatné „já“, s vlastními emocemi a vědomím, že existuje jako samostatné „já“ v odděleném světě. Končí zde tedy jedinnost a začíná dualita. Toto stadium je mnohými teoretiky považováno za počátek alienace, odcizení, oddělení subjektu a objektu. Tomuto rozdělení a počátku duality se ve větší míře věnuje také M. Washburn, o kterém pojednávám v další kapitole. Wilber upozorňuje na to, že „diferenciacie je nutnou a nevyhnutelnou součástí každého růstu a vývoje, je protějškem vyšší integrace“ (s. 186) a neměla by tedy být považována za něco negativního. V tom smyslu, že je potřeba aby se dualita nejdříve vytvořila a poté byla překonána, transcendována. Podobně jako ego, které není špatné a nežádoucí, jak ho pojmají

některé novodobé duchovní směry, nýbrž nutné pro vývoj člověka a jeho fungování v rámci společenství, a které může být postupně také transcendováno. „*Nedostatek* vědomí neznamená *přítomnost* ráje. (...) Když procitneme jako samostatné emocionální ‚já‘, se vši radostí a hrůzou, jež s tím souvisí, pak jsme skutečně *transcendovali* prvotní stav splynutí a do jisté míry jsme se *probudili*. Získali jsme více *hloubky* a více vědomí, které má svou vlastní vnitřní hodnotu, niternou cenu“ (tamtéž, s. 188).

Co se týče patologie, pokud já zůstane na emocionálně narcistickém stupni ve stavu splynutí, může se rozvinout narcistická porucha osobnosti, nebo diferenciační proces této fáze začne, ale úspěšně se nedokončí a dojde k určité disociaci, která se dále v životě projevuje jako hraniční porucha osobnosti. Podrobně o tom pojednávají například H. Kohut nebo O. Kernberg. V těchto případech postrádá ‚já‘ realistické emocionální hranice sebe sama, dojem soudružného trvalého pocitu ‚já‘, se světem buď nakládá dále jako se svým přístavkem a nebo je trýzněno vpády vnějšího světa. Pokud naopak tato fáze vývoje proběhne bez problémů, ‚já‘ se postupně přestává identifikovat s emocionální úrovní a začíná ji přesahovat a identifikovat se s mentálním, duševním, koncepčním (pojmovým) ‚já‘ (tamtéž, s. 188-189).

3. Fáze obratu – zrození pojmového ‚já‘

Tato Wilberova úroveň odpovídá Piagetově předoperační fázi kognitivního vývoje, obsah mysli je tvořen z *obrazů*, *symbolů* a *pojmu*. „Obrazy se začínají vynořovat v 7. měsíci života. Mentální (či duševní) obraz se víceméně podobá objektu, který reprezentuje. Když zavřete oči a představíte si psa, nápadně se podobá skutečnému psu. Je to *obraz*. I *symbol* reprezentuje určitý objekt, ale vůbec se mu nepodobá. To je mnohem těžší kognitivní úloha. Mého psa reprezentuje symbol ‚Fido‘, ale ani trochu nevypadá jako můj pes. Symboly povstávají během 2. roku života. Obvykle začínají slovy ‚máma‘ nebo ‚táta‘ a velmi rychle se vyvíjejí. Symboly ovládlo vědomí někdy mezi 2. a 4. rokem života“ (tamtéž, s. 189). Začínají se objevovat pojmy a zatímco symbol zastupoval jeden objekt, pojem jich zastupuje celou řadu, celou kategorii objektů, to je ještě větší abstrakce, těžší kognitivní úloha. Pojmy ovládnou vědomí mezi 4. a 7. rokem života jedince, v tu dobu se začne vyvíjet pojmové (mentální, duševní) ‚já‘ a toto období označuje Wilber za 3. fázi obratu. „Já“ již obsahuje a je složeno ze smyslového cití, pocitů, emocí a teď také symbolů a pojmů. Vstupuje tak do lingvistického světa „obývá nový širší svět, a tak je pojmová mysl schopná vytěšňovat (potlačovat) a štěpit (disociovat) své nižší impulzy. Právě proto, že noosféra přesahuje, transcenduje biosféru, disponuje nejen schopností transcendovat a zahrnovat, ale také vytěšňovat, potlačovat, pokřivovat, zkreslovat, odmítat, popírat. Proto nedochází jen k diferenciaci, ale také k disociaci, a to nejen na úrovni jednotlivce,

ale i ve velkém měřítku. Na úrovni jednotlivce se objevují neurozy, ve velkém měřítku ekologické krize. (...) Mysl může potlačovat vnější přírodu (ekologická krize) i vnitřní přírodu (libido).“ (Wilber, 2010, s. 190). Vyvíjející se „já“ má potřebu se distancovat od některých aspektů sama sebe, těch, které jsou třeba bolestné nebo ničivé. „Činí tak s pomocí obranných mechanismů, které má k dispozici na své vlastní vývojové úrovni“ (tamtéž, s. 192). Obrany se vyvíjejí společně s „já“ a liší se dle stupně vědomí, na první úrovni jde převážně o projekční identifikaci, „já“ ještě není odděleno od druhých, typické obranné mechanismy druhé úrovně jsou štěpení a splnutí (dobré vs. špatné, já a objektní reprezentace), od 3. fáze obratu je typická represe, která také umožňuje vznik obranného mechanismu sublimace, což je jiný výraz pro transcendenci – přesažení.

4. Fáze obratu – „já“ mentálních rolí

Rodí se zde mysl konkrétních pravidel a rolí, stadium konkrétních operací v Piagetově pojetí, je dominantní zhruba od 6-7 roku do věku 11 až 14 let jedince. Rozvíjí se schopnost vytvářet mentální *pravidla* a přijímat *role*. Dítě se učí přijímat role a pravidla druhých, dovede si představit jejich úhel pohledu, tudíž je už méně egocentrické. Piaget se svou spolupracovnicí Inhelderovou provedli množství experimentů, z nichž vycházeli ve svém rozdělení stádií vývoje dítěte. V tomto stádiu si dítě už umí představit a dokáže se vcítit do toho, co může vidět a vnímat druhý člověk, také dokáže uchovat vnitřní pravidla, dle kterých se řídí svět kolem, například v pokusu s objemem přelévané vody mezi různě vysokými skleničkami.

I morální postoj se mění z egocentrického prekonvenčního na konvenční, tedy takový, který uznává a přijímá vnější pravidla, je přizpůsobivý a konformní. Často děti v této fázi vývoje až velmi vehementně trvají na dodržování daných pravidel bez možných výjimek. Zajímavé je, že touto změnou pohledu se mění dosavadní pohled na vlastní život dítěte; kdybychom konfrontovali dítě s videem, kde říká, že v menší sklenici je méně vody (v rámci Piagetova experimentu), popřelo by pravost videa. „Já“ vždy reinterpretuje všechny události předchozího života z perspektivy nového světového názoru, vidíme své životní události z nového hlediska a máme pocit, že jsme je tak vnímali vždy. I to je jednou z komplikací dlouhodobé paměti, je vlastně neustále přepisována z hlediska našeho současného pohledu na svět.

Vývoj směřuje stále směrem od egocentrismu a v této fázi vývoje, tedy ve 4. fázi obratu se mění v sociocentrismus, na důležitosti získává to, jak se jedinec sladí se společenskými rolemi, požadavky a očekávanými scénáři. Přebírá role od ostatních, jeho ego již není centrem všeho dění, jde spíše o to, jak se vypořádá s požadavky své rodiny, státu, institucí a ostatních lidí. Zároveň se i jeho zájem a péče rozrůstají na tyto skupiny, jde mu o blaho jeho země původu,

náboženské skupiny atd., ale ještě nesahá dál než na ně. Z egocentrických tendencí se tedy stávají tendence etnocentrické, jedinec je zatím schopen decetrotovat od sebe samého ke své skupině či skupinám, ke kterým náleží, ale ne dále. Decentrace je dle Wilbera jiný pojem pro přesažení, transcendování.

5. Fáze obratu – světostředné, vyzrálé ego

Je kognitivně spojena s Piagetovým stadiem formálních operací, v naší společnosti se objevuje kolem 11. až 15. roku života, rozvíjí se zde schopnost zpracovávat abstraktní myšlenky a představy, umožňuje myšlení o myšlení, jedinec si dokáže představit možnosti a úkony, aniž by je musel vykonat, tím přesahuje konkrétní operace předchozího stádia. Člověk na této úrovni vědomí si může představovat různé světy, idealistické možnosti a snít o věcech, které ještě neexistují, může pracovat na tom, aby těchto svých idealistických představ jednou dosáhl. Také se mu doopravdy otevírá svět vnitřní, schopnost myšlení o myšlení otevírá možnost skutečné introspekce. Tím může také začít hodnotit a posuzovat dané role a pravidla, což umožňuje jejich kritiku, odstup a možnost se s nimi neidentifikovat, rodí se morálka postkonvenční. Přichází také možnost posuzovat či opustit etnocentrickou a sociocentrickou perspektivu předchozí úrovně, možnost zaujímat perspektivu globální či světocentrickou, jedná se o další velkou decenteraci, přesažení (Wilber, 2010, s. 206-210). Důležitým aspektem a úkolem tohoto období je také krize a tvoření identity (Erikson), volba směru, kam se chce člověk ubírat, kým chce být, vytříbení toho, za co se považuje a s tím spojených hodnot, které zastává.

6. Fáze obratu – integrace těla a mysli, „kentaur“

Této fázi říká Wilber kentaur, jelikož integruje tělo a mysl, „já“ je integrované v rámci vlastní sítě zodpovědnosti, povinnosti a služby. (...) „Já“ na tomto vývojovém stupni si uvědomuje mysl i tělo především jako zkušenosti. To znamená, že pozorující já začíná mysl i tělo transcendovat, vnímat je jako vnímané objekty, jako zkušenostní prožitky. Už to není jen mysl pozorující svět, ale pozorující „já“, které se dívá na mysl i na svět. Jde o velice účinnou transcendenci, která se na vyšších vývojových stupních intenzifikuje.“ (Broughton in Wilber, 2010, s. 212). Je to poslední stupeň vědomí, který je v rámci našeho západního (vědeckého) běžně přijímán a uznáván. Kognitivně spočívá na představové neboli řetězčové či síťové logice, která je ve velké míře integrující, ale stále spočívá v dualitě, dichotomii. Na tomto hledisku je postavena systémová teorie a člověk na této úrovni dokáže uvažovat z globální perspektivy. Obtížnost této fáze spočívá dle Wilbera v „aperspektivním šílenství“, člověk má k dispozici

mnohé perspektivy, z nichž ale nedává nutně žádné přednost, je jich často příliš mnoho, jsou dezorientující a proto je tento pohled aperspektivní. Vše se může zdát relativním a nic tedy neslouží jako jediná Pravda či záchytný bod. O této úrovni ve větší míře pojednávali existencialisté, pojí se k ní témata autenticity, svobody, odpovědnosti a Bytí ve světě, je to úroveň, která je na prahu transpersonální sféry, i to jí dodává na náročnosti. Člověk vnímá svět z různých perspektiv, v celé jeho kráse i hrůze, ale zároveň ještě nevnímá nic, co by ho přesahovalo. V relativitě všech pohledů se může vytratit smysluplnost věcí, existenciální krize tedy můžeme vnímat coby patologii 6. fáze obratu. „Je to duše, které zhořkly v ústech všechny formy útěchy. Svět zevšedněl v okamžiku největšího triumfu. Velkolepý banket začal a skončil, a zůstala jen dutá, šklebící se lebka. Hostina je pomíjivá i ve své největší slávě. Všechno, v čem jsem viděl smysl, do čeho jsem vkládal své tužby, nadšení a naděje, všechno se za té dlouhé a osamocené noci vypařilo, vyprchalo to.“ (Wilber, 2010, s. 216).

Transpersonální říše nadvědomí

„Já“ na šesté úrovni začíná být pozorujícím svědkem, který si uvědomuje tělo i mysl a tudíž je začíná přesahovat, transcendovat. O tomto procesu málokdy pojednává naše západní psychologie, i když v posledních desetiletích nejsou tato témata již tolik znevažována. V průběhu dějin lidstva se tímto duchovním vývojem vědomí i jeho překážkami zabývali mnozí mudrci a mystici, popisují ho jako postupné přibližování se k Božství, Buddhovi, Kristu, samé Prázdnotě. Pozorující „Já“ se přibližuje bytostnému Já, posvátnému svědkovi, ryzí přítomnosti, vědomí jako takovému. Tento svědek zde byl přítomen od samého počátku vývoje vědomí, jako potenciál, hloubka. V této fázi se člověk přestává identifikovat s myslí samotnou, mysl už není jen subjektem, ale stává se i objektem pozorování, tento stav můžeme znát z knih o meditaci (například v populární knize Eckharta Tolleho *Moc přítomného okamžiku*, 2001). „Mystické, kontemplativní a jogínské tradice tudíž přebírají otěže tam, kde je mysl pouští. Přidružují se k pozorujícímu „Já“, které začíná transcendovat mysl a vcházet do sféry transmentální, supramentální či nadduševní – transracionální, transegoické, transpersonální. (...) Stupně transpersonálního růstu a vývoje jsou v zásadě stupně provázející pozorující „Já“ až do jeho nejzazšího příbytku, jímž je Duch, ryzí Prázdnota, podstata, stezka i uskutečnění celé pouti.“ (Wilber, s. 217-219). Wilber srovnal různé duchovní tradice, které popisují mapy vývoje vědomí a různé, minimálně čtyři transpersonální stupně jeho vývoje. Wilber tyto stupně nazývá psychickým, jemným, kauzálním a nedvojným.

7. Fáze obratu – psychická sféra

Je první transpersonální úroveň, mohou zde přicházet zážitky dočasného rozpuštění vnímání sebe jako samostatného „já“ (ega) a ztotožnění se s celým hrubohmotným či senzorio-motorickým světem, zážitky patřící k tzv. přírodnímu mysticismu. „Mezi subjektem a objektem, mezi vámi a celým světem přírody ‚tam venku‘ neexistuje žádný předěl. Pojmy ‚vnitřek‘ a ‚vnějšek‘ ztrácejí náplň, ztrácejí smysl. Dosud však můžete s jistotou říci, kde končí vaše tělo a kde začíná přírodní prostředí. Nejde o psychotický dualismus.“ (Wilber, 2010, s. 222) Vnímání identity se posouvá dále k světostřednému globálnímu pojetí, další část vnějšího světa je pojmána jako část vnitřní skutečnosti, vnitřního bytí. „Už nejste částí přírody, ale příroda je vaší částí. Z toho důvodu se začnete chovat k přírodě, jako by byla vašimi plícemi či ledvinami. Z vašeho srdce začne spontánně prýštit environmentální etika. Už nikdy nespátříte řeku, list, jelena nebo červenku dřívějšíma očima!“ (tamtéž, s. 224) Vědomí na psychické úrovni stojí jednou nohou v hrubohmotné, obyčejné, osobní sféře a druhou v transpersonální říši, nachází se na pomezí, začíná transcendovat tělo, mysl i kulturu. Mezi zážitky z této sféry můžeme najít meditační stavy, šamanské vize a lety, energetické prožitky spojené s probouzením síly kundalíní, vnímání numinózní přítomnosti, spontánní duchovní probuzení, znovuprožití traumat z dávné přítomnosti (včetně porodního traumatu), ztotožnění s aspekty přírody (rostlinami, zvířaty i anorganickými prvky) a identifikaci s celou přírodou (kosmické vědomí, přírodní mysticismus, duše Světa), (tamtéž, s. 227-228).

8. Fáze obratu – jemná sféra

Jemná sféra dle Wilbera zahrnuje jemnější vnímání než bylo dostupné na předchozích stupních vývoje, může zahrnovat „vnitřní zdroje světla a zvuků, archetypové formy a modely, extrémně jemné proudy blaženství a poznávacích schopností (*šabda, náda*), expanzivní afektivní stavy lásky a soucitu, ale také jemnější *patologické* stavy, které lze nazvat Kosmický teror, Kosmické zlo, Kosmická hrůza,“ (Wilber, 2010, s. 231). Stavy patřící k tzv. božskému mysticismu, jelikož člověk zažívá stavy jednoty s Božstvím, které se dá srovnat třeba s jogínským *savikalpa samadhi* či buddhistickým pojetím *rupajhana*.

9. Fáze obratu – sféra kauzální

Další stupeň Wilber nazývá kauzálním, protože slouží jako „pilíř, příčina či kreativní podstata podřízených dimenzí, (...) jelikož ‚Nedílnou součástí nejvlastnější podstaty vesmíru je kreativita.“ (Whitehead in Wilber, 2010, s. 244) Jevy se vynořují z Prázdnoty, kreativní základny, v různých tradicích se nazývá Bohem, Bohyní, tao, brahma (hinduismus), rigpa

(tibetský buddhismus), dharmakája, či jednoduše „schopnost vesmíru transcendovat sebe sama“ (Jantsch in Wilber, 2010, s. 245). Vývoj vědomí je tedy plánem zahrnujícím „kreativní puzení k růstu do hloubky, prohlubování vědomí a stupňování vývoje, které se vposledku rozvíjí až do vlastní nekonečné Podstaty a v nekonečné Podstatě“ (tamtéž, s. 245) a mně, která se vzdělávám v rogeriánském pojetí poradenství a psychoterapie to připomíná koncept aktualizací tendence organismů. Na této úrovni se vědomí začíná stávat pozorujícím Svědkem, následuje svůj zdroj směrem k ryzí Prázdnosti, tedy tak, že se ve vědomí již neobjevují žádné objekty, pohrouží se do neprojeveného, je to stav *zrušení*, zničení, nebytí, *nirvikalpa samadhi* v Pataňdžaliho jogínské tradici, *ajin* v judaismu, *niródha*, klasická *nirvána*. „Jde o stav kauzální, nespojitý, samostatný, často přirovnávaný k hlubokému spánku beze snů; až na to, že to není stav prázdny, ničím nenaplněný, ale spíše stav nejzazšího naplnění, a tak je také prožíván: jako nekonečně nasáklý plností bytí. (...) Nikdy ho nelze vnímat jako objekt. Je to totiž ryzí ‚Já‘, ryzí Prázdnost“ (Wilber, 2010, s. 239). Svědek pozoruje vnitřní i vnější skutečnosti a již se s nimi neztotožňuje, jevy se střídají na prázdňém plátnu vědomí, je provázen pocitem velké, nezměrné svobody, mizí totiž připoutanost k objektům. Svědek není objekt ve vnějším světě a tedy ani nevstupuje do proudu času, prostoru, zrození a smrti, je tedy ve své podstatě transcendentní. Jak praví známá Buddhova citace, kterou v tomto kontextu teprve lépe chápu: „Je Nezrozené, Nevzniklé, Nestvořené, Nezformované. Kdyby nebylo tohoto Nezrozeného, tohoto Nevzniklého, tohoto Nestvořené, tohoto Nezformovaného, nebyl by možný únik ze světa zrozeného, vzniklého, stvořené a zformovaného.“ Nezrozené je zároveň Neumírající, přesahuje čas a smrtelnost, bylo tu dřív než zrození a bude tu i po zániku těla, které je jeho dočasnou schránkou, proto také věří mystické a Východní filozofické tradice v nesmrtnost Duše, v reinkarnaci.

Nedvojná sféra

Duchovní tradice se liší v tom, co považují za vrchol vývoje vědomí a za poslední sféru, na niž se lze dostat. Mnohé tradice považují kauzální sféru a s ní se pojící stav zrušení za vrchol, konečný stav celého vývoje, evoluce, za konečné Osvícení a dokonalou nirvánu. Wilber poukazuje na to, že tu jsou i neduální tradice, které považují za vrcholný stav něco ještě trochu jiného. Když člověk, jehož vědomí je v pozici Svědka pátrá dále po původu tohoto Svědka a spočine v něm, Svědek „uvnitř“ nakonec zmizí a „ukáže se, že Svědek je všechno, čeho je svědkem“, veškerá dvojnost se rozplyne v Jednotu „ryzí Prázdnost Svědka splývá v Jedinosti s každou pozorovanou *formou*, a v tom tkví jeden ze základních významů nedvojnosti“,

zahrnuje a sjednocuje přírodní mysticismus (nirmánakája), jemný či božský mysticismus (sambhogakája) i kauzální bezformový mysticismus (dharmakája) v jedinstvích všech tří (svábhávikakája), tím zahrnuje a transcenduje celé spektrum vědomí, veškeré stvoření (Wilber, 2010, s. 246-247). „Není žádné uvnitř a žádné venku, žádný subjekt a žádný objekt – jen samo bezprostřední vnímání, vědomí samo o sobě, zvuk tlesknutí jedné ruky“ (tamtéž, s. 249). Je to stav Jednoty s celým Vesmírem a stvořením, přístup k informacím ze všech sfér tohoto stvoření, jelikož celé stvoření je obsaženo v tomto stavu, vyhýbá se principům času a prostoru, na které jsme v naší společnosti tolik zvyklí a tudíž nám tyto stavy přijdou velice málo pravděpodobné a reálné. Tento stav je dle Wilbera (2001, 2010) a jeho zdrojů prapůvodní, předchází dualismu a světu dualistických forem, které sice nepřestávají vznikat, ale jsou jen relativní pravdou zakrývající skutečnou povahu reality, která přes ně jen není vidět, pokud nevíme, jak se dívat.

Čeho si vážím na této teorii je, že podobně jako jiné transpersonální teorie neváhá popsat i stavy a úrovně vědomí, které nespádají do našeho každodenního vnímání světa, ale někteří z nás se s těmito stavy setkávají. Vývoj pro ni také nekončí v adolescenci, ale může pokračovat dál v průběhu dospělosti, podobně, jako to vnímal například Jung (např. 1992, 1994). Popisuje transpersonální stupně a stavy vědomí, na kterých se zatím většina jedinců naší společnosti sice nenachází, ale čím dál častěji se s nimi setkává, ať již jsou vyvolány meditačními či fyzickými technikami, dechovými cvičeními, hudbou nebo drogami. Řada z nás se s nimi setkává a chybí nám rámeček, jak k nim přistupovat, jak je pochopit a začlenit do našeho všedního života. Wilber rozlišuje mezi stavem a stupněm vědomí, zatímco stav je dočasný a může ho prožít jedinec na jakémkoliv stupni vědomí, úrovně/stupně jdou striktně po sobě a nelze je přeskakovat. Když někdo například prožije silný mystický zážitek *satori* patřící k osmé *jenné* úrovni vědomí, neznamená to, že je osvícen, jeho běžný stupeň vědomí může být na úrovni páté, na úrovni formálních operací. Takže i když se v určité chvíli nachází ve stavu, která patří úrovni sedmé, může to u něj vyvolat posun na další úroveň, změnu pohledu na svět, ale bude to posun na úroveň šestou, nepřeskočí rovnou k sedmé; také to může být tak, že druhý den bude zpět na své úrovni, sem tam si na zážitek vzpomene, ale vlastně se v jeho každodenním fungování nic nezmění.

Wilberovo pojetí vědomí je strukturální, snaží se zahrnout různé aspekty jedince a společnosti v jejich komplexnosti, vnímám ho jako moderní rozpracování Piagetovy teorie, s níž má ta Wilberova, dle mého názoru mnoho společného. Zajímavé je srovnání takovéto strukturální teorie s teorií psychodynamickou, podobně jako když srovnáváme teorie Piageta a Freuda, které uchopují vývoj dítěte každá jiným způsobem a mohou se ve výsledku dobře

doplňovat. Zdá se mi přínosné tyto teoretické přístupy nahlížet a srovnávat až do úrovně transpersonální a všimnout si, jaké důsledky s sebou nesou. Komplexita pojetí, s níž Wilber přichází je lákavá, především v tom, že se snaží pojmut všechny aspekty vývoje člověka jako jedince, i v rámci společnosti. Nicméně každé takové zobečňování a sjednocování všeho vědění do jedné teorie s sebou nese hrozbu určitého zkreslení jednotlivostí.

2.2 Psychoanalyticky pojatá teorie vývoje vědomí Michaela Washburna

Další z teorií vývoje vědomí, která zahrnuje i vývoj transpersonální, a již se budu na dalších stranách zabývat, je teorie Michaela Washburna, Ph.D., emeritního profesora Indiana University v South Bend, USA. Jeho teorie mě zaujala tím, že je zaměřena psychodynamicky, je zakotvena v teorii a terminologii psychoanalytické a analytické – jungiánské. Washburn ji propracovává ve své knize *Transpersonal Psychology in Psychoanalytic perspective* (1994), která popisuje vývoj ega u lidského jedince včetně dalšího vývoje přesažení ega, a to právě z pohledu dynamických sil, které v psychice působí. Umožňuje nám tak nahlédnout pod pokličku procesům, které probíhají u jedince od narození, přes dynamiku vývoje ega až k jeho možné integraci s energií neegoického potenciálu, překročení hranic duality a sjednocení protikladů ve smyslu Jungovy individuace. Teorie je představitelkou paradigmatu spirálního vývoje vědomí, které se nejdřív vzdaluje od svého zdroje a pak se k němu na vyšší úrovni navrácí. Ego se během svého vzniku rodí ze zdroje kdesi v hloubi nevědomí. Jedním z prvních zástupců tohoto paradigmatu byl C. G. Jung, který popsal proces individuace, vývoj ega z preegoické jednoty, jeho dominanci v první polovině života jedince a cestu k integraci vědomých a nevědomých obsahů a aspektů na vyšší transegoické úrovni, která je možná v druhé polovině života.

Transpersonální psychologie navazuje na tento vývoj našeho oboru ve snaze ho dále rozšířit a pojmut do sebe do té doby neprobádané či odmítané oblasti lidské zkušenosti. Většinou se věnuje stádiím a prožitkům, které leží za hranicí plně vyvinutého ega, tudíž většinou na druhou polovinu života člověka. Tato tendence je patrná už od názorového rozchodu Junga s Freudem, kdy Jung se postupně začal zabývat spíše pozdějšími fázemi života

jedince a možností transcendence ega, zatímco Freud a další psychoanalytici se podrobně zaobírali ohlídáním se zpět na raný vývoj, procesem výstavby ega, konče většinou genitální fází psychosexuálního vývoje, tedy pubertou. Tento rozdílný směr jejich pohledu pak také znamenal rozdílné pojetí nevědomí, Freud ho vnímal jako hlubokou, vrozenou, instinktuální, dá se říci až zvířecí, oblast, kterou ego při svém vývoji překoná a přesáhne, zatímco Jung vnímal nevědomí, tedy to, které nazval kolektivním, jako oblast vyšší a duchovní, které se ego znovu otevírá v procesu svého přesažení, transcendence. Rozdíl mezi Freudovým uchopením nevědomí jako preegoického Id a tím Jungovým jako transegoického kolektivního nevědomí předznamenává i jeden ze sporů různých představitelů transpersonální psychologie, který bývá označen jako „pre/trans fallacy“, pre/trans omyl, jemuž se budu věnovat v samostatné kapitole. Nicméně Washburn (1988, 1994) se snaží mezi těmito dvěma pojetími najít společnou půdu tím, že je propojuje a zakotvuje jungiánské pojetí transcendence ega v psychoanalytické teorii vzniku a výstavby ega, neboť ego nejdříve musí vzniknout, aby mohlo být přesaženo. Koncepce se tedy nevylučují, ale určitým způsobem doplňují, jak snad dále uvidíme.

Washburn nazývá hlubinné psychické potenciály, které připisuje psychoanalytická i analytická psychologie nevědomí, neegoickým jádrem (*nonegoic core*) psyché. Tyto potenciály zahrnují energii, dynamiku, instinktivní puzení a predispozice, afekty a emoce, imaginativní či autosymbolické procesy, kolektivní vzpomínky, komplexy a archetypy. Toto neegoické jádro je neutrální, není ani pouze nižšími preegoickými potenciály ani vyššími transegoickými, je společným základem, který se v první polovině života (nebo alespoň od stádia latence přibližně po střed života) projevuje převážně jako preegoický Id, jež je represivně potlačován během procesu vývoje ega a je v této části vývoje prožíván jako něco temného, nebezpečného, nemorálního a nižšího, než je ego, před čímž je potřeba ego chránit. Na druhou stranu jungiánské pojetí nevědomí coby transegoického zdroje kolektivního vědění, kreativity a numinózní síly může být pochopeno jako způsob, jak je prožíváno po transcendenci ega, když je zralé, zdravě vystavěné ego znovu konfrontováno a v některých případech sjednoceno s neegoickým jádrem a tehdy je toto neegoické jádro zažíváno jako něco podpůrného a vyššího než ego, jako hlubší a vyšší Já (self). Tyto dva druhy prožívání a vnímání neegoického jádra se mohou v procesu transcendence prolínat a střídat, k tomu se ještě vrátím v pojednání o pre/trans omylu. Vývojové uchopení psychoanalytických a jungiánských konceptů nevědomí otevírá možnosti integrace mnohých jinak protichůdných pojetí psychoanalytické a transpersonální psychologie a navíc mi umožňuje hlubší porozumění dynamickým procesům, které se během života člověka odehrávají.

Jedním z hlavních aktérů teorie je ego a jeho vývoj. Já se zabývám vývojem vědomí a mezi těmito dvěma pojmy vnímám úzký vztah. Vědomí je to, co vnímáme, čeho jsme si vědomi, dle definice Williama Jamese je to nepřetržitý proud psychických zážitků, osobně charakteristický a proměnlivý. Michael Washburn (1988, 1994) popisuje ego, které nejdříve vzniká a pak je transcendováno, tudíž musí existovat něco, co je před egem i po egu, co je spojovacím prvkem, a tím je podle mého názoru právě vědomí. Budu se zabývat vývojem ega, jelikož je důležitým prvkem, díky němuž můžeme fungovat ve světě, ale které může, alespoň některým lidem, přestat stačit coby ústřední organizační jednotka života, nejčastěji dle Washburna kolem poloviny života (1994). V jungiánském pojetí ego začne být vnímáno jako neautentická persona, provázeno pocitem odcizení od sebe sama a v některých případech je pak „já“ konečně znovuzrozeno na vyšší integrovanější úrovni. Naproti tomu je pro klasickou psychoanalýzu zdravé ego vrcholem vývoje, dovršením fylogeneze i ontogeneze. Diferenciace od vnitřních i vnějších zdrojů v průběhu první poloviny života, je chápána jako vzestup, vzdalování se stavu splynutí, fantazie, instinktů a objektové dominance směrem k větší individuaci, principu reality, rozumu a samostatnému sebepojetí. Dle Washburna (1988, 1994) se musí vyvíjející se ego nejdříve vzdálit nebezpečným nižším silám nevědomí, neegoických potenciálům, aby se k nim mohlo coby zralé a pevné navrátit během druhé poloviny života jakožto k potenciálům vyšším a přesahujícím. Obsahy a energie neegoických potenciálů jsou nejspíše stále stejné, ale ego/vědomí, které k nim přistupuje, se v průběhu vývoje mění a jinak je vnímá, z čehož se i odvíjí Washburnova odpověď na spor ohledně pre/trans omylu (1996).

Dalším důležitým pojmem je dualita, dualismus. Dualita je oddělenost ega od základu jeho bytí, existence a to ve dvou směrech: 1) intrapsychická dualita oddělující ego od neegoického základu (mysl od těla, myšlení od cítění, vůli od dynamiky, kontrolu od spontaneity) a 2) objektově řízená neboli interpersonální dualita oddělující vědomí od sebe navzájem, jakožto privátní sféry (já a druzí, soukromý a veřejný). Tato dualita je dle psychoanalýzy i jungiánské psychologie realitou psychického života, neshodují se ale, zda tato dualita hraje pozitivní či negativní roli ve vývoji člověka (Washburn, 1994)

Psychoanalýza vnímá dualitu jako pozitivní aspekt, jako nezávislost. Vnímá život jako postup začínající fúzí ega nebo symbiózou s cílem vytvoření nezávislého ega. Vědomí či ještě nerozvinuté ego je nejdřív zahrnuto v Idu a obeamuto pečujícím člověkem a pouze postupně během vývoje se vyděluje z těchto zdrojů. Analytická psychologie vnímá nezávislost zralého ega i v jejích negativních důsledcích – ztrátě spojení s hlubšími zdroji života. Zajisté je také příznivcem vystavení silného ega, ale ne za cenu oddělenosti od hlubin psyché (a druhých lidí). Podstatou jungiánské individuace je potřeba otevření se nevědomí a znovunavázání kontaktu s

psychickými hloubkami i s druhými lidmi při opravdovém setkání ve stylu Buberova Já a Ty (2005). Při pohledu na druhou polovinu života, jungiánská psychologie vnímá dualistické základy ega jako obranné a limitující struktury, spíše než ochranné a podpůrné a proto se klade za cíl spíše jejich postupné překonání a rozpuštění (Washburn, 1994).

Tato neshoda psychoanalýzy a analytické psychologie nad povahou dualismu je úzce spojena s neshodami ohledně povahy ega a plyne ze základního sporu nad povahou nevědomí. Dle Washburna (1994) je ale možné tyto dva pohledy učinit slučitelnými díky vývojové interpretaci. Pokud nevědomí může nejprve být preegoickým Idem a posléze transegoickým zdrojem, dualismus může nejprve být pozitivní separací správně vnímanou jako nezávislost a později negativní separací správně vnímanou jako ztráta spojení.

Aspektem, který ve Washburnově pojednání velmi vítám a mohu tak částečně navázat na své bádání v rámci bakalářské práce (Koubková, 2017) je gender a jeho důsledky na vývoj vědomí. Zde se pohled klasické psychoanalýzy a analytické psychologie také liší. Freudův pohled v psychoanalýze zanechal patriarchální otisk, bylo to nejspíš dílem jeho doby, v níž on sám byl revolučním myslitelem bořícím konvence. Nicméně pro Freuda je lidský vývoj založen na oddanosti oidipálnímu otci a podřízení se jeho autoritě a příkladu. Malé dítě prochází rozhodující změnou směru od matky k otci, která je současně změnou módu prožívání spojeného s matkou (princip slasti, erotogenní extáze, cítění, vztah) směrem k módu fungování reprezentovanému otcem (princip reality, funkce ega, rozum, cvičení vůle). Lacan, jak popisují ve své zmíněné bakalářské práci (2017) to přenáší do symboličtějšího modu, kdy nejde nutně o konkrétní postavy (otec, matka), ale o to, co představují, tedy postupné oddělování od tělesnosti a aspektů spojovaných s matkou směrem k symbolickému řádu, vepsanému do jazyka, spojovanému s postavou otce. Naproti tomu analytická psychologie vnímá směřování lidského vývoje spíše k možnostem, které jsou tradičně spojovány s ženami. Jung vnímal hlubiny psyché jako sféru, která je primárně „femininní“ ve svém obsahu i obecné komplexnosti. Dle Junga je hluboké nevědomí původně sférou Velké Matky, symbolizovanou archetypem animy, nesoucí „femininní“ potenciály jako jsou cítění, kreativní imaginaci a intuici. Takže zatímco Freudovo základní zaměření bylo na „maskulinní“ schopnosti a funkce, Jungovo spíše na „femininní“ potenciály a schopnosti (Jung, 1997, Washburn, 1994).

Psychoanalytická teorie a její patriarchální předpoklady prošly od dob Freuda mnohou kritikou a přepracováním a zaznamenaly vývoj směrem k uznání a pochopení role žen a důležitosti genderu v lidském vývoji. Velký přínos v tomto ohledu měli zástupci teorie objektních vztahů, kteří přenesli pozornost ke vztahu a interakcím preoidipálního dítěte a jeho primárního pečovatele (tedy spíš pečovatelky, nejčastěji matky) a otevřeli tak cestu k pochopení

důležitosti základního vlivu žen na lidský vývoj. Autoři teorie objektních vztahů jako Melanie Klein, D. W. Winnicott, E. Jacobson, Margaret Mahler a Otto Kernberg ukázali, že preoidipální fáze, se svým hlavním úkolem pohybu od symbiotického vztahu k separaci od matky, je z mnoha hledisek nejdůležitějším obdobím ve vývoji jedince, obdobím, kdy je položena většina základů psychických struktur. Další autorky (D. Dinnerstein, N. Chodorow) dále navázaly a poukázaly na fakt, že to, že hlavním „objektem“ preoidipálního období je žena, matka, má výrazně jiné důsledky pro vývoj chlapce a vývoj dívky. Také interakce s oidipálním otcem bývá pak díky genderovým rozdílům a vztahům jiná pro chlapce než pro dívku. Feministickou kritikou neprošla jen teorie psychoanalytická, ale samozřejmě také ta Jungova, především část o animě a animovi, která také nesla důsledky silně zatížené proti ženám. Dle této kritiky z Jungových formulací animy a anima totiž vyplývá, že muži jsou nadřazeni ženám (jelikož mužská anima a potenciální Eros je nadřazen skutečnému Erotu žen) a že ženy jsou podřizeny mužům (jelikož ženský animus a potenciální Logos je podřadný ke skutečnému Logu mužů). Různé autorky pak věnovaly pozornost přeformulování teorie, aby nebyla takto genderově zatížena.

Washburn nicméně upozorňuje na to, že původní psychoanalytické zaměření na „maskulinní“ funkce (ego funkce, nezávislost) ve zjednodušeném smyslu sleduje vývojově protizenskou – promužskou cestu a zaměření na transcendenci ega v analytické psychologii sleduje cestu proženskou – protimužskou. Integrace není zatížena ani tím ani oním směrem. Zmíněné genderové zaměření teorií odráží především historickou realitu. V naší společnosti sociální praxe až donedávna podporovala spíše muže v rozvoji ega a jeho funkcí a tento vývoj tedy vnímala jako „maskulinní“ a transcendenci ega spíše jako „femininní“. Když je dělba práce a péče o potomstvo dělena jinak, může i genderové pojetí vývoje ega a jeho transcendence vypadat jinak než bude popisováno dále, tedy kdy se vědomí vyvíjí vydělováním se z ženské domény směrem k mužské a pak se na vyšším stupni navrací k doméně vnímané jako ženská - femininní, i když v okamžiku překročení duality jde dle mého názoru o sféru indiferentní, kde se protiklady spojují v jednotu.

Dítě, ať již je to chlapec nebo dívka, vyvíjí své ego na základě odevzdání se dualismu, oddělení se od matky a podřizení se otci (nebo sférám s nimi symbolicky spojeným). Pro dívky je tento úkol o něco těžší než pro chlapce, jelikož se podřizují sféře, která jim není vnitřně vlastní, Washburn ale míní, že pro ženy je naopak jednodušší začít ego transcendovat a to se děje i v případech, kdy ještě neměly možnost se egoicky plně projevit. Pro muže může být přesažení ega těžší v tom, že se musí konfrontovat s tím, co potlačili a čemu se vnitřně odcizili a také proto, že to může jít proti tomu, co je jim vnitřně vlastní a s čím jsou ztotožnění.

Klasická psychoanalýza popírá možnost transcendence ega. Možnost, že by se ego navracelo do sféry neegoických potenciálů je vnímána jako hrozba regresivního návratu k preegoickému Idu. Transcendence ega je tedy v očích klasických psychoanalytiků naivní iluze skrývající prostou realitu regrese. Naopak to má zase transpersonální psychologie, která věří, že otevření se čemukoliv co je „na druhé straně“, „nad námi“ (beyond) je dobré a je tedy částečně slepá k možnosti, že by se mohlo jednat o regresi. Toto téma je také základem sporu o „pre/trans fallacy“, pre/trans omylu. Washburn (1994, 1996) zde zavádí nový pojem regrese ve službě transcendence, kterou pojímá jako protnutí regrese a transcendence, jako proces regresivní obnovy hlubších zdrojů života. Pokud je vývoj ega založen na dualistickém oddělení se od neegoického základu (a druhých), transcendence ega vyžaduje dekonstrukci těchto základů dualismu a návrat ega k neegoickému jádru (a druhým). Jde o návrat ke kořenům, *regressus ad originem*. Jde o náročný přechod, zahrnující návrat potlačených obsahů a tato regrese ve službách transcendence může také neblaze skončit klasickou regresí.

Washburn (1994, s. 237-268) popisuje proces ego transcendence začínající „noční plavbou v moři“, kdy se ego vydává opačným směrem než se vyvíjelo do té doby. Ego ve svém vývoji postupuje v krocích 1) diferenciaci, 2) prvotní represe – prvotní odcizení se, a 3) dualistická nezávislost ve světě. Ego transcendence pak obrací tyto kroky, kdy nejprve pociťuje 1) dualistickou ztrátu spojení a prožívá odtržení se od světa (temná noc smyslů, „smrt ve světě“), 2) dereprese a dealienace a z toho plynoucí znovuotevření se ega vůči neegoickému základu a druhým lidem (regrese ve službách transcendence, temná noc duše, „sestup do podsvětí“ a posledně 3) znovusjednocení, obnova, vyšší integrace ega s intrapsychickými a interpersonálními zdroji svého bytí (celistvost, sjednocení protikladů, „spirituální svatba“, „mystické tělo“). Obrácením vývoje ega se proces transcendence shoduje s procesem regrese, ale dosažením vyšší formy integrace se od tohoto procesu odlišuje. Tímto popisem průběhu transcendence Washburn poukazuje na spirálový vývoj, který tedy není podle něj otočením se čelem vzad (U-turn), jak naznačoval Wilber (1982) ve své kritice tohoto konceptu.

2.2.1 Zdroje prožívání v dětství

Washburn vytváří novou teorii vývoje lidského jedince, ve které se snaží překlenout zmíněné rozpory psychoanalytické a jungiánské analytické teorie. Oba směry, klasická psychoanalytická i analytická psychologie vnímají nevědomí jako primární zdroj prožívání během dětství, shodují se na tom, že se ego vynořuje z nevědomí a je s ním důvěrně propojené. Toto hluboké nevědomí, které můžeme nazvat jak Idem tak kolektivním nevědomím, je říší možného

prožívání, které leží za (nebo pod) systémem ega. Je to právě tato neegoické sféra, která je zdrojem hlubokých dynamických potenciálů psyché. Washburn (1988, 1994) používá pojem neegoické jádro psyché (*nonegoic core of the psyche*), ze kterého pramení tyto neegoické potenciály: energie a dynamika; instinktivní popudy a predispozice; afekty a emoce; imaginativní a autosymbolický proces; kolektivní zážitky a vzpomínky, komplexy a archetypy. Přestože se psychoanalýza a analytická psychologie shodují na tom, že neegoické jádro je základem psyché, interpretují ho odlišně, psychoanalýza ho vnímá striktně jako předegoické (biologické, infantilní, předracionální) a negativní (odlišné od ega, regresivní), analytická psychologie toto neegoické jádro vnímá o něco komplexněji, rozděluje ho na preegoické a transegoické (transcendentní, spirituální), negativní i pozitivní (transformující ego, spásné). Psychoanalýza pojímá výše zmíněné neegoické potenciály jako inventář Idu, negativně a předegoicky jako: libido a agresivní bioinstinktuální energii - instinktivní popudy a predispozice redukuje na sexuální a agresivní pudy, které pohánějí psychiku. Afekty a emoce jsou popsány jako vybití, přeměna nebo sublimace pudů. Imaginativní autosymbolické procesy jsou interpretovány jako fantazijní předracionální, které jsou sice nesmírně kreativní, ale trpí velkými nedostatky (nelogické kondenzace, nahrazení významu). Kolektivní zkušenosti jsou vnímány jako fylogenetické vzpomínky (například zabití prvotního otce) nebo jako infantilní komplexy (Oidipový komplex). Jungiánský postoj k neegoickým potenciálům je více ambivalentní a komplexnější než klasicky psychoanalytický, zahrnuje pozice pre a trans, a jak negativní, tak pozitivní aspekty. Energie je považována za neutrální psychickou energii, která pohání veškeré psychické systémy, procesy a prožitky, vyšší i nižší, fyziologické i spirituální, pre i trans. Instinktivnost je interpretována široce a zahrnuje pud přežití a rozmnožování (pre), ale také vrozené vývojové a spirituální predispozice, jako jsou ty, které ovládají proces individuace (trans). Pocity mohou být jak infantilní a zlé jako ty, které pramení z našeho Stínu (pre), ale i nadpozemské, posvátné a blažené plynoucí z našich vnitřních spirituálních zdrojů (trans). Imaginativní a autosymbolický proces je zdrojem všech snů, spontánních fantazií, symbolů a mýtů, ať již primitivních nebo spirituálních, archaických či prorockých, pre nebo trans; a kolektivní zkušenosti lidstva jsou interpretovány jako archetypy kolektivního nevědomí, obsahující pre archetypy odrážející předchozí vývoj našeho druhu i trans archetypy ukazující na další možnosti budoucích a vyšších vývojových možností. Jungovo pojetí neegoických potenciálů není striktně ani pre ani trans, zahrnuje obě možnosti a póly, negativní i pozitivní aspekty. Neegoická sféra hlubokého nevědomí obsahuje síly, které na jednu stranu mohou zachvátit, regredovat a dokonce zničit ego, ale na stranu druhou ho mohou vést i k větší celistvosti a plné realizaci vlastní osoby.

Washburn (1994) navrhuje porozumění výše zmíněným silám opět v rámci vývojového pojetí, kdy pre a trans odkazují k manifestaci neegoických potenciálů v určitých specifických fázích vývoje jedince, které dále postupně nastíním a popíšu.

Brzká preoidipální symbióza

První z psychodynamických vývojových fází je brzká preoidipální symbióza, při které se neegoické jádro projevuje zcela spontánně, ale nezrale, tedy egem neregulovaně a neformovaně kulturou. Nevyvinuté ego ještě neumí zcela rozlišovat mezi vnitřním a vnějším, své prožitky, projevy neegoických potenciálů získává prostřednictvím primárního pečovatele, který je prvotním „objektem“ nebo „druhem“ vynořujícího se ega a neegoické potenciály jsou tedy nediferenciovaně spojeny s tímto primárním pečovatelem. Pečovatel pak pro dítě nese nejen běžné kvality, ale i ty magické a archetypální. Pro preoidipální dítě tvoří primární pečovatel, většinou matka, a neegoické jádro jednou mnohodimenzionální bytost: Velkou Matku.

Pozdní preoidipální a oidipální fáze

V této fázi se rodí ve vědomí dualita. Přibližně kolem osmého měsíce věku dítěte, jak popsala Margaret Mahlerová (Fonagy, Target, 2005), dítě začne prožívat separační úzkost v rámci vztahu s primárním pečovatelem a také silné ambivalentní pocity vůči němu. Matka je rozdělena na „dobrý objekt“ a „špatný objekt“ a použijeme-li jungiánskou terminologii Velká Matka je rozdělena na Dobrou matku a Špatnou matku a taktéž vnímání sebe sama tohoto dítěte je rozděleno na „dobrou“ a „špatnou“ sebereprezentaci. Toto štěpení sebe i světa je těžko udržitelné a pro další vývoj musí být oba póly prožitku sjednoceny. Dítě může začít sjednocovat prožitek tím, že udělá jiné rozdělení a tím je oddělení sebe od zdroje své ambivalence. Tím začne proces vnitřního odcizování se od neegoických potenciálů, tedy prvotní represe, a také vnější stránka tohoto procesu, prvotní alienace – odcizování se od primárního pečovatele, psychické vydělování se z prvotní fúze s matkou. Prvotní represe je prvním a nejdůležitějším prvkem procesu vydělení ega z neegoického jádra psyché, které se pak stává hlubokým dynamickým nevědomím organizovaným jako Id. Tato represe je ukotvena završením Oidipského komplexu, kdy dítě dokončí psychické oddělení se od matky (Velké Matky) rozhodným závazkem vůči otci a funkcím ega, které reprezentuje.

Fáze latence a dualismu

Upevnění prvotní represe uklidní ne-li deaktivuje neegoické potenciály a ústí tedy v období latence. S výjimkou období adolescence, během kterého se neegoické potenciály znovu

dostávají ke slovu probouzením sexuality, jsou jinak tyto potenciály a síly během dětství i rané dospělosti spící nebo pouze velmi slabé. Jsou navíc pozastavené ve svém vývoji a vlivem represe a negativní interpretace zůstávají na primitivní dětinské úrovni, interpretovány coby nebezpečné a zlé.

2.2.2 Další vývoj a přehodnocení ve středním věku

Plná zralost ega, která je většinou dosažena po splnění úkolů a cílů mladé dospělosti souvisejících s naplněním vlastní identity a vztahů s lidmi, označuje přelom středního věku. Této proměně odpovídá žádný specifický věk člověka a ani k němu nemusí dojít u všech lidí. Nicméně ego je, ve středním věku nebo později, otevřené k radikální změně perspektivy. Poté, co si pevně utvoří svou identitu, pracuje na svých primárních vztazích a jinak ukotví samo sebe ve světě, ego má dle Washburna (1994) sklon zaměřit svoji pozornost k možnému znovuotevření se neegoickému základu psyché, začne hledat něco více než jen naplnění materiálních a sociálních cílů, hledá přesah. Dosažením cílů rané dospělosti a vývoje je čas k obrácení se k cílům hlubšího vývoje, k postupné celostní psychické integraci, egoické a neegoické sféry. Prvotní represe v této době zeslábnou a dává průchod neegoickému jádru, tato tendence je často vyjádřena ztrátou zájmu o pozemské cíle a požitky (existenciální odcizení, „umírání pro svět, temná noc smyslů), spojené nebo následované zaujetím silně ambivalentní fascinace k neegoickým možnostem. Ego je taženo pryč od vnějšího světa směrem k neobjeveným vnitřním hloubkám, směrem k neegoickému základu, který je na jednu stranu stále nebezpečným obávaným Idem, ale také přitažlivým mysteriózním neznámem.

Počáteční znovuotevření se neegoickému základu

Po uvolnění prvotní represe se ego dostává pod přímý vliv neegoických potenciálů, které se projevují různorodě a dramaticky. Nejprve je ego opojeno přívalem uvolněné energie těchto potenciálů a ohromeno pocity, obrazy a vhledy, které mají nádech posvátna. Tento počáteční pocit extatického průlomu (cesty k osvícení, pseudonirvány) však brzy prostoupí i znepokojivé vyhlídky. Otevřenost ega je totiž také jeho zranitelností, je otevřeno jak vůči omamným extatickým přílivům, tak vůči proudům stahujícím do propasti duševních hloubek neegoického základu. Objevují se jak ohromující příjemné pocity, tak zlověstný pocit hlubokého vnitřního zranění, jakési černé díry v hloubi duše. Tyto kontrastující prožitky zesilují ambivalenci ega vůči neegoickým potenciálům, které má sklon vnímat coby ve své podstatě rozdělené na pozitivní a negativní, pre a trans. Toto rozdělené prožívání v určitém ohledu intrapsychicky

opakuje v opačném směru preoidipální separačně-individuační proces. Neegoické potenciály a síly jsou zdánlivě rozděleny na ty zcela dobré a na ty zcela špatné, toto štěpení opět staví ego do náročné pozice náchylné k hraničním obtížím až epizodám psychotické regrese. Otevření se ega vůči neegoickým potenciálům tudíž znamená také závažné ohrožení psychického zdraví. Je to proces, kterému dnes říkáme psychospirituální krize – *psychospiritual emergence* (Grof, Grofová, 1999).

Regrese ve službách transcendence

Po počátečním otevření se neegoickému základu vstupuje ego do náročné fáze „návratu potlačeného“, přichází sestup do hluboké a spásné regrese, kterou Washburn nazývá *regresí ve službách transcendence*, Jung *noční plavbou* (night sea journey), Svatý Jan od Kříže *temnou nocí duše* a Joseph Campbell ve svém populárním pojetí *cestou hrdiny* (Washburn, 1994; Bache, 1991; Campbell, 2000). Během této fáze psychospirituálního vývoje je ambivalence ega vůči neegoickým potenciálům silně přikloněna k negativnímu pólu jejich vnímání a jedinec může prožívat nepříjemné a znepokojivé zkušenosti jako například ohrožující instinktivní impulzy, lákavé či děsivé fantazie, zneklidňující pocity hrůzy a cizosti a stavy zaplavení, pohlcení a samovolného tranzu. I přes to, že jsou prožitky v této fázi převážně negativní, jen výjimečně jsou pouze negativní, ego si užívá i chvíl úlevy a pozitivních projevů neegoického základu v jinak trýznivém transformativním procesu.

Duchovní probuzení (*Regeneration in Spirit*)

Pokud ego podnikne regresivní cestu zpět ke svým základům a zjistí, že dokáže ustát silnou numinózní energii neegoického jádra, ztrácí postupně svou hrůzu z neegoických potenciálů a začne je prožívat více a více pozitivně. Tento postup od negativního k pozitivnímu prožívání se v duchovní literatuře označuje jako duchovní obnovení, obrození. Negativní prožitky postupně ustupují těm pozitivním, například děsivé instinktivní impulzy dávají prostor celkovému tělesnému probuzení, svůdné či děsivé imaginativní formace se mění ve „vize“, které člověka inspirují, vedou a uklidňují; místo pocitů hrůzy a cizosti člověk začíná cítit spíše euforii a okouzlení; a stavy zaplavení, tranzu a posedlosti uvolní místo stavům vytržení či extáze. S občasnými výjimkami se prožívání přiklání od negativního pólu k pozitivnímu (Washburn, 1994).

Ideál postuduálního sjednocení, integrace

Ego se postupně zakořeňuje v neegoickém základu a je obnovováno neegoickými potenciály. Regresivní pády i extatické erupce postupně mizí a prožitky ega se stabilizují na nové úrovni. Prožitky typické pro toto období vývoje už nejsou „průlomové“ či „vrcholné“, ale začínají být stabilně integrované do struktury transegoického života. Fyziologické probuzení se stabilizuje jako polymorfně senzuaální vtělený život, spontánní vize se stabilizují v disciplinovanou symbolickou kreativitu, pocity euforie a okouzlení se ustálí v pocity blaženosti a svátosti, stavy vytržení a extáze jsou stabilizovány ve zralé kontemplativní naladění či pohroužení. Při postdualistické integraci se funkce ega a neegoické potenciály harmonicky a efektivně doplňují. Plná integrace je ideálem vyšší harmonie ega a neegoického základu psyché, je to spíše transegoická než preegoická harmonie, ego není zahozeno jako něco špatného, ale naopak používáno jen tam, kde je potřeba.

Důležitá mi přijde transformace pozdního dualismu někdy v období středního věku člověka, fáze, které se obsáhle věnoval i C. G. Jung (Jung, 1992, 1994). Ego dosahuje své plné zralosti někdy během rané až střední dospělosti a člověk se pak plně věnuje projektu své identity. Pracuje na tom, kým je a za koho se považuje, co dělá a co je náplní jeho života – ať již to je vzdělání, práce, rodina a vztahy s dalšími důležitými lidmi, společenské, politické a náboženské přesvědčení; zaměřuje svoji pozornost a energii na to, v co věří, že má smysl. V momentě, kdy člověk začne tuto svoji identitu naplňovat a dosahovat svých cílů, má například dokončené vzdělání, úspěšnou kariéru, rodinu, děti, fungující vztahy s nimi i s dalšími lidmi a má jasno ve svých názorech a přesvědčeních, je připraven obrátit svou pozornost k potlačeným neegoickým potenciálům. Naplnění projektu identity totiž nezahrnuje celou psyché, ale pouze její část – mentální ego. Proces tohoto uvědomování může začít tím, že jedinec začne pociťovat neúplnost a pocit nenaplnění, i přesto, že dosáhl všeho, po čem kdy toužil, začne pociťovat svoji necelost, neúplnost. Vnější záležitosti a cíle mu přestávají dávat takový smysl. Tato fáze může zajisté přijít i v případě, že člověk svých cílů nedosáhne, ztratí zaměstnání, rozpadne se mu rodina a jiné vztahy, i v tuto chvíli totiž mohou vnější záležitosti přestat dávat smysl a člověk začne hledat „něco víc“. Člověk začne toužit po transcendenci, hledat to, co se může skrývat za hranicemi mentálně-egoické domény. Projekt identity charakteristický pro ranou dospělost může ale zaměstnávat jedince po celý jeho život, není samozřejmostí, že se vydá směrem transcendence ega s jeho projektem identity, nicméně určité faktory zde hrají svou roli a mohou vyústit v opuštění tohoto projektu nebo spíše v opuštění ztotožňování se s ním, uvědomění, že

k pocitu naplnění v životě může být potřeba více než úspěch projektu identity, více než bytí ve světě a pro svět.

Důvodem, proč naplnění projektu identity, který patří mentálnímu egu, nepřináší plné životní naplnění, podle Wasburna (1994) je, že mentální ego nezahrnuje celek psyché, ego je ve své podstatě oddělené od svého neegoického základu a je tedy ve své podstatě neúplné. Projekt identity může vést pouze k plnému vývoji ega, ale ne k plnému vývoji psychickému (neegoickému-egoickému, vnitřnímu-vnějšímu), k plné integraci a integrovanosti osobnosti. Paradoxem je, že ego většinou musí dosáhnout svého naplnění, aby si uvědomilo, že samo nemůže dojít celkového životního naplnění. Jako si bohatý člověk může uvědomit, že štěstí si za peníze nekoupí a člověk, který dosáhne svých cílů zjistí, že mu to nepřineslo kýženou životní spokojenost. V této fázi člověk může pomalu začít opouštět svůj projekt identity, ztrácet víru v něj a procházet nepříjemnou životní deziluzí, pro mentální ego to může znamenat také ztrátu víry a naděje v životě. Přichází pocit „nicoty“ a potřeby sebepotvrzení, spolu s pocitem „viny“ odpovídající potřebě potvrzení své nezávislé existence, které začnou opět zaplavovat ego. Ty jsou negativní motivací pro přehodnocení samotných základů mentálně-egoického systému a represivní infrastruktury, na které stojí.

Přehodnocování základních struktur – prvotní represe (potlačení) a prvotní alienace (odcizení), spolu s pocity nicoty a viny, a obecná deziluze mentálního ega mohou podkopávat fungování ega ve vnějším světě, což může způsobit řadu vážných psychologických obtíží. Tyto „patologie“ a „poruchy“ patří k střední či pozdní dospělosti a jsou především narušením sebepojetí mentálního ega. Mezi tyto poruchy patří deprese, narcismus, existenciální syndrom, rozdělené nebo schizoidní self a hraniční stavy. Poruchy v tomto období mohou být pojímány ve dvou extrémech, za prvé jako patologie, bez přihlídnutí k jejich vývojové příčině a roli, a zadruhé jako pouhé nepříjemnosti doprovázející vývoj a snahu o dosažení vyšších stupňů osobnostního růstu. První přístup je typický pro medicínské a psychoanalytické pojetí a druhý přístup pro pojetí transpersonální. Pravda leží někde mezi oběma. Lidé, kteří trpí vážnými psychickými problémy to často svádí představovat si, že jejich obtíže jsou pouze pokusy o růst, možná o transcendenci a naopak lidé, kteří procházejí vývojovými obtížemi na cestě k vyšším stupňům růstu a integrace, se často obávají, že se u nich projevuje vážná psychopatologie, která bude trvalá. Obtíž je v tom, že tyto potíže jsou fenomenologicky podobné, ale liší se dle Wasburna vývojově, ve věku a zralosti osobnosti, ve kterých nastupují. Vývojově transformačním aspektům i odlišením od patologického procesu se věnovali Stanislav Grof se ženou Christinou v mnohaletém výzkumu psychospirituálních krizí (1999).

Washburnovo pojetí vývoje vědomí vnímám jako vývoj vztahu nevědomí s egem, který se pak odráží v tom, co vše může být obsaženo ve vědomí. Dialektická interakce ega a neegoického základu je současně také interakcí mezi egem a „objektem“, vztahem mezi egem a významnými druhými, který je prožíván skrze vyvíjející se objektní reprezentace. Autor popisuje vývoj vědomí, vývoj duševní či duchovní tak, jak probíhá pokud možno přirozeně v průběhu života jedince.

Podle mého názoru je v dnešní době možné začít hledat cesty přesažení ega již v nižším věku a při neúplném dosažení cílů projektů identity. Vnímám, že lidé v dnešní době trpí deziluzí mnohem dříve než ve středním věku, mohou mít pocit, že jejich individuální snažení (například ve směru vzdělání) nikam nepovede, pokud nebudou zajištěny stabilní podmínky nebo když je jejich vyhlídkou čelení zásadním ekologickým či ekonomickým změnám a krizím. Leckdy a pro mnohé není tedy možné cílů ega a projektu identity dosáhnout nebo jim přestanou dávat v kontextu měnících se životních podmínek a nároků smysl. Jak již bylo řečeno, ženy mohou mít dle této teorie cestu k transcenci snazší, jelikož neegoické potenciály jsou jaksi jejich doménou a také snad i proto, že častěji nemají výhled na plné dosažení cílů ega a tak hledají způsoby, jak se otevřít možnostem a smyslu, které stojí mimo ego. Určitým přirozeným způsobem transcendence je pro ženy rození a výchova dětí, jak popisovala Simone de Beauvoir, a jak jsem zpracovala ve své bakalářské práci (Koubková, 2017). Podobně si myslím, že to mohou mít v dnešní době mladí lidé, kteří nemají výhled na naplnění „amerického snu“, tedy vlastního bydlení, stabilní a úspěšné kariéry, velké spokojené rodiny atd. S přicházejícími výzvami dnešní doby – ekologické krize, pandemie nemocí, ekonomické nestability, klimatických změn přinášejících sucha, přírodní katastrofy a další změny, lidé ztrácí životní jistoty a jsou nuceni hledat kreativní způsoby řešení problémů. Změny s sebou přináší také změny hodnot, ztrátu smyslu a vyšší výskyt duševních poruch (www.nudz.cz, 2021) a lidé jsou tak nuceni hledat nové odpovědi a způsoby vyrovnávání se s měnícím se světem.

Jedním ze způsobů vyrovnávání se s těmito výzvami může být právě zvýšený zájem o duchovno, duchovní vývoj a praxi, jinými slovy tedy vývoj vědomí. Nabízí se tedy otázka, zda je možné tento vývoj uspíšit a jakým způsobem? A může být takový vývoj adaptivní odpovědí na nové výzvy našeho života a situace, v níž se nacházíme? Jak tomuto vývoji můžeme jako jednotlivci i jako společnost jít naproti? Jak se účinně vypořádat se zmíněnými negativními aspekty tohoto vývoje? Mohou psychedelika a zážitky změněného stavu obecně být katalyzátorem této změny? Jak by mohla vypadat psychodynamika těchto zážitků, kdybychom ji uchopili právě v kontextu vývojových teorií vědomí?

2.3 Teorie Stanislava Grofa

Stanislav Grof se zabývá vědomím se zaměřením na prožitky změněných stavů vědomí po celou svou kariéru. První dvě desetiletí se zaměřoval především na stavy vyvolané požitím látky LSD a jiných psychoaktivních substancí a dalších několik desetiletí výzkumu změněných stavů vědomí vyvolaných technikou holotropního dýchání, kterou vytvořili s jeho ženou Christinou (1993, 1996). Nesnažil se přitom sestavit nějakou ucelenou teorii vývoje vědomí u jedince, ale snažil se zmapovat transpersonální sféry vědomí a svým zkoumáním prožitků změněných stavů tisíců sezení stovek až tisíců pacientů přináší mnohé cenné vhledy i do problematiky vývojové a může tak doplňovat či rozporovat teorie popsané výše.

Stanislav Grof je původně československý psychiatr, vzdělaný v klasické psychoanalýze, který koncem šedesátých let emigroval do USA. Již na počátku své lékařské a vědecké kariéry se v pražském Psychiatrickém ústavu začal věnovat psychedelickým látkám a zkoumání jejich účinků na lidech psychicky zdravých i nemocných, kterých v průběhu let byly stovky až tisíce. Právě zkušenosti z tisíců sezení lidí v tzv. holotropních stavech vědomí, po užití LSD či jiných psychedelických látek a později po zákazu užívání těchto látek také za pomoci jiných nechemických přístupů jako je holotropní dýchání a jiné prožitkové terapie, ho přiměly a inspirovaly k sepsání nové teorie sfér vědomí i nevědomí a pokusům o revizi dosavadního psychiatrického chápání těchto zážitků i topografie lidské duše. Je jedním ze zakladatelů a nejznámějších představitelů transpersonálního směru.

Na základě pozorování a podrobného zkoumání těchto zážitků navrhl novou mapu, kartografii lidské psyché. Freudovo pojetí osobního nevědomí s obsahy zachycujícími pouze historii jedince po jeho narození mu přestávalo stačit pro vysvětlení jevů objevujících se ve změněných stavech vědomí. Grof (např. 2007, 2013, 2017) poukazuje na perinatální zážitky jedince, tedy zážitky prožité během vlastního porodu a dějů k němu se vážících, které jsou podle Grofa prvním a jedním z nejdůležitějších traumat v životě, a těmto zážitkům vyčleňuje vlastní sféru psyché, tedy sféru perinatální. K zážitkům porodním se pak dále v životě mohou pojit zážitky další, podobně emočně nabitě, které se v psyché shlukují do Grofem zvaných COEX systémů, tedy systémů zhuštěných zážitků, připomínajících Jungovy psychologické komplexy (Jung, 1992). Tyto zážitky mají ale kořeny v další sféře psyché, ve sféře transpersonální, mohou nést prvky jungovských archetypů, zážitků z života zvířat či minulých životů, sféře rozšiřující a navazující na Jungův koncept kolektivního nevědomí (Grof, 2007).

Prožitky, které se objevují velmi často v holotropních stavech vědomí, jsou zážitky nejen zrození, ale také zážitky smrti, které, jak se zdá, s těmi porodními souvisí. Tyto zážitky se objevují také v situacích blízké a klinické smrti a jejich obdoby můžeme spatřit v mytologii kultur na celém světě. Naše dnešní kultura se smrti a všemu s ní spojenému vyhýbá, jak jen může. Z hlediska zážitků změněného vědomí se zdá, že je to velká škoda, smrt je nejuniverzálnějším aspektem života a její přijetí může vést k plnějšímu životu, zážitky blízké smrti dle výpovědí lidí, kteří je prožili, jsou velmi obohacující a paradoxně vedou i k plnějšímu prožívání života (Surová in Tylš et al., 2017). Grof (2017) a další autoři také poukazují na fakt, že zážitky, které se dějí po prohlášení klinické smrti jedince, kdy neprobíhá žádná aktivita mozku, mohou dokazovat, že vědomí není pouhým produktem hmoty, elektrických výbojů v mozku a fyziologické aktivity, někteří autoři tedy soudí, že by také mohlo jít o důkaz „nesmrtelnosti vědomí“, tedy jeho přetrvávání po fyzické smrti těla (Grof, 2017, Bache, 2019).

2.3.1 Bazální perinatální matrice

Zážitky perinatální sféry se pojí se čtyřmi fázemi porodu, bazálními perinatálními matricemi. První perinatální matrice (BPM I.) se vztahuje na nitroděložní prožitky, které bezprostředně předcházely porodu a jejich emoční náboj je daný prožíváním „dobrého lůna“, kdy se plod cítí dobře vyživován a není vystavován přílišnému množství nepříjemných vlivů (např. stres, kouření matky), naopak zážitek „špatného lůna“ provází pocity hrozby, temnoty a otravy (Grof, 2013).

Samotný porod začíná druhou perinatální matricí (BPM II.), který je provázen pocity vtahování silným vírem, bezvýchodné stahující a drtící situace, ochromujícím ohrožením života a agonizující tělesnou i emoční bolestí, kdy děložní hrdlo ještě není otevřené. Dalšími typickými pocity jsou deprese, úzkost, osamělost, vina, absurdita života a existenční zoufalství bez šance na záchranu, bez vize nějakého východiska a vysvobození z agonie. Tato fáze může být spojena s výjevy pekla různých duchovních tradic a s patologickým klinickým obrazem postnatálního života při ztotožnění se s touto bezvýchodností a údělem věčného utrpení (tamtéž).

Třetí perinatální matrice (BPM III.) popisuje průchod plodu porodními cestami po otevření děložního hrdla, provázeným obrovským energetickým nábojem a tlakem. Provází ji silné emoce agrese a zuřivosti, sexuálního vzrušení, prožívání i působení bolesti, a panické úzkosti. Plod se zde také setkává s různými druhy biologického materiálu (krev, moč, sliz i fekálie). Vize s touto fází spojené často obsahují bitvy, války, masakry a násilí, střídavě v roli

násilníka i oběti, pokřivené vnímání sexu v jeho sadomasochistické, úchylné a skatologické podobě. Je to setkání s archetypem Stínu s výhledem na konečné rozuzlení a vysvobození.

Čtvrtá perinatální matrice (BPM IV.) je samotným vstupem plodu do světa a završením porodu. Typicky začíná pocitem žáru a jeho znovuprožívání je spojeno s motivem ohně v jeho očistné podobě a symbolice Fénixe povstávajícího z popela. Je spojen se symbolikou smrti a znovuzrození, rodící se dítě se radikálně odděluje od matčina organismu, s nímž bylo doposud spojeno a rodí se jako bytost od ní fyzicky oddělená, samostatně dýchající, přijímající potravu atd. Dá se říci, že podstupuje radikální proměnu z vodního živočicha ve vzduch dýchající bytost. Pocity s tímto spojené jsou prostoupené velkou bolestí, strachem a agoníí zápasu o život. Grof upozorňuje na to, že tyto traumatické zážitky zápasu o vlastní život zůstávají většinou psychologicky nestrávené a nevstřebané (2013).

Grofův model vědomí začíná zážitky prenatálními a perinatálními, jak bylo zmíněno výše, a jejich znovuprožití popisuje jako bránu k zážitkům transpersonálním. Perinatální matrice fungují jako hluboké archetypální struktury, které propojují sféry preosobních, osobních, kolektivních i transpersonálních zážitků a dle Grofa jsou jakousi branou pro vstup do transpersonálních sfér. Goddard ve svém článku (2002) vysvětluje, proč zážitky znovuoživující vlastní porod jedince otevírají přístup do transpersonální sféry pomocí prvotní dialektiky mezi dvěma póly, pólem snahy o autonomii a pólem směřujícím ke sjednocení. Dialektiky, která se dále promítá do všech dalších dualistických rozdělení protichůdných principů: části a celku, femininního a maskulinního, individuality a komunity, autonomie a sjednocení. Biologický porod je prvním významným zážitkem oddělení, separace, vytváří základ, na kterém stojí veškerá další vývojová dialektika. Individuální vědomí se může začít oddělovat od individuálního nevědomí a to zase od nevědomí kolektivního. Jde o prvotní vydělení z jednoty s matkou, které dále ve vývoji zachycuje psychologické oddělování od ní v procesu separace-individuace popsaném Mahlerovou (Fonagy, Target, 2005), biologický porod je ale oddělením prvotním a možná proto ho tolik lidí znovuprožívá v rámci sezení psychedelických a prožitkově terapeutických a skrze tento zážitek se dostává dále do transpersonálních sfér vědomí.

3 Otázka zaměňování prepersonálních a transpersonálních jevů (problém tzv. pre/trans fallacy)

Uvedené teorie pojednávající o vývoji vědomí a vztahu mezi předosobní, osobní a transpersonální sférou nastiňují rozkol, který v posledních letech mezi zmíněnými teoretiky a stoupenci jednotlivých přístupů nastal. Většinou se tyto odlišné pohledy na vývoj dělí na pojetí lineárního hierarchického vývoje (Wilber) a teorie prvotního oddělení a pozdějšího znovusjednocení (Washburn, Grof). Mezi transpersonálními psychology tak panuje vlastní nová dialektika a neshody. Myslím, že je to především tím, že teoretici staví na dvou odlišných „mýtech vývoje“. Jedním z mýtů je mýtus pokroku a vývoje směřujícímu vpřed a výše ke stále dokonalejším celkům. Druhým mýtem je mýtus oddělení člověka od jeho blažené jednoty s přírodou a spirituální dimenzí existence, tedy vznik dualismu a vývoj přes ustálení duality směrem ke sjednocení ve vyšší Jednotě. Transpersonální teorie se snaží zakotvit v širším spektru všechny možné zkušenosti, zahrnout i prožitky a stavy, které z dosavadních teorií byly vyloučeny a tím rozšířit naši mapu psychologického pojetí vědomí. Tuto snahu vnímám jako velmi přínosnou a nahlížející člověka v jeho celistvosti a různých aspektech. Autoři na to jdou skrze různá východiska, která ale podle mě ani dalších autorů nemusí být nutně protichůdná (Goddard, 2002, Tarnas, 2006).

Zmíněné teorie se většinou shodují v tom, že nejdříve je potřeba vystavit silné a funkční ego, které je postaveno na dualismu, na prvotní separaci a alienaci vnitřní i vnější, oddělení se od matky, přírody, spirituálního zdroje, aby se posléze mohlo toto ego transcendovat, přesáhnout a zahrnout v nějakém vyšším či širším celku. Transpersonální přístup se snaží být ve své podstatě univerzální, nevázaný na jednotlivé historické a kulturní paradigma. Nachází hlubinné a univerzální principy ležící za vývojem jazyka a kultury a tak se snaží najít univerzalitu a sjednocení i mezi přístupy své vlastní psychologické školy (Goddard, 2002). V čem se neshodují je, zda stav, který předchází egu je v něčem podobný či spojený se stavem, který přichází po přesažení ega. Tento spor zachycuje Wilber ve svém článku *Pre/Trans Fallacy* (1980) a spouští tak názorové výměny mezi Washburnem (1990, 1996), sebou (Wilber, 1990), Grofem (1996) a dalšími autory (Goddard, 2002, 2005; Daniels, 2004; Ferrer 2001, 2011, ad.). Kromě toho se zde také střetávají názory, zda vývoj probíhá lineárně v postupných stupních nebo zda v něm hrají roli složitější psychodynamické procesy. Vnímám zde paralelu s dřívějšími psychologickými debatami a rozpory mezi strukturálně lineárním přístupem (např. Piaget) a psychodynamickým (Freud) a tak, jako se uplatňují oba přístupy v

pojetí vývoje dítěte a příliš se nevyklučují, myslím si, že lze najít kompromisy i v přístupech transpersonálního pojetí vývoje vědomí. A jelikož je vědomí sjednocující psychickou funkcí, je zde nasnadě, že i teorie pojímající vědomí a jeho vývoj musí nějakým způsobem zahrnovat teorie, které zachycují vývoj některé z dílčích funkcí.

Wilber po mnohaletém studiu Východní duchovní literatury, propojuje duchovní vědění s přístupem Západní psychologie a při jejich uplatnění ve vlastní duchovní praxi dochází k tomu, že se hlubinné struktury vědomí rozvíjejí při vývoji vědomí jedince postupně, z magicko-mystického tělesného ega, přes racionální sebereflekující mentální ego až k možnému transegoickému či transpersonálnímu stupni, který je možný jak na úrovni jedince, tak i kolektivně. Je to striktně hierarchický postup, dle Wilbera holarchický, a lineární, popisuje evoluční vývoj lidstva. Probouzení a rozvíjení vědomí jde krok po kroku, nic se nedá přeskočit, následuje involuční emanační průběh vpisování Absolutna či jinak nazvaného spirituálního principu do hmotného vesmíru (Goddard, 2002). Pro Wilbera tato Jednota, Absolutno (Washburnovo *Nondual/Dynamic Ground*), existuje před vznikem času a prostoru, rozdíl v teoriích tedy může být dán i tím, jestli oddělení od spirituálního zdroje umisťují do časového rámce života jedince (historicky) či mimo něj ahistoricky do okamžiku mimo čas a prostor.

Washburn umisťuje prožitek základní dynamické jednoty do počátku života jedince. Je to splnutí, ze kterého se jedinec musí nutně v procesu vývoje vydělit a odcizit, aby mohlo vzniknout mentální ego, dynamické potenciály musí být potlačeny do nevědomí, uspány. Dále ve vývoji, kdy je mentální ego již silné, funkční a pro další vývoj a psychickou rovnováhu je potřeba ho přesáhnout, překročit oddělenost subjektu a objektu a dostat se za limity racionálního ega s jeho existenciální úzkostí. Je načase se opět spojit se silou dynamického základu, s potlačenými neegoickými potenciály, tento proces nazývá Washburn regresí ve službách transcendence. Spojení se s potlačenými nevědomými silami z pozice již silného zdravého ega vede k postupnému dosažení vyšší jednoty, sjednocení, integrace (Washburn, 1990, 1994, 1996). Wilber (1982, 1995) nicméně vidí jakoukoliv regresí čistě jako regresí, návrat zpátky k nezralému preegoickému, mysticko-magickému prožívání a odsuzuje tak všechny myslitele ubírající se touto cestou přemýšlení, Jungem počínaje, za chybu záměny pre za trans (pre/trans fallacy). Tedy elevace preegoických stavů a jejich vyzdvihování coby jevů transegoických. Zatímco třeba Freud dělá chybu opačnou, kdy všechny transegoické jevy redukuje na jevy preegoické, když například projevy náboženské víry či obecně duchovního života vykládá coby sublimaci erotického pudu nebo nástroje udržení kultury (Freud, 2007). Primární princip Jednoty Wilber vlastně také popisuje, ale umisťuje ho, po vzoru tibetského

budhismu před samotný život jedince, možná až před koloběh života, jako určitý imanentní potenciál, který dřímá a projeví a až ve vyšších stupních vývoje.

Washburn ve svém článku *The Pre/Trans Fallacy Reconsidered* (1996) podrobně zkoumá Wilberovu kritiku a reaguje na ni. Upozorňuje na to, že si Wilber ve svých názorech v několika místech protirečí, například v tom, že sice tvrdí, že každý stupeň vývoje vědomí do sebe plně integruje a přesahuje stupeň předchozí, ale potom zohledňuje rozkol mezi tělem a myslí, které je potřeba sjednotit na 6. úrovni, na úrovni „kentaura“ a to především u lidí západní společnosti. Odmítá tedy to, že by se člověk během vývoje musel vracet k obsahům dříve potlačeným do nevědomí a teoretiky takto smýšlející ostře kritizuje, přitom sám ve své teorii popisuje stádium, kde se různé aspekty, které do té doby nebyly zcela vědomé, musí nutně integrovat před vstupem do úrovně transpersonálních. Je možné, že toto stádium integrace potřebují jen lidé západní společnosti, kteří s vývojem mentálního ega potlačují některé aspekty tělesného a emočního vědomí, jde tedy především o snahu mentálního ega disociovat od tělesnosti, prožívat sebe sama jako odtělesněnou myšlenku, a tím i od vědomí vlastní konečnosti a smrti. Wilber ve své nejnovější verzi teorie sice říká, že se jedná o patologický vývoj lidí v západní společnosti, především v Evropě, zároveň ale tvrdí, že vývoj v jeho lineárním pojetí je univerzálně platný napříč kulturami (Wilber, 1995).

Washburn v již zmíněném článku (1996) nakonec upozorňuje, že se Wilber tím, že striktně strukturálně odděluje pre a trans jevy, může dopouštět právě takové chyby, jakou přisuzuje jemu a Grofovi, tedy že redukuje některé trans jevy na pre a naopak, díky jeho striktnímu strukturálnímu oddělení těchto jevů zanechávajícímu stranou fenomenologické podobnosti. Washburn i díky Wilberově kritice nachází pevnost svého názoru v tom, že pre a trans jevy mohou být vývojové odlišným vyjádřením stejných psychických potenciálů. Pojímá svou teorii spíše jako spirální teorii, kdy se člověk během vývoje v jednotlivých „otáčkách spirály“ znovu přibližuje ke stejným prožitkům a aspektům sebe sama, ale již z poněkud jiné perspektivy vyvinutějšího já, nevrací se tedy regresivně zpět, jak kriticky naznačuje Wilber svým pojmem „*U-turn*“ (Wilber, 1982).

Grof (1992b, 1996, 2013) se v této debatě přiklání na stranu Washburna, když klade důraz na důležitost setkání s obsahy vlastního nevědomí pro přesažení egoického stupně a dosažení transpersonálních sfér. Poukazuje na to, že psyché má multidimenzionální holografickou povahu a její popis striktně z lineárního pohledu vede k nutným nepřesnostem a pokřivení (Grof, 1992b). Dle Grofa nejsou pre a trans jevy ani totožné, ani zcela odlišné, záleží také na pozici a ukotvenosti ega, které je prožívá a kultuře, která pro tyto jevy má nebo nemá pochopení. Ty stejné jevy mohou jednoho člověka zaplavovat a vést k vážné

psychopatologii (psychóza) a jiného obohacovat a vést směrem k duchovnímu otevření; záleží také na tom, jak je dokáže ukotvit ve svém každodenním životě a také, zda jeho kultura pro ně má nějaký vysvětlující rámec. Grof navíc nachází některé podobnosti fenomenologie prožitků bazálních perinatálních matric a pojetím duchovního vývoje popsáním Washburnem, zejména regresí ve službách transcendence.

Grof dále odpovídá na Wilberovu kritiku i některé revize jeho teorie spektra vědomí, kterou Wilber sepsal v rozsáhlých poznámkách na konci knihy *Sex, Ecology, Spirituality* (2001, původní vydání z r. 1995) v článku z roku 1996 a vysvětluje některé zásadní body jejich teoretického rozporu. Především jde o to, že jakákoliv teorie musí být pro svoji životnost potvrzena také klinickou zkušeností a tu Wilber nikdy neměl, stávil na své osobní duchovní praxi a extenzivním čtení literatury, Grofovi se zdá tedy důležité a nezbytné, aby Wilberovy teze byly zhodnoceny ve světle reálných zkušeností a pozorování z transpersonálních směrů terapie a moderního výzkumu vědomí (Grof, 1996). Grof poukazuje na to, že Wilberova obsáhlá teorie stupňů vědomí může být oku lahodící a uspokojující naši potřebu logického řádu, ale vynechává některé dle Grofa zásadní aspekty pozorované v klinické praxi (tamtéž). Těmito hlavními body Grofovy kritiky je Wilberova ignorace či banalizace významného postavení prožitků spojených s porodem (perinatálních) v lidské psychice a jejím dalším vývoji. Wilber na základě jeho kritiky přidal před stupně svého spektra nultý stupeň (fulcrum 0), který ale dle Grofa nezachycuje tyto jevy v jejich komplexitě a neshoduje se s jeho pozorováními a popisem zážitků úzce se pojících s pocity jednotlivých fází porodu (bazální perinatální matrice). Grof také upozorňuje na pojetí psychopatologie omezeného pouze na postnatální vývoj, které je v rozporu s jeho pozorováním, že vývoj některých emočních a psychosomatických poruch má kořeny v emočních a psychosomatických prožitcích během porodu či ještě hlouběji ve sférách kolektivního nevědomí (tamtéž). Dále Grof kritizoval Wilberovo nepochopení psychologickému významu smrti a akutního ohrožení života, tento princip či pud smrti, Thanatos, kterému se Freud věnoval v posledním období svého života a díla nepřijala většina z Freudových následovníků a tedy ani Wilber, který staví na jejich teorii. Wilber pojímá Thanatos jako sílu, která pudí člověka přestat se identifikovat s určitou strukturou a s ní spojeným pohledem na svět, bolestně se jí vzdát pro postup na další stupeň vědomí, v podstatě něco, co mi připomíná Rogersův pojem (sebe)aktualizační tendence (Rogers, 2015) a s pudem smrti či principem Thanatu bych ho sama nespojovala. Grof také nesouhlasí s přirovnáním emočního dopadu život či tělesnou integritu ohrožujících událostí s procesem vývoje jazyka a morálky, jsou to podle něj tělesně a emočně úplně jinak nabitě zkušenosti a procesy, které mají také pro psychiku odlišný význam (Grof, 1996).

Grof souhlasí s Washburnem v názoru, že regrese není pouze návratem k infantilnímu prožívání a vztahování se, ale v podobě regrese ve službách transcendence je neodmyslitelným prvkem vývoje a setkání se s transpersonální sférou, „i praví mystikové občas reaktivují regresivní komplexy na své cestě ke zralým stavům jednoty“ jak sám Wilber připouští (Wilber in Grof, 1996, s. 13) a mystické prožívání je od toho psychotického často odděleno jen tenkým ledem a může nést určité společné prvky. Zajímavá je v tomto ohledu studie amerického profesora filosofie a náboženství Christophera Bache (1991), kde nachází ve spisech Sv. Jana od Kříže některé prvky typické pro Grofovy perinatální matrice. Vhledy mystiků jsou navíc velmi často provázeny intenzivními prožitky změněných stavů vědomí a jeho vývoj tedy není tak pozvolný a plynule ukotvovaný, jak ho Wilber popisuje. Pokud by byl vývoj vědomí striktně lineární, jak ho pojímá Wilber, znamenalo by to, že lidé v některých kulturách (například šamanů v kulturách domorodých), kteří nedosáhli úrovně racionální či úrovně kentaura, nemohou mít autentické mystické prožitky, které by se dále mohly ustálit v jejich stupni vývoje vědomí, což je celkem znehodnocující pohled na často velmi propracované duchovní tradice a kosmologie a na učencích z některých těchto kultur a jejich spisech Wilber paradoxně svou teorii postavil.

Osobně se začínám klonit spíše ke znázornění vývoje vědomí jako spirály, která může mít jednotlivé části a stupně, ale svými otáčkami se vždy přibližuje minulým otáčkám vývoje, v určitém smyslu je opakuje, ale na vyšší úrovni. Co mi přijde zajímavé je, že spirální teorii rozvíjeli také sociální psychologové počínaje výzkumem C. W. Gravesa v šedesátých letech minulého století a jeho následovníky D. Beckem a Ch. Cowanem, kteří zkoumali hodnoty lidí a začali je přiřazovat k jednotlivým úrovním mysli či vědomí (Beck, Cowan, 1996). Teorie spirální dynamiky mi připadá jako funkční propojení strukturálních a psychodynamických teorií, které navíc nachází v dnešní době uplatnění v řízení organizací, které prochází postupným spirálovitě stupňovitým vývojem, ve kterém se střídá zaměřenost individuální a kolektivní, a které odráží vývoj na úrovni jednotlivců (Laloux, 2020). Tento fakt by mohl být dalším bodem, který nahrává teoriím pojímajícím vývoj vědomí spirálovitě, kdy se k určitým obsahům člověk znovu vrací, aby je mohl obsáhnout a přesáhnout na vyšší úrovni. Zní to tak nějak měkčeji, tedy méně fatálně než striktně lineární hierarchický postup a možná i pro to mám k tomuto směru smýšlení blíže. Možná je to i tím, že jsem žena, že je mi bližší dívat se na psychické jevy spíše psychodynamicky a vztahově než strukturálně.

3.1 Hledání integrující teorie

Cítím při svém bádání těmito teoriemi potřebu nalezení nějaké integrující teorie. Jak je možné, že teorie, které se zabývají vývojem vědomí jsou všechny dobře propracované, a když se jimi zabývám, zní to, jako by všechny byly pravdivé, ale zároveň jsou spolu „na nože“ a vzájemně se vylučují? Je možné mezi nimi nalézt nějakou společnou půdu? Je možné nalézt integrativní teorii nebo je dichotomie a dualismus natolik zakořeněný ve způsobu našeho myšlení, že se dostane do každého námi vytvořeného konceptu? Transpersonální psychologie vznikla jako směr snažící se o integraci dosud opomíjených oblastí lidského prožívání a její zástupci se snažili přijít s nějakou všeobjímající teorií, která by zahrnovala psychický vývoj v jeho celistvosti, je tedy paradoxem, že ani zde se nedařilo najít společný dialog při společném hledání. Je jasné, že každý teoretik má své osobní zaměření a ne každý je schopen obsáhnout poznání o vývoji (včetně jeho vyšších či hlubších duchovních stupňů), ale takový rozkol bych asi nečekala. Jako symbol završení tohoto rozkolu vnímám Wilberovo rozloučení se s transpersonálním směrem a vytvoření jeho vlastního, který nazval integrálním. Jakoby tím říkal „Vy ostatní tomu nerozumíte, nesouhlasíte s mým pohledem, tak já na Vás kašlu a založím si vlastní směr, který ponese konečnou pravdu.“, což může být tedy pouze mým pohledem na věc, ale zdá se mi to poněkud nezralé od člověka, který věnoval celý svůj život zabýváním se vývojem vědomí a svým rozvíjením pomocí duchovních praktik. Mohlo to být ale samozřejmě i tak, že nechtěl být ztotožňován se směrem, se kterým již názorově nesouzněl, i když ho sám pomáhal zpočátku tvořit.

Až při svém dalším hledání jsem našla na autory, kteří se podobně jako já snažili najít pro transpersonální teorie vývoje vědomí nějaké rozuzlení a především nějak vyřešit problém zaměňování pre za trans, tedy problém „pre/trans fallacy“. Objevilo se několik často velmi propracovaných teorií snažících se sjednotit pole transpersonálního poznání. Za hlavní směry tohoto snažení považuji participatorní spiritualitu (Ferrer, 2001, 2011), Goddardovu (2002, 2005) a Tarnasovu (2006, 2011) astrologickou a astro-archetypální teorii, Danielsovu (2004) involuční a evoluční linku, Caprilesovu (2002, 2006) metatranspersonální teorii a další.

Participatorní teorie, kterou formuloval především Ferrer jako alternativu ke strukturálně holarchicky pojaté teorii Wilberově, se snaží pojímat transpersonální fenomény pluralisticky a jejich epistemickou hodnotu připisuje emancipatorní (osvobozující a zrovnoprávňující) a transformativní síle, která má dopad na self, komunitu i svět. Tento přístup zasazuje spiritualitu do spoluvytvářeného procesu, na kterém se podílí jeho aktéři.

Spirituální fenomény, prožitky a vhledy jsou spoluvytvářenými událostmi na nichž se podílí lidské aspekty těla, energie, myslí, vědomí atp. (Ferrer, 2011). Jsou také spoluvytvářeny interpersonálně, kdy se lidé vzájemně učí a sdílí v rámci solidarity, respektu a konstruktivní kritiky a mohou být také spoluvytvářeny kontaktem s jinými než lidskými bytostmi, jako jsou různé entity, duchové rostlin, přírodní síly nebo archetypální síly sídlící v psyché, přírodě či kosmu. Transpersonální spoluvytváření pak popisuje vtělené lidské bytosti, které se podílejí na procesu objevování a prožívání duchovních vhledů, praktik, stavů a světů (Ferrer, 2011). Ač mi zní celkem esoterně, tento přístup vnímám jako výraz postmoderních tendencí, které nesouhlasí s předem danými univerzálními a hierarchizujícími tendencemi perenniálního myšlení, které tím, že strukturuje vývoj vědomí do lineární hierarchie marginalizuje jiné přístupy založené na ekologii, feminismu, multikulturalismu, šamanském a domorodém pohledu na svět a staví je do pozice, kdy by měli dohnat nadřazený progresivní a víceméně eurocentrický pohled na svět (Goddard, 2005) a to, dle mého názoru, přestože tyto jiné pohledy mohou přinášet pragmatičtější odpovědi na výzvy života dnešní doby.

Goddard ve svém článku (2005) zasazuje tyto přístupy do kontextu jejich filozofických východisek, především ontologického a epistemologického, ze kterého pak vychází i jejich pojetí světa, vědomí a jeho sfér či stupňů a také jejich neshody. Popisuje moderní paradigma, většinou nazývané karteziánské dualistické a newtoniánské mechanistické a atomistické, jehož pojetí světa se stalo poněkud naturalistickým a objektivizujícím, založeným na antickém pojetí Pravdy, která je objektivně daná a nezávislá. Postmoderní konstruktivismus pak přichází s tím, že veškeré zkušenosti, pravdy a tvrzení jsou mediovány nebo konstruovány kulturně, historicky a lingvisticky a tedy nemůžeme mluvit o žádné univerzální přirozenosti věcí nebo pravdě s velkým P. Postmoderní pojetí upozorňuje na to, že moderní světonázor je pouze jedním z nesčetného množství jiných, z nichž žádný nemůže být ustaven a privilegován nad všechny ostatní. Nicméně postmoderní myšlení zahnané do extrému je zaměřeno spíše naturalisticky a netranscendentně, stavíc na relativistickém pragmatismu jako konci filosofie a tak je potřeba se zaměřit na ten multikulturní pohled postmoderny, který je otevřen dalšímu bádání a různým perspektivám. A s tímto záměrem přichází i transpersonální hledisko, odhodlané bádát do vědou nezkoumaných oblastí, pojímající moderní i postmoderní světonázor pouze jako jedny z mnoha možných, které jsou vždy psychologicky, sociálně, historicky a lingvisticky formované, ale nesouhlasí s postmoderním názorem, že jsou jednotlivé světonázory výhradně sociolingvistickými faktory. Transpersonální pohled přichází s názorem, že světonázory vychází z hluboko uložených struktur vědomí a archetypálních procesů, které nejsou nahodilé

a pouze konstruované historickým vývojem a snaží se zkoumat i teoreticky pojmut právě tyto archetypální procesy a hlubinné struktury (Goddard, 2005, s. 11).

Neoperennialistická strukturální teorie staví na názoru, že veškeré stvoření je součástí tzv. Velkého řetězce Bytí „*The Great Chain of Being*“ (Lovejoy in Goddard, 2005), který se odvíjí vzhůru od hmoty, přes biologické formy až k božskému a je tedy možné určit, který stupeň je v tomto řetězci vyšší a který nižší. Nachází pro toto pojetí zakotvení v mystických tradicích vedanty či buddhismu, navzdory rozdílným technikám a soudí tak, že různé mystické a náboženské tradice, i když se liší svými postupy a fenomenologií prožitků, sdílí hluboké ontologické struktury. Zasazuje stupně těchto prožitků do kontinua vývoje psychických funkcí (kognice, morálky ad.) a tak je také činí přístupnějšími psychologickému uchopení. Pluralistická perspektiva se ale vůči té strukturální vymezuje a upozorňuje na to, že vlastně přichází s podobným pojetím jako moderna a to, že existuje jedno pravdivé a platné pojetí vývoje, do kterého se veškeré světonázory musí vejít a jsou seřazeny do žebříčku dle nějaké další všeobjektivizující struktury a měly by usilovat o podobný vývoj naplnění svého potenciálu, který je daný především mužským, bělošským a západním myšlením a světonázorem. Mnohé jiné pohledy na svět z perspektivy ženské, etnické, kulturní, šamanské atd. se tak mohou cítit opět znehodnocovány a odmítají jeden předem daný univerzální a hierarchizující postup k objevování neznáma a transcendentna, které může být dle nich zkoumáno z mnoha prožitkových směrů. Jejich základem je spolupodílení se na vytváření prožitků i jejich výkladu a Wilberově kritice, že jsou příliš relativistické čelí svou ontologickou otevřeností, neutralitou i nejistotou plynoucí z kritické dekonstrukce všeho doposud braného za dané (Goddard, 2005, Ferrer, 2011). Na některé výhrady vůči hierarchické univerzální ontologii odpovídá i neo-Jungiánská psychodynamická perspektiva, celistvě popsaná především v díle Washburnově a jeho konceptu primární represe, která je nezbytným základem vývoje mentálního ega a také dalšího kroku vývojového procesu, kterým je regrese ve službách transcendence a návratu k základu, k tomu, co bylo ve vývoji potlačeno či ztraceno, čímž může být právě perspektiva femininní, vztah k zemi a přírodě i k duchovnu. Otevření se těmto obsahům pak může být transformativní a přinášet člověku pocit, že znovu objevuje něco velmi cenného a díky tomu se stává opět celistvým (Goddard, 2005; Washburn, 1994).

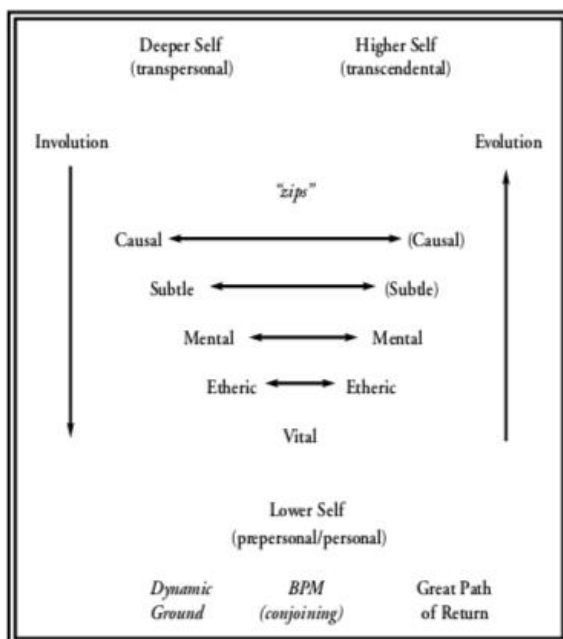
Goddard (2002, 2005) a Tarnas (2006, 2011) pak přichází s astrologickým či astro-archetypálním rozuzlením této transpersonální dialektiky. Tvrdí, že vývoj vědomí nemusí být limitován lineárním pojetím, aby jeho trajektorie byla smysluplně vyložitelná a tedy nemusí znevažovat přirozenou rozmanitost a znevažovat všudypřítomné Druhé, jímž již tradičně může být žena, zástupce jiné kultury, jiného společenského uspořádání atp. (Koubková, 2017).

Goddard věří, že je možné vyslovit vývojové hledisko, které rozpoznává jednotlivé stupně a úrovně, které nemarginalizuje „druhého“ a nabízí mapu k uchopení tohoto vývoje a bodu, v němž se právě nacházíme jak individuálně tak kolektivně. Touto komplexní mapou jsou mu astrologické symboly a archetypy, které mohou fungovat coby ony hlubinné řídicí struktury a soustavy a mohou být vepsány do astrologické mandaly zachycující vztahy jednotlivých působících aspektů. V češtině se přístupu psychologické astrologie věnuje například Petr Lisý (2017). Já osobně nic nenamítám proti astropsychologickému výkladu událostí, osobním výkladům astrologického profilu jedince dle času a místa jeho narození, z astrologie a její symboliky vycházejícího tarotu a dalších systémů, které mohou také využívat mnozí psychoterapeuti a obecně lidé na cestě sebepoznání, ale beru to tak, že tato disciplína stále ještě stojí na hranici toho, co je dnes uznávané za vědecké a je to oblast natolik komplexní, že se do ní nebudu v tuto chvíli pouštět.

Přístupem, který mi dále pomohl srovnat informace protichůdných transpersonálních perspektiv, je ten Burtona Danielse (2004). Ve svém článku srovnává přístup Wilbera, který prosazuje vývoj vědomí jako stoupání (ascending) k vyšším stupňům vědomí a Washburna, Grofa, Junga i Assagioliho jako zastávce pojetí vývoje jako sestupu (descending) k hlubším stupňům vědomí. Poukazuje na to, že oba přístupy jsou spolu spjaty, jelikož (i coby zástupci transpersonálního hnutí) sdílí mnohá společná východiska a přesto se v některých aspektech vzájemně vylučují a napadají. Daniels píše, že ani jedna strana sporu nepopisuje realitu lépe, než ta druhá, ale že popisují dvě strany téže reality (2004, s. 76). Danielsovo rozuzlení tohoto sporu staví mimo jiné na učení některých duchovních učitelů jako je Adi Da Samraj a poukazuje na to, že při vytváření naší reality působí dva směry hierarchického vývoje, a těmi jsou involuce a evoluce. A zatímco involucí jsou dány předem existující stupně hlubšího vědomí, evoluce iniciuje stupně vyššího vědomí postupně se odvíjející v současném bytí jedince. Jedinec postupně sestupuje stupni kauzální, subtilní a vitální manifestace tím, jak se vtěluje do hmotné reality a během procesu evoluce postupně stoupá zpět tímto řetězcem a zahrnuje v sobě ztracené aspekty, učitelem Adi Da byl tento postup nazván Velkou cestou návratu, kdy v sobě vyvíjející se self integruje postupně jednotlivé stupně vědomí (Daniels, 2004, s. 77). V procesu involuce je naopak veškerý potenciál zahalen v jednotlivých stupních potenciálu skrytého v hmotné realitě. Potlačení (represe) je jedním z hlavních překážek ve stoupajícím procesu evoluce, pro onoho lezce lezoucího po žebříku stupňů vědomí. Daniels dále upozorňuje, že Wilber a Grof předkládají dvě různé mapy vědomí, které se shodují názvoslovím, ale vlastně popisují různé jevy a z toho pramení i jejich základní neshody. Zatímco Grofovo schéma popisuje transpersonální, perinatální a personální (osobní) oblast, Wilber staví na rozdělení

prepersonálním, personálním a transpersonálním. Pro Grofa a Washburna transpersonální oblast předchází vývoji self (já, ega), je imanentní, a proto se k ní tedy vrací zpátky, pro Wilbera se oblast transpersonální objevuje výhradně až po celkovém vývoji self (já, ega) v procesu evoluce vědomí. Takže zatímco se Grof a Washburn mohou dopouštět záměny pre/trans, Wilber se dopouští chyby trans/trans, jelikož veškeré transpersonální jevy zasazuje výhradně do postpersonální fáze vývoje, i když mohou být prepersonální, jak vyplývá z procesu involuce. Daniels navrhuje řešení těchto rozporů: terminologické rozdělení transpersonální oblasti, která předchází egu, a té, která ho pak v dospělosti přesahuje, ta první se může dále nazývat transpersonální a tu druhou nazývá transcendentální (tamtéž, s. 79). Stupně by se pak nazývaly dle postupného výskytu během života (vtěleného života) jedince transpersonálním, perinatálním, personálním a transcendentním, to by dle Danielse pomohlo vyřešit mnohé terminologické rozpory. Do vědomí se při různých příležitostech mohou dostávat obsahy z obou směrů vývoje, ty transpersonální (prepersonální) i ty transcendentní (postpersonální) ve formě „návratu potlačeného“ (Lacan in Daniels, 2004). Výsledkem vývoje je pak integrace obou těchto směrů a jejich obsahů v jednotném celku, obsahů hlubinného Self s obsahy přicházejícími s vyšším self, větve involuční i evoluční. Pro názornost přikládám graf znázorňující vztah a vývoj jednotlivých směrů z Danielsova článku (Obr. 3.) Perinatální sféra a prožitky smrti a zrození jsou společným bodem, který tyto dva směry vývoje Ducha spojuje a tedy i vysvětluje Grofovo zjištění, že znovuprožití porodu může být branou k prožitkům transpersonálním a také transcendentním.

Obr. 3



Zdroj: Daniels, 2004, s. 85

Oba základní pohledy se na vývoj dívají z pohledu ega, které se dívá směrem k hlubšímu Self nebo vyššímu self. Dynamikou evoluce není pouze vývoj ale také léčení, jak také popisuje ve svých knihách Grof, záměrem je léčit části já, především ty spojené s prvotním traumatem porodu, což pak dovolí pronikání transpersonálního nevědomí a v ideálním případě určité sladění se s transpersonálním nevědomím ve smyslu Washburnovy regrese ve službách transcendence. Daniels (2004) upozorňuje na to, že tři zmínění autoři popisují různé části klinického pohledu na tento vývoj a tedy i různé psychospirituální krize/vynoření se (anglická slovní hříčka emergency/emergence). Podle Grofa člověk musí sestoupit stupni evoluce zpět k prvotnímu traumatu porodu (BPM) a vyléčit ho. Pro Washburna když člověk sestoupí a znovu se spojí se s Dynamickým základem musí dále pokračovat vzestupem po stupních evoluce. A dle Wilbera musí člověk během evoluce, stoupaní po stupních vzhůru, vystopovat zároveň proces involuce, který původně stvořil Dynamický základ a tedy i zrození člověka samotného. Daniels (2004) tedy říká, že si autoři rozdělili teritorium své působnosti a tak studium všech tří přístupů tedy dává dohromady celistvější obrázek. Tradiční výklady monoteistické spirituality pohlíží na vztah člověka s duchovní sférou jako na danou hierarchii, s Bohem sídlícím na jejím vrcholu a řídicím záležitosti lidí a přírody shora, a údělem člověka je tedy šplhat k němu nahoru. Podobně vývoj vědomí (a tedy také spirituální vývoj člověka) pojímá Wilber (Daniels, 2004, s. 86). Druzí dva zmínění autoři nicméně poukazují na nutnost uvolnění a integrace hlubšího Self pro rozvoj toho vyššího, nutná integrace potlačeného a „nižšího“ na cestě k tomu „vyššímu“ a více souzní s pojetím Boha či božství jako imanentního, pouhý vzestup k vyššímu pak může fungovat spíše jako odpojení od nižšího ve smyslu duchovního bypassu, o kterém krátce pojednám v kapitole o psychedelické zkušenosti.

Integrující přístup k procesům involuce a evoluce je pohled na ně, jako na dva vzájemně provázané procesy, které, byť jdou jiným směrem, jak můžeme vidět z šipek na Obr. 3, jdou ruku v ruce, a pokud přijmeme připodobnění vývoje vědomí ke spirále, můžeme si tyto procesy představit také jako dvě obtáčející se spirály, jako u dvoušroubovice DNA a být tak otevření pohledům, které zkoumají poznatky z prvního i druhého směru.

Myslím si, že se tyto teorie obecně vzájemně nevylučují, vzájemná kritika, jak tvrdí zastánci všech perspektiv, napomáhá tříbení a hledání platných teoretických konstruktů, které by pomáhaly jednak uchopit vývoj i s jeho transpersonálními sférami a směřováním, druhak vytvořit nějakou jednotnou terminologii a tím být i oporou lidem, kteří prožitky těchto sfér zažívají, chtějí v nich pomoci navigovat a ukotvit je pro dlouhodobou pozitivní změnu. Právě přesah do klinické zkušenosti bude pro mě, jako začínající psycholožku a terapeutku, důležitým a směrodatným, ráda využiju při své práci pojmů a pojetí různých autorů, pokud to přispěje

mému pochopení klientů a jim to přinese atmosféru důvěry, pochopení a bezpečí. Myslím, že je přínosné, aby se humanisticky a transpersonálně laděný psycholog či psychoterapeut zorientoval v širých vodách transpersonálních teorií a našel si svůj náhled a uchopení této problematiky. Úkolem transpersonální terapie je dle Vaughanové péče o duši a „integrace fyzických, emocionálních, duševních a duchovních aspektů kvality lidského života“ (Vaughanová in Walsh, Vaughanová, 2011, s. 240), je to přístup, který doplňuje dosavadní psychoterapeutické techniky přijetím duchovní stránky života člověka a oceněním léčivého potenciálu transpersonálních zážitků. Klienti s transpersonálními otázkami a duchovním směřováním či hledáním mají navíc tendenci vyhledávat transpersonálně laděné terapeuty a psychology/psychiatry, což na tyto odborníky samozřejmě klade i požadavek se v těchto oblastech vzdělávat, a to nejen intelektuálně, ale také vlastní zkušeností a duchovní praxí (tamtéž). Jedním z nástrojů, který mi přijde při zkoumání transpersonálních sfér velmi nadějným, a setkáním s nímž jsem začala i já systematicky vyhledávat rozvoj po fyzické, emoční, intelektuální i duchovní stránce je zkušenost s psychedelickými látkami jimž se chci věnovat v další části práce.

4 Psychedelická zkušenost v kontextu vývojových teorií

Stojím před velmi nelehkým úkolem přiblížit čtenáři psychedelickou zkušenost. Jak popsat něco, o čem se často hovoří jako o nepopsatelném? Mnozí se o to již pokoušeli a přinesli množství zajímavých vhledů do toho, co jsou to změněné stavy vědomí, jakou mají povahu, co nám mohou přinést a jaká jsou jejich rizika. Díky stavům vědomí změněného nebo jinak řečeno stavům mimořádného vědomí, můžeme lépe nahlédnout také do toho, jakou povahu má vědomí běžné, tedy nezměněné. Oblast výzkumu vědomí je velmi fascinující oblast bádání a vědeckého výzkumu, která je zároveň jednou z nejtěžších pro uchopení, k níž nám ovšem nové možnosti a vědecké postupy mohou pomoci (Horáček, Drtinová, 2021). Jednou z těchto možností je právě zkoumání změněných stavů vyvolaných psychedelickými látkami a po skoro čtyřiceti letech nuceného spánku přichází znovu uvolnění striktních zákazů a renesance výzkumu na poli využití psychedelických látek, a to jak ve světě, tak i v České republice. Vnímám jako důležité, aby tato oblast byla pojímána nejen experimentálně a neurobiologicky, ale také psychologicky, což může být mnohdy těžší oříšek. Výzkumy zaměřené na terapeutické využití psychedelických látek nám mohou ukazovat jistou cestu porozumění jak duševnímu zdraví, tak i psychopatologiím a jejich léčbě. Podle mého názoru i pohled na psychedelickou zkušenost v souvislosti s vývojovými teoriemi vědomí může být přínosem pro naše pochopení. Tyto teorie se navíc vyvíjely i díky poznatkům získaným z psychedelického výzkumu, jenž podpořil vznik nové orientace v psychologii, školy transpersonální psychologie (Walsh a Vaughanová, 2011).

4.1 Psychedelická zkušenost a změněné stavy vědomí

Pojem psychedelie, psychedelický, dali dohromady známý spisovatel a vizionář Aldous Huxley v korespondenci s psychiatrem Humphrey Osmondem, který mimo jiné zkoumal využití psychedelických látek v oblasti duševního zdraví. Pojem je složen ze dvou řeckých slov psýché a delein, tedy duše a zjevovat, pojmenovali tedy tyto látky jako látky, které zjevují obsah duše. Tato skupina chemických látek získala během historie mnoho názvů jako fantastika, halucinogeny, psychotomimetika či entheogeny, což i odráželo historický kontext a směr jejich využití v dané době. Název psychedelika a obecně psychedelie se zdá být tím nejvíce neutrálním, výstižně popisujícím potenciál látek a postupně také nejvíce používaným i v oblasti výzkumu a odborné literatury. Stejně jako existuje pro tyto látky více názvů, existuje i více přístupů k tomu, jak je využívat. Nejznámějšími přístupy v historii byl psycholytický, využívající menších dávek při psychoanalyticky a psychodynamicky zaměřené psychoterapii

pacientů, který umožňoval dosáhnout na nevědomý materiál a pracovat na něm. Další přístup je psychotomimetický, tedy modelující psychózu, kdy odborníci mohou u zvířete či člověka vyvolat dočasný stav podobný psychóze, zkoumat její průběh a také další farmaka, která mohou psychotický stav zmírnit či zastavit. V neposlední řadě si mohli odborníci pečující o osoby s psychózou vyzkoušet, jaké to je, a lépe tak svým pacientům rozumět. Dalším přístupem je ten psychedelický, většinou využívající vyšších dávek látky pro vyvolání hlubokého prožitku. Přístup entheogenní se zaměřuje na vyvolání spirituálních prožitků a jejich bezpečném a kontextuálně ukotveném prožití po podání látky, třeba v rámci některých církví, které využívají tento typ látek vyskytujících se v rostlinách jako svátosti, například církev Santo Daime využívající jako svou svátost nápoj *ayahuasca* (Vejmola in Tylš et al., 2017; Winkler, Vančura, 2016).

V transpersonální psychologii se užívá množství pojmů jako jsou změněné stavy vědomí, mimořádné stavy vědomí, holotropní stavy, transpersonální prožitky ad., které nejsou vždy zcela odlišeny a přesně definovány a tak se často používají v záměně. Za transpersonální prožitky jsou považovány takové, při nichž dochází k překročení osobních hranic a překračování hranic daných běžným vnímáním času a prostoru, což nemusí být vždy příjemné (Winkler a Vančura, 2016, s. 30). Transpersonální zážitky jsou jednou z možností změněných stavů vědomí, které do sebe zahrnují veškeré stavy vědomí, které se liší od vědomí běžného a jsou tak širokou škálou všech různých možností.

K popisu psychedelické zkušenosti lze přistoupit z různých směrů. Ráda bych zde nejdříve nastínila povahu těchto zkušeností a využiju k tomu rozdělení do úrovní, které popisují ve své knize *Druhy psychedelické zkušenosti* autoři Masters a Houstonová (2004), kteří čtyři úrovně: smyslovou, rekolektivně-analytickou, symbolickou a integrální.

Knihy Masterse a Houstonové vyšla poprvé v roce 1966 a byla založena na pozorování a doprovázení 206 psychedelických sezení a stovkách dalších rozhovorů. Jednotlivé subjekty podstupující psychedelickou zkušenost měly většinou zkušenosti jednotlivých úrovní, které se postupně prohlubovaly. Zpočátku jednotlivých sezení, či pokud se subjekt nedostane do úrovní hlubších jde o zážitky smyslové úrovně, které „mají kratší trvání a jsou zpravidla početnější a různorodější než ty, které se objevují na jiných úrovních“ (s. 220). Člověk zavítá do nového světa rozšířeného smyslového vnímání a soustředí se na jeho zkoumání. Dochází ke změně vnímání prostoru, času, barvy bývají zářivější, časté jsou synestezie, tedy vnímání podnětů jinými smysly, než je obvyklé, po zavření očí se může zjevit „záplava eidetických obrazů v nádherných barvách a s důmyslnými podrobnostmi“ (s. 177). Velmi často lidé referují také

o vnímání mandal a dalších geometrických obrazců. Představy mohou zahrnovat množství lidí, zvířat, různorodých krajin a architektury, objevují se podivná stvoření z pohádek, mýtů i historie. Můžou přicházet v rychlém sledu jednotlivých obrazů i v rámci souvislejšího děje. Výjevy této úrovně většinou nenesou žádný hlubší smysl ani nevyvolávají větší citovou odezvu (s. 195), mohou nás jistě ale potěšit, zaujmout a vyvolat zvědavost a pobavení, častým jevem je smích. Mění se vnímání vlastního těla a tělesnosti, různé hmatové vjemy a neobvyklé druhy tělesných pocitů patří mezi „nejpodstatnější a nejzajímavější prožitky na smyslové úrovni“ (s.206). Zajímavě zde působí prohloubené pocity empatie, běžně se objevuje tělesné ztotožnění s okolními předměty, člověk si ponechává prožitek hranic svého těla, ale zároveň může pociťovat jednotu s prostředím a větší prostupnost těchto hranic skrze hmatové vjemy. Velmi oblíbené je prostředí přírody, kdy lidé často cítí jednotu s přírodou a zvýšenou empatii vůči ní, úctu k její kráse, rozmanitosti a prostoupenosti tepajícím životem, touhu přírodu chránit, často se jedná o prožitek soucítění či sjednocení s „Matkou Zemí“. Zajímavé se mi zdají i vhledy do jednotlivých pochodů v přírodě a to i na mikroskopické úrovni, které popisovali lidé bez předchozí znalosti těchto jevů (Grof, 1992). Zhuštěné bývá při psychedelickém zážitku nejen vnímání obrazů, ale i myšlenek a tedy času, „jedná se o urychlení duševních pochodů, které člověk prožívá jako ‚zpomalení času‘. Nezdá se, že by myšlenky přicházely rychleji, spíše se během daného, hodinami měřeného úseku vyprodukuje mnohem více myšlenek.“ (Masters, Houstonová, 2004, s. 205) Distorze času se projevuje i jinak, například převráceným vnímáním sledu událostí. Dalším typickým jevem smyslové úrovně je symbolizace prostředí, tedy zrakové a jiné vnímání v symbolech. Vnímání je zkreslené, objevují se iluze a pseudohalucinace, bývá ovlivněno citovým prožíváním a rozrušením, city ovlivňují prostředí do „přiměřeného symbolického tvaru“ (tamtéž, s. 205), tímto se mohou prožitky podobat psychóze, což i odráží jeden z přístupů ke zkoumání psychedelických látek, přístup psychotomimetický, tedy navozující experimentální psychózu (v rámci československého výzkumu například Roubíček, 1961).

Další úroveň je rekoektivně-analytická, Masters a Houstonová píše, že „člověk nyní nastoupil cestu do nitra a pokud bude úspěšná, projde současnou úrovní, aby dosáhl symbolické a nakonec integrální úrovně – konečného cíle integrální cesty“ (2004, s. 227). Na rekoektivně-analytické úrovni se postupně prohlubuje citové zabarvení prožitku, osvobozením od limitů běžného vnímání, myšlení a cítění se do vědomí mohou začít prolínat obsahy nevědomí. „Člověk může získat přístup k dávno ‚zapomenutým‘ vzpomínkám, které postupně nabývají smyslu, (...) může se objevit věková regrese (podobná tomu, s čím se setkáváme v hypnóze), kdy se člověk ‚vrací zpět v čase‘ k velice živému prožívání citových i jiných obsahů důležitých

zapomenutých či potlačených událostí (přičemž si ovšem udržuje spojení se současností). Nebo může docházet k oživení, kdy osoba pod vlivem psychedelik natolik znovu prožívá minulé události, že ztrácí veškerý kontakt se současností a jako dítě nebo nemluvně znovu prochází významnými událostmi, které mají největší a klíčový význam pro její současnou situaci (mimo stav vyvolaný psychedeliky).“ (tamtéž, s. 227-228). Grof (2017) poukazuje na to, že těmito důležitými událostmi v životě člověka jsou především události ohrožující jeho život, zážitky emočně silně nabitě a bolestivé. Jedním z hlavních a velmi častých prožitků je znovuprožívání vlastního porodu, jenž se objevil u mnohých subjektů v jím vedených psychedelických sezeních i v sezeních holotropního dýchání, a autor jednotlivým částem procesu porodu s jejich typickým emočním nábojem (bazální perinatální matrice) věnuje ve svých knihách mnoho pozornosti (Grof, 2013, aj.). Tyto zážitky mohou být znovuprožity, pochopeny, přivedeny do vědomí z pozice dospělého člověka a mohou tím na něj mít pozitivní terapeutický vliv. V něčem se tato úroveň podobá procesům probíhajícím v sezeních psychoterapie, psychoanalýzy či hypnoterapie, akorát zrychleným a zhuštěným do několika málo hodin psychedelického sezení a jeho následné integrace (Masters, Houstonová, 2004). Právě tato katalyzace terapeutické změny a její dlouhodobá udržitelnost (například Kočárová, Preiss, 2020) je jedním z důvodů obnoveného výzkumného a terapeutického zájmu o psychedelické látky.

Na další, symbolické úrovni, se lidé ve vlastním vnitřním světě stávají svědky nebo lépe řečeno účastníky mýtů a pohádek a dalších archetypálních příběhů a rituálů. Symbolizují své psychodynamické a jiné materiály, „účastní se symbolického dramatu, který vede k řešení a může zapříčinit mnoho kladných změn, o něž usilovali“ (Masters, Houstonová, 2004, s. 249), pronikají do podstaty svých obtíží. Podle zmíněných autorů lidé v prožívání na této úrovni často prožívají a účastní se mýtů zrození, evoluce, splnutí s prvotním oceánem, velmi časté i dle Grofa je prožití smrti a znovuzrození, laicky s oblibou a nepřesně označované jako smrt ega. Dále se mohou objevit vize totemových či silových zvířat, symboly známé z duchovní literatury různých kultur (strom života, kříž, mandala), prožívání historických událostí (křížové výpravy, hony na čarodějnice, bitvy, korunovace), někdy s jejich rozsáhlými podrobnostmi a detaily, jejichž pravdivost se poté dá doložit dodatečným studiem historických zdrojů z konkrétního období (Grof, 2017), což vyvolává mnohé otázky a pro prožitky a vzpomínky celého lidstva, především ty silně emočně nabitě, pro další badatele to může být také jedním z argumentů potvrzujících teorii reinkarnace. Dalším typickým prožitkem symbolické úrovně jsou různorodé rituály, přechodové rituály, obřady dospívání, plodnosti, obřady zasvěcení (v bojovníka, do určitého vědění, stavu). Tyto zážitky jsou pro jedince subjektivně velmi

důležité a přináší rozpoznatelnou změnu i v následném každodenním životě (Grof, 2017; Masters a Houston, 2004).

Symbolizace ve formě obřadů/rituálů, se mohou zvýšeně objevovat proto, že jsme na tuto formu jako lidé fylogeneticky zvyklí, může to být známá, lidem přirozená forma přechodu z jednoho stavu do stavu jiného, uchopitelný přerod ze starého k novému. Rituál zajišťuje, aby přechod mezi stavy byl i psychicky symbolicky zpracován, aby proběhl pro člověka i vnitřně. „Bez rituálu by ke změně (porod, smrt, dospělost) sice stejně došlo, ale zůstala by symbolicky nezpracovaná, nevyjádřená, skrytá na pozadí jako potenciální trauma“ (Kozák in Tylš et al., 2017, s. 23). Symbolická úroveň nese v sobě více významu, než mohou pouhá slova na racionální úrovni. „Lidské tělo a prostor kolem člověka jsou nabitý symbolickým potenciálem, který, pokud je správně využit, dokáže katalyzovat procesy, které přesahují slovní pojmový aparát. Jak se říká ‚někdy jedno gesto vydá za tisíce slov‘. V případě rituálu se jedná přesně o práci s touto dimenzí.“ (tamtéž, s. 22) Někteří tvrdí, že dnešním lidem v životě chybí opravdu nosné, významem nabitě rituály, i když samozřejmě naše kultura nějaké stále uchovává (ohňostroj a přípitek na začátek Nového roku, svatba, maturita atd.), ale jak je výše zmíněno, nedostatečně symbolizované přechody pak mohou v člověku dál žít jako potenciálně traumatické a neodžité, nesymbolizované události a i proto si ve stavech změněného stavu vědomí razí svoji cestu a probíhají tak, jak psychika potřebuje, aby ony události a přechody zpracovala a mohla se tak posunout na novou úroveň.

Známý antropolog Arnold van Gennep ve své knize *Přechodové rituály* (1996) rozdělil průběh přechodových rituálů na tři fáze: separace, liminalita a reintegrace. Religionista Mircea Eliade (2004) si navíc povšiml výrazné přítomnosti symboliky smrti a znovuzrození, symboliky, kterou zdůrazňoval Grof a která se v psychedelickém procesu často objevuje. Autoři popisují prožitky, kdy jedinec nejdříve umírá pro svou „starou realitu“, zbavuje se svých původních rolí, poté se nějakou dobu nachází na prahu, vstupuje do Jiného světa, do magického kraje divů a poté se proměněn navrací do světa každodenní reality, znovu se rodí do symbolické soustavy pojmů a sociálních rolí. Toto rozdělení může také pěkně zachycovat to, co se děje při psychedelické zkušenosti, kdy v první fázi separace člověk přechází do neznáma, jeho „staré já umírá“, může být doprovázena úzkostí, symbolickým protivenstvím jako je tma, samota, neznámo, hrůzyplné výjevy apod. Tato fáze tedy může být tím, co lidé nazývají smrtí ega. Ve fázi liminality člověk vstupuje do Jiného světa, který může nabývat mnoha podob, ale často jde o zážitek jednoty – s kmenem, lidstvem, životem, Bohem, může jít také o setkání s předky, s vyšším principem a přináší určité poznání či vědění o sobě samém či o fungování světa a vesmíru. Je to fáze individuálního setkání s posvátnem. Konečná fáze reintegrace je návratem

do běžného života a vnímání, znovuzrozením, přijetím nových rolí, návratem s nově nabitým poznáním, které si člověk může odnášet a těžit z něj ve svém každodenním životě (Kozák in Tylš et al., 2017).

Toto rozdělení mi navíc připomíná i Wilberovo pojetí přechodu na další stupeň vědomí, jeho tři „subfáze obratu“, ale zpřeházené. *Liminalita* by představovala Wilberovu 1. fázi obratu, splynutí s určitým světonázorem, identifikaci s danou úrovní vědomí, 2. fáze obratu, tedy uvědomění si nedostatečnosti dosavadní úrovně a ukončení identifikace s ní, by byla van Gennepovou fází *separace*; a 3. fáze obratu, tedy přijetí nové úrovně a postupná integrace nového pohledu na svět, nové úrovně, by mohla být van Gennepovou fází *reintegrate*. Postup je tedy asi stejný a záleží jen na tom, odkud se na něj díváme a co vnímáme jako počátek nové fáze.

Dalším častým rituálním tématem psychedelické zkušenosti na symbolické úrovni je mýtus věčného návratu a vykoupení z koloběhu života, tedy něco, co můžeme připodobnit k buddhistickému stavu nirvány nebo vyvanutí, tedy zbavení se nutnosti stále se reinkarnovat, navracet se do koloběhu života a smrti, zrození a umírání. Jde o vykoupení, které může najít svou podobu v symbolech všech světových náboženských tradic. Poukazuje opět na téma smrti, znovuzrození a porodu, v další rovině i na zrození na duchovní úrovni. Mytologická symbolika může být nicméně velmi různorodá a prožitek na sebe může brát nespočetné podoby, objevují se mýty stvoření světa, hrdinské mýty a mýty o dítěti-hrdinovi, mýty o bozích a bohyních jako hybných silách světa i duše, mýty o ráji a prvním hříchu, mýty o polaritě (světlo a tma, řád a chaos), mýty o svaté pouti, o androgynní bytosti (spojení mužství a ženství), o krvesmilstvu a otcovraždě (Oidipus, Elektra), o taškáři a nespočet dalších (Masters, Houstonová, 2004). Jedná se často o psychodynamické materiály, které na sebe berou podobu mýtu a tím symbolicky zprostředkovávají svůj obsah a vnitřní dramata daného jedince a s nimi možná spojená i dramata kolektivní. V těch šťastnějších případech a i díky dostatečně podpůrnému rámci sezení pak odhalená mystéria vrcholí mocným rozuzlením celého dramatu. Jedinec pak při jejich dalším zpracování a integraci psychedelické zkušenosti může z vyjeveného těžit, nějak mu porozumět a zakotvit ho.

Autoři také pojednávají možnou podobnost mezi psychedelickou zkušeností a snem, sen i toto symbolické drama při změněném stavu vědomí mohou zobrazovat problematické osoby, spory a obavy jednotlivce, ale sen tak činí často obtížně vysvětlitelnými symboly, které brání jednoduchému pochopení jejich hlubšího smyslu a souvztažností, zatímco symbolické drama psychedelické zkušenosti využívá spíše dobře čitelné a pochopitelné symboly a analogické výjevy s prostým dějem (tamtéž).

Mytická a mytopoetická forma psychedelické zkušenosti a snů je jakýmsi archaickým polem, kde se nerozlišuje čas ani prostor, je typická pro nejhlubší roviny duše. Vědomí se do ní noří a umožňuje vznik něčeho nového. Můžu zde zmínit další hypotézu využívanou k vysvětlení změněných stavů vědomí v kontextu výzkumů používajících neurozobrazovací metody, jíž je teorie entropie systému mozku. Komplexní systémy, jako je náš mozek, se vyznačují tím, že se nacházejí v rovnovážném homeostatickém stavu a teorie entropie popisuje to, co se stane, když se od tohoto stavu vychýlí do stavu kritického či subkritického. Neurozobrazovací studie při užití psychedelické látky psilocybinu ukazují, že se mozek dostává do tohoto vysoce entropického, tedy chaotického, stavu a mozek vykazuje známky kritického chování (Jaycay in Tylš et al., 2017; Carhart-Harris, 2018). Stav vědomí, při zvýšené entropii, tedy zvýšeném chaosu a kritikalitě v mozku, je touto teorií pojímán jako primární stav vědomí, který je odlišný od stavu vědomí, který je běžný v každodenním bdělém stavu dospělého jedince, tedy vědomí sekundárního. Koncept se zde prolíná s psychoanalytickým pojetím Id a vývoje ega, kdy Id ztělesňuje toto primární vědomí a s vývojem ega se postupně učí nabývat nových rovnovážných stavů vědomí sekundárního, díky němu jsme mimo jiné schopni metakognice, tedy reflexe vlastního myšlení a chování. Při intoxikaci psychedelickou látkou, snění během spánku či akutní psychóze vědomí regresivně sestupuje do stavu primárního vědomí (Jaycay in Tylš et al., 2017). Kritikalita mozku navíc vysvětluje zvýšenou senzitivitu jedince pod vlivem psychedelické látky k podnětům přicházejícím z vnitřního i vnějšího prostředí (Carhart-Harris, 2018) a takto vzniklá entropie mozku může ve výsledku přinést hluboké změny. Změny takových rysů, v dospělosti braných jako velmi stabilních, jako jsou rysy osobnostní. Nejčastěji se na základě psychedelické zkušenosti s látkou LSD měnil rys otevřenosti (openness, měřeno na základě dotazníku NEO-PI-R), který je spojován s představivostí, vyhledáváním nového, oceňováním estetického, nonkonformitou a kreativitou (Lebedev et al., 2016). Sekundární vědomí, tedy stav s nízkou entropií, je stav tzv. hyperstabilní, což se v každodennosti může hodit, ale je také charakterizován rigidním myšlením a nízkou kreativitou, což v dnešním rychle se měnícím světě vyžadujícím jistou míru flexibility už tak příhodné není. Příkladem stavu s velmi nízkou entropií je sedace, nREM spánek a také patologické stavy jako deprese, obsedantně-kompulzivní porucha či závislost, proto také krátkodobé zvýšení entropie působí terapeuticky především u těchto duševních obtíží (Tylš, 2015).

Pokud můžeme při těchto stavech zažít něco hodnotného a v důsledku adaptivního, například mystickou náboženskou zkušenost, dočasný návrat do primárního stavu vědomí tedy není pouze patologickou záležitostí, ale naopak vede k pozitivním změnám i v rámci tak

stabilních struktur jako jsou osobnostní rysy, nahrávalo by to spíše psychodynamickým modelům vývoje vědomí, jako je ta Wasburnova, kdy se zralé formy vědomí navracejí k těm primitivnějším a umí je nějakým způsobem integrovat a těžit z nich. Částečně teorie entropie může také objasnit, proč na sebe berou prožitky tak často mytickou a archaickou podobu.

Úroveň, na níž se nacházejí ty nejhlubší psychedelické prožitky, se dle Masterse a Houstonové (2004) nazývá integrální. Tato úroveň může nabízet prožitky a obsahy, kterých se běžné terapeutické směry dotýkají jen málokdy. Tyto prožitky na sebe berou podobu, kterou účastníci sezení popisují nejčastěji jako mystickou či náboženskou a bývají považovány za ty nejvíce transformativní. Zástupci mnohých náboženských a mystických tradic se brání proti pojetí psychedelických zážitků jako mystických či duchovních a nesouhlasí s tím, že by požití nějaké chemické látky mohlo nahradit mnohaletou duchovní praxí, čemuž se nemůžeme divit. Nicméně užívání psychedelických látek nacházejících se v přírodě ve všech oblastech světa je doloženo již po několik tisíc let historie člověka a některé teorie dokonce tvrdí, že užívání těchto látek umožnilo lidstvu vyvinout se z opic (McKenna, 1999). Kultury, které si dodnes zachovaly rituální způsoby užití těchto látek, tak činí s velkým respektem k nim a považují je za posvátné, umožňující přímý kontakt s bohy a dalšími bytostmi. Aztékové nazývali houby obsahující psilocybin užívané k náboženským rituálům *teonanácatl*, což v jejich jazyce znamená „tělo/maso bohů“, podobný odkaz nalézáme také v názvu posvátné indické *sómy*, perské *haómy* a mexického *peyotlu*. Vzhledem k tomu, že mystické tradice dnešních velkých náboženství a přímý kontakt s posvátnem nebyly v jejich hlavním proudu nikdy moc podporovány, lidé, kteří se jim věnovali, byli často pronásledováni a kontakt s posvátnem byl spíše zprostředkovaný, třeba skrze duchovní představitele, nemůžeme se divit, že ani v dnešní době nejsou přístupy a zkušenosti přímého kontaktu s posvátnými a transcendentálními jevy náboženskými představiteli nikterak podporovány. Dále můžeme říci, že pokud tyto zážitky směřují člověka k menší konformitě, je možné, že se to nehodí představitelům a vůdcům nejen náboženským. Takto je i zdůvodňováno rozpoutání tzv. války proti drogám americkou vládou v sedmdesátých letech minulého století, které si dalo za cíl potlačit jakékoliv užívání psychotropních látek a s nimi spojenou vznikající kontrakulturu. Čtyřicet let poté vyhlásila Mezinárodní komise pro drogovou politiku na sněmu OSN tuto válku za neúspěšnou, nepřinášející pozitivní výsledky na poli sociálním, ekonomickém ani jiném. Dovolím si tvrdit, že válku proti drogám, vyhlášenou americkým prezidentem Nixonem, spustilo především užívání psychedelik a dalších látek měnících vědomí a s nimi spojená vlna odporu k tehdejšímu establishmentu a Vietnamské válce.

Mnozí mohou namítnout, že drogy jsou přece nebezpečné a návykové, ale platí toto tvrzení i v případě psychedelik? Klasické psychedelické látky se ukázaly dle mnoha výzkumů jako biologicky velmi bezpečné, nebyly u nich prokázány žádné specifické známky toxicity tělesné ani nervové a to jak u zvířat, tak u lidí. Pro představu: LD50, tedy medián letální dávky, kdy polovina zvířat při podání této dávky zemře, je u LSD 4000× vyšší než dávka účinná, tedy taková, kterou zvíře či člověk pocítí. U psilocybinu je LD50 640× vyšší než účinná dávka a pro srovnání u nikotinu jde o 21× a u aspirinu o 199× vyšší dávku, než je dávka účinná. Vidíme tak, že tyto látky jsou somaticky bezpečnější, než mnohé z těch, které užíváme běžně, někteří každý den. Co se týče závislostního potenciálu, psychedelika nepůsobí tak, jako jiné drogy (např. heroin, pervitin) na centrum odměny v mozku (nucleus accumbens v limbickém systému) a tak nevyvolávají fyzickou závislost (Andrashko a Molčanová in Tylš a kol., 2017). Navíc jejich působení způsobuje okamžité zanoření serotoninových receptorů ústící v efekt tolerance, kdy k vyvolání podobného účinku v hodinách i dnech po požití první dávky psychedelika potřebujeme dávku mnohokrát vyšší. Pro lepší představu, kdybych požila jeden den několik psilocybin obsahujících hub, druhý den bych potřebovala několikanásobek dávky předešlého dne, abych dosáhla podobného prožitku a tento efekt se s opakováním zvyšuje. I proto je u těchto látek vznik závislostního syndromu nepravděpodobný. Z mé zkušenosti z dobrovolnické práce v harm reduction projektu PsyCare, navíc opakované užívání psychedelických látek v krátkém časovém horizontu, často navíc spojené s tělesnou únavou a mnohdy také kombinací s užíváním jiných psychotropních látek (alkohol, marihuana) zvyšuje pravděpodobnost nepříjemných prožitků, často nazývaných „bad trip“.

Psychedelika mohou být bezpečná po somatické stránce, ale neznamená to, že jejich užití s sebou nese žádná rizika. Rizikové mohou být právě jejich účinky na psychiku člověka, o kterých vlastně pojednávám v celé této části své práce. Důležitou roli zde hrají tzv. *set* a *setting*, které ve velké míře ovlivňují i samotný obsah prožitku. *Set*, tedy vnitřní nastavení člověka chystajícího se užít látku, jeho osobní historie, osobnostní a hodnotové nastavení, záměr a očekávání od užití látky; a *setting*, tedy kontext a prostředí, ve kterém látku užije, zda se jedná o prostředí interiéru, venkovní, v rámci nějakého rituálu, rekreačního či terapeutického užití. Také je důležitá přítomnost či nepřítomnost zkušeného sittera, který může být při změnách stavů vědomí velkou oporou, ať už se jedná o psychoterapeuta, šamana či kamaráda. Cennou roli zde mohou hrát také psychedelické harm reduction projekty, tedy projekty zaměřující se na minimalizaci rizik užívání psychedelických látek, jako je již zmíněný český projekt PsyCare. Tyto projekty si kladou za cíl informování široké veřejnosti o hlavních principech bezpečného užívání těchto látek a v důsledku pak snižování nepříznivých dopadů

na psychické zdraví jejich uživatelů. Na místech zvýšeného užívání psychedelik, jako jsou některé hudební festivaly navíc slouží jako místo nabízející bezpečný setting klidné prostředí jurty, kde jsou k dispozici školení dobrovolníci, kteří mohou převzít úlohu sitterů pro lidi procházející náročnou psychedelickou zkušeností. Dobrovolníci také mohou poradit s následnou integrací zkušenosti (www.psycare.cz). Mezi nepříjemné pocity a prožitky vyvolané požitím těchto látek bývá úzkost, strach ze smrti či z toho, že se člověk „zblázní“, že „že se nevrátí, vize démonů, pekelných krajin, temnoty, oblud atp. Někdy ale náročná zkušenost může přinášet mnoho cenných vhledů, mnozí jedinci udávají, že jejich nejnáročnější zkušenosti byly posléze také těmi pro ně nejpřínosnějšími, záleží především na zvládnutí situace, jejím plném prožití v bezpečném rámci a následném zpracování, tedy integraci (Haijen et al. 2018, Gashi et al., 2021).

Jedním ze slibných vysvětlení tak vysokého vlivu setu a settingu na prožitek psychedelické zkušenosti je teorie psychedelik jako nespecifických amplifikátorů placebo efektu. Placebo efekt je často používaným nástrojem medicínské vědy, kdy se v placebem kontrolovaných studiích vědci snaží zjistit skutečný účinek látky, očištěný od očekávání, víry v uzdravení a ostatních podnětů, které na subjekty, i nevědomě, působí (Ševčík, Tylš, 2017). V psychedelických výzkumech se k tomuto efektu ovšem zaujímá opačný postoj, efekt očekávání v nich totiž nelze eliminovat a tak se vědci naopak snaží s ním pracovat a nefarmakologické faktory (set a setting) vědomě ovlivňovat. Příkladá se v nich důležitost očekávání subjektu/pacienta a také strukturaci a příjemnosti prostředí, ve kterém je psychedelická látka podávána. Pojetí psychedelik jako amplifikátoru placebo efektu také napomáhá vysvětlit, proč působí tyto látky terapeuticky nejlépe právě u poruch, které jsou na placebo citlivé, jako je deprese, úzkost a bolest (Tylš, 2015) a je také v souladu s původním šamanským pojetím léčení, které je vnímáno jako sebe-léčení (Ševčík a Tylš, 2017).

Integrální úroveň psychedelické zkušenosti je tou, na které se objevují zážitky, které prožívající jedinec vnímá jako náboženské (duchovní) či mystické. Prožitky na této úrovni bývají těmi nejvíce transformativní a v rámci psychedeliky asistované psychoterapie přináší také nejpozitivnější výsledky (Garcia-Romeu, Richards, 2018). Zájem o duchovní prožitky vyvolané psychedelickými látkami vyvolal spisovatel Aldous Huxley, když v roce 1954 vydal knihu *The Doors of Perception* (česky Brány vnímání, 1996), kde podrobně a poutavě popsal svůj zážitek s požitím mezkalinu a předložil myšlenku, že tyto jasnovidné psychotropní rostliny i jejich novodobé chemické deriváty mohou lidstvu poskytnout nové duchovní podněty, které by mohly upoutat více, než chození do kostela a byly by bezpečnější než užívání jiných

rozšířených drog jako je alkohol. I to podnítilo Waltera Pahnkeho v roce 1962 na Velký pátek k experimentu, který je známý jako „Good Friday Experiment“ nebo „zázrak v Marschově kapli“, který pak popsal ve své disertaci na Harvardově univerzitě. Pozval v ten den dvacet studentů teologie a několik zkušených průvodců, polovině ze zúčastněných podal vyšší dávku psilocybinu a druhé polovině placebo. Ani subjekty ani výzkumníci a průvodci nevěděli, kdo dostal látku aktivní a kdo placebo. Chtěl tak ověřit, zda se dají prožitky vyvolané psychedeliky popsat pomocí kategorií, jimiž se popisují zážitky mystické. Devět z deseti účastníků, kteří dostali psilocybinové kapsle uvedlo, že měli náboženské prožitky, které považovali za skutečné a tento prožitek popisoval také jeden z těch, který dostal placebo.

Pahnke měřil mystické zkušenosti pomocí v té době jediného existujícího dotazníku v této oblasti, který sestavil na základě osmi kategorií, na nichž se shodovali uznávaní badatelé jako byl W. James, E. Underhill a W.T. Stace (Doblin, 1991). Těchto osm kategorií zachycuje:

- 1) pocit jednoty,
- 2) přesažení času a prostoru,
- 3) pocit posvátnosti,
- 4) pocit reálnosti prožitku, smysl pro objektivitu,
- 5) prožitek hlubokých pozitivních emocí,
- 6) nepopsatelnost slovy,
- 7) paradoxnost,
- 8) pomíjivost.

Pro srovnání, Stace ve své klasické studii *Mysticism and Philosophy* (1960) popisuje:

- 1) unitární vědomí jako takové „které vyloučilo nejrůznější pojmy smyslového a konceptuálního či jiného empirického obsahu, takže tam zůstává pouze prázdnota a prázdna jednota. To je základní podstatná, prvopočáteční charakteristika, ze které nevyhnutelně vyplývá většina dalšího“ (Stace in Masters, Houstonová, 2004)
- 2) pocit bezprostorovosti a bezčasovosti, vyplývající z prvopočáteční charakteristiky unitárního vědomí,
- 3) smysl pro objektivitu a skutečnost,
- 4) pocit požehnání, radosti, míru, štěstí atd.,
- 5) pocit posvátného, svatého či božského prožitku,
- 6) paradoxnost,
- 7) dle mystiků něco nevýslovného.

Stace navíc rozděluje dva druhy mysticismu a to vnitřní a vnější, introvertní a extrovertní, dle používaných technik, oba ale nakonec vedou ke stavu prožitku Konečné jednoty. V Pahnkeho experimentu tedy podle něj měly subjekty, které obdržely psilocybin prožitky, které splývaly či byly totožné s kategoriemi, kterými definoval mystické prožitky (Pahnke in Masters a Houstonová, 2004). Ve většině současných výzkumných studií se využívá Hoodova 32-položková škála mystické zkušenosti (1975, 2001) a škála změněných stavů vědomí ASCs (Studerus a kol., 2012).

Mysticko-náboženský nádech psychedelické zkušenosti popisuje i řada dalších autorů vědeckých studií (mj. T. Leary, W. Richards, S. Grof), k četnosti takových prožitků velmi přispívá, pokud je prostředí podání látky laděno náboženským či rituálním stylem. Potvrzuje to důležitost zmíněného setu a settingu, kdy očekávání a přání mystického prožitku ovlivňuje jeho výskyt, stejně tak když podáme psychedelické látky studentům teologie či využijeme nábožensky laděného prostředí (např. kaple, či medicínského kruhu s oltářem uprostřed), počet nábožensky laděných prožitků stoupá. To potvrzuje i studie Griffithse a kolektivu (2006) s psilocybinem podaným 30ti zdravým dobrovolníkům, z nichž většina patřila k nějaké náboženské či duchovní skupině a zbylí měli alespoň občasný kontakt s obřady takovéto komunity (mše, modlitby, meditace). Látka byla podávána v útulném a bezpečném prostředí. Na základě již zmíněné mystické škály (Hood, 2001) a dotazníku stavů vědomí jim vyšlo, že subjekty, které požily psilocybin, bodovaly na obou škálách významně výše než ti, kteří dostali placebo. 22 ze 36 sledovaných splnilo kritéria prožití mystické zkušenosti. Při dalším sledování podávali svědectví o tom, že jejich nálada, pozitivní přístup, sociální vztahy i chování se zlepšily, při dotázání se na smysluplnost a význam zážitku, dokonce 67% z dotázaných odpovědělo, že šlo buď o nejvýznamnější prožitek jejich života nebo jeden z pěti nejvýznamnějších a řadili ho k událostem jako narození jejich dítěte či smrti jednoho z rodičů, asi pro třetinu z nich to byla jedna z duchovně nejvýznamnějších zkušeností (Griffiths et al., 2006). Autoři se snažili pečlivým designem studie přijít na to, zda psychedelické látky doopravdy mohou zpřístupnit prožití mystického stavu tak, jak to naznačovaly původní známé výzkumy šedesátých let.

Podle kritiků uměle navozených mystických zkušeností mohou být kritéria prožití setkání s Jednotou, Božským principem, různá a lidé, kteří nemají doposud zkušenosti s prožitím mystického stavu, za něj mohou považovat i prožitky, které mystické nejsou, jsou třeba jen vzrušující, nadpřirozené, avšak s chybějící hloubkou. Můžeme říci, že všechny psychedelické prožitky rozhodně nemusí být mystické a že i v oněch mystických prožitcích můžeme najít

různé úrovně, když použijeme Wilberovu terminologii, může jít o úroveň psychickou, jemnou a kauzální a tedy mysticismus přírodní, božský, neformový a nedvojný. Zajímavostí je, že i v mystických tradicích popisovaných v tradiční duchovní literatuře můžeme najít určité analogie s úrovněmi prohlubující se psychedelické zkušenosti dle Masterse a Houstonové, kdy se člověk například při meditaci setkává nejdříve s náhlými tělesnými vjemy, objevuje se rozšířené smyslové vnímání, pochopení vlastních psychodynamických pochodů, přes úroveň jasnovidného a symbolického vnímání až k setkání se světlem, základem Bytí, Jednotou, božskou všeprostupující přítomností či plnou Prázdností. Mystické zážitky se i dle Williama Jamese (1930) liší spíše svým stupněm než druhem a jsou definovány setkáním či konfrontací s hlubinou vlastního bytí, stavem, kdy se hlubina osobního bytí rozpustí v transpersonálních hloubkách a člověk se ve vlastní nejhlubší podstatě sjednotí s nejhlubší podstatou veškerého bytí.

A jako ne každý psychedelický zážitek je zároveň mystickým, můžeme si připomenut, že stav vědomí není to samé co stupeň vědomí. A tak prožitek chvilkového osvětlení nemusí znamenat, že se člověk stane osvětleným a že se tedy nějak změní jeho vnímání, myšlení a chování. Právě zasazení poznání do běžného života, ta již zmíněná integrace a schopnost změny, je tím, co podle mého názoru hraje nakonec největší roli. Není neobvyklé, že stavy změněného vědomí ve výsledku nepřinesou transcendenci ega, ale naopak jeho inflaci. Člověku setkání s vesmírným vědomím či jakýmkoliv nadpřirozeným a mimoběžným zážitkem zvedne sebevědomí natolik, že se cítí být výjimečným, vyvoleným, s přístupem k absolutní pravdě. Projevuje se to pak spíše než zvýšenou empatií, zkvalitněním mezilidských vztahů a vnitřním usebráním, jistým odosobněním a popřením některých stránek života. Hledáním spirituálního přesahu může dojít k zanedbání jiných stránek života tělesného, emočního a sociálního, nejde zde pak o integraci ale o útěk ze skutečnosti. Pro tento jev se také používá pojem duchovní bypass. Situace, kdy jedinci používají „duchovní snažení a přesvědčení k tomu, aby se vyhnuli osobním emočním problémům, zraněním a obtížím v osobním vývoji“ (Zuda in Winkler, Vančura, 2016, s. 237). Dochází k tomu u duchovně praktikujících a meditujících různých škol. U jedinců požívajících psychedelické látky se to nabízí snad ještě více, kdy nemusí jít o žádnou kontinuální duchovní praxi a práci na různých aspektech sebe sama, ale stačí požit dávku látky a ponořit se do změněného stavu vědomí. Vývoj vědomí je vždy určitá práce či cesta a i když je nám dovoleno na čas nahlédnout její možné výsledky či hlubší úrovně, kam lze po cestě dojít, vždy je ještě potřeba samotnou cestu podniknout.

4.1.1 Psychedelická zkušenost v kontextu teorie K. Wilbera

Pojďme se tedy, po tomto úvodu do světa psychedelických zkušeností na ně podívat z pohledu jednotlivých, v první části práce popsaných vývojových teorií vědomí. Ken Wilber ve svých knihách příliš nepojednává o psychedelických zkušenostech a jinými technikami vyvolaných změněných stavech vědomí, kromě těch v rámci dlouholeté praxe meditace. Poukazuje na fakt, že zkušenosti změněného stavu vědomí jsou pouze dočasné stavy a nejsou totožné se stupni vědomí. V rámci těchto zkušeností se podle něj můžeme podívat na svět pohledem stupňů vědomí, které stojí v jeho holarchii výše či níže než ten, na kterém se naše vědomí právě nachází, ale rozhodně to neznámá, že se tam můžeme trvale udržet. Tvrdí, že i když v takovýchto změněných stavech vědomí člověk, který se běžně nachází třeba na čtvrté úrovni, navštíví úroveň šestou, stejně na ni kouká vždy z perspektivy úrovně čtvrté a tedy jí vlastně vůbec nerozumí a žádné množství LSD nebo počet holotropních dýchání tento fakt nezmění (2001, s. 992). Upozorňuje na to, že Grofem popisované transpersonální stavy jsou pouze fenomenologickým popisem jednotlivých zkušeností, který je sám o sobě formován v intersubjektivním a dialogickém procesu, a nedotýkají se tak skrytých struktur, na nichž jsou transpersonální stupně založeny, a které samy o sobě do vědomí změněného pomocí LSD nebo holotropního dýchání nevstoupí (tamtéž, s. 993). Vhledy získané při vrcholných zkušenostech jsou tedy důležité, ale značně limitované a je nutná jejich postupná integrace a stabilizace v běžném vědomí, s čímž mohu souhlasit. Zdá se, že prožitky změněných stavů vědomí bez dalšího zpracování nejsou tolik přínosné jako ty dobře zpracované a integrované. Tyto prožitky mohou být cenným přínosem duševního a duchovního života člověka, což mohu říci i ze své zkušenosti a popis jedné takové své zkušenosti přikládám v Dodatku. Mohou ukazovat i určité směřování, ve Wilberově pojetí potenciální stupně vývoje vědomí, k nimž jedinec může směřovat. Akorát se zdá, jak Wilber poukazuje, že navštěvování těchto stupňů vědomí pomocí psychedelik, holotropního dýchání, jógových a jiných technik samo o sobě nestačí, ale musí být zasazeno do nějaké kontinuální praxe psychotherapeutické, kontemplativní či jiné, pro dosažení dlouhodobé duševní pohody a vývoje. Přínos těchto technik ostatně oceňuje i Wilber (2001; a v rozhovorech pro média) jako cenný nástroj rozpuštění běžných hranic našeho vnímání světa a sebe sama a při hledání našeho „pravého já“.

Když se zamyslím nad Wilberovým pojetím vývoje vědomí jedince a jeho stupňů a pokusím se je aplikovat na zážitky sezení s psychedeliky, holotropním dýcháním ad., svými a dalších lidí z mého okolí i popsaných v literatuře (např. Tyliš a kol., 2017), zdá se mi, že lidé při těchto zážitcích navštěvují jednotlivá období svého předchozího vývoje nebo naopak stupně

potenciálního dalšího vývoje. Vysvětlením pro znovuprožívání zážitků z dosavadního vývoje dle Wilberovy teorie by mohla být ona „uklouznutí lezce lezoucího po žebříku“, která zanechala určité části lezcova potenciálu na těchto nižších příčkách, jejich znovuprožití je pak může z těchto příček vysvobodit a dostat na příčku současnou. Nemyslím si ale, že je tento potenciálně léčivý proces Wilberem blíže uchopen a nevím, jak přesně by dle jeho teorie probíhal. Vysvětlením pro návštěvu vyšších transpersonálních stupňů může být rozpuštění dosavadních hranic vnímání sebe, času a prostoru a schopnost nahlédnout za tyto kategorie. Těžko ale říci, co by dle této teorie tyto zážitky navádělo, co by udávalo, do kterého stupně se člověk bude moci podívat.

Vnímám Wilberův velký přínos v ustálení určitého pojmosloví, v pojmenování jednotlivých stupňů vývoje prepersonálních (preegoických), personálních a transpersonálních. Především rozdělení stupňů a typů stavů transpersonální sféry (psychická, jemná a kauzální) vnímám jako cenné pro další zkoumání těchto prožitků a pro naši orientaci v nich, a to i přes to, že nemusí být v souladu s pojetím některých duchovních tradic (viz třeba Caprilesova kritika z pohledu buddhismu a dzogčenu, 2006) a přestože většina z nás k některým stupňům či stavům nikdy nezíská přístup, může nám to pomoci porozumět lidem, kteří ho mít můžou.

Psychedelická zkušenost v kontextu jeho teorie by nejspíš mohla fungovat tak, že se člověk dostane svým dočasným stavem na stupeň vědomí, na který se z nějakého důvodu dostat potřebuje. Například z důvodu, že na tomto stupni vývoje byla odštěpena, disociována část „já“, ta může být novým a zralejším pochopením situace zpětně integrována do celku já. Takto může člověk postupně odstraňovat fixace a disociace (Wilber, 2010) a když dostatečně posbírání svůj růstový potenciál, může začít rozpouštět hranice tohoto svého „já“ a navštěvovat stavy vyšší jednoty, stavy transpersonálních stupňů na cestě k evoluci svého vědomí. Wilber si pochvaluje život v době, kdy máme přístup k učení Freuda i Buddha, ke studiu hlubin i výšin vědomí (tamtéž).

4.1.2 Psychedelická zkušenost v kontextu teorie M. Washburna

Psychodynamická teorie vývoje vědomí popsaná Washburnem (Washburn, 1988, 1990, 1994) pojímá tento vývoj jako spirálu vedoucí k integraci spíše než žebřík směřující k jednotě. Teoreticky uchopuje a popisuje stavy, kdy se člověk regresivně vrací zpátky k minulým prožitkům ze svého současného místa zralejšího integrovaného já, prochází stavy nepříjemnými, do té doby potlačovanými, rozvazuje pouta primární represe a alienace, kořeny

dualismu, což jistě není vůbec lehký proces. Připodobňuje tento proces, který nazývá regresí ve službách transcendence, k jevům v Západní mystické literatuře zvaných jako „temná noc smyslů“ a na ní navazující „temná noc duše“ (Sv. Jan od Kříže in Washburn, 1994). Washburn zde podrobně popisuje psychodynamické procesy, kterými je potřeba projít během cesty za vyšší integrací „já“ a cesty k transcendenci (ega), včetně dějů očisty na úrovni těla, mysli i duše, vyprahlosti, ztráty vůle atd., které se mohou vztahovat k procesům samovolným (psychospirituálním krizím), vyvolaným duchovní praxí či užitím psychedelických látek. Washburnovy postřehy tak mohou sloužit pro pochopení a hlubší porozumění i velmi náročným psychedelickým zkušenostem a jejich obsahům. Což se mi zdá o něco méně romantické pojetí než to Wilberovo, v němž se zdá, že proces integrace potlačených částí „já“ je vlastně celkem jednoduchý a je něčím, k čemu člověk celou dobu směřoval. Washburnovo pojetí mi také pomáhá pochopit to, proč ty nejnáročnější psychedelické prožitky jsou lidmi často hodnoceny zpětně jako ty pro jejich život nejpřínosnější a nejdůležitější (Haijen et al., 2018, Gashi et al., 2021). Vnímám jako paradox, že Wilber naopak označoval pojetí Washburna a dalších psychoanalyticky laděných autorů coby retro-romantizující, přičemž jeho vlastní pojetí je v lecčem podobné, akorát méně propracované co se týče procesů integrace částí „já“ potlačených či odštěpených během vývoje (Wilber, 1982, 1990).

Jako cíl transcendence pojímá Washburn integraci a integrovaný život, podobně jako C. G. Jungem popsany dokončený proces individuace (např. Jung, 1994), který se vyznačuje některými rysy přesažení primární represe a alienace, a to například intersubjektivní transparentnost a intimita vztahu ve stylu Buberova setkání Já a Ty (Buber, 2005), stavy blaženosti a požehnání, spirituálního naplnění, zralé kontempace (Eliadem nazvané enstáze v kontrastu se stavy extáze, Eliade in Washburn, 1994, s. 301), vyšší stupeň (terciární) kognice a vtělené duchovní síly, vtělené spirituality. Popisuje tento stav jako spojení ega a dynamického základu ve smyslu symboliky posvátného sňatku, hieros gamos, což je cestou v kultuře zastoupenou jen omezeně, ale v každé generaci znovu objevovanou a některými jedinci procházenou a je možné, že s účelně zaměřeným využitím psychedelických látek možná do budoucna i častější a snad i potřebnější než dříve. Psychedelické zkušenosti, které jsou naopak veskrze pozitivní, přinášející pocity blaženosti, požehnání, posvátnosti apod. mohou být vzhledem do toho, jaký by mohl být stav vyšší integrace a tedy kam by člověk na své cestě mohl směřovat a co by pro to mohl udělat.

4.1.3 Psychedelická zkušenost v pojetí S. Grofa

Výhodou Grofova modelu v popisování psychedelických zkušeností je, že na nich byl přímo postaven. Vychází z pozorování a vedení tisíců psychedelických sezení (Grof, 1993, 2007), v nichž začal postupně objevovat určité vzorce prožitků, a začal tak mapovat oblasti, do kterých se lidé pod vlivem látky (většinou LSD) dostávali. Rozdělil jednotlivé sféry vědomí a nevědomí na personální (osobní), perinatální a transpersonální s důrazem na jejich spojení s jednotlivými fázemi porodu jejichž spojícím prvkem je určitý energetický a hlavně emoční náboj (systémy kondenzované emoční zkušenosti, COEX). Podle jeho teorie se psychedelické subjekty nejdříve vrací ke znovuprožití zásadních emočně nabitých okamžiků osobní historie, poté k prožitkům provázaným s jejich porodem, jež jsou nakonec branou i k prožitkům transpersonálním. Jím pojaté úrovně a druhy psychedelických zkušeností ve větší míře souhlasí s těmi výše popsány u Masterse a Houstonové. Jeho teorie také v lecčem souhlasí s psychodynamickou teorií Washburnovou, nejspíše i proto, že i Grof prošel psychoanalýzou a jako mladý psychiatr přistupoval k lidské psychice z tohoto pohledu, dokud nebyl nucen pohled rozšířit o nové oblasti právě kvůli jevům vyskytujícím se napříč psychedelickými zkušenostmi, které již nemohl vysvětlit v perspektivě klasické analýzy (Grof, 1992a, 2013).

Psychedelické prožitky jsou podle něj naváděny jakousi vnitřní léčivou silou, která postupně vyzdvihuje do vědomí důležité emočně nabitě zážitky nejprve z osobní historie, zásadní události většinou traumatické povahy, nejen takové, které byly život ohrožující, ale i takové, které jedinec subjektivně vnímal jako ohrožující nebo traumatizující (např. odmítnutí ze strany rodiče, posměch ze strany spolužáků apod.). Přes ně se člověk dostává do zážitků prenatalních a perinatálních s důrazem na tu fázi, kde něco neproběhlo zcela hladce nebo s níž je provázán emoční náboj opakující se v postnatálním životě. Perinatální oblast zážitků je dle Grofa také silně provázána se symbolikou transpersonálních oblastí, je „důležitou styčnou plochou mezi biografickou a transpersonální úrovní psyché. Je branou k historickým a archetypálním aspektům kolektivního nevědomí v Jungově pojetí. (...) Ztotožnění s plodem nuceným projít porodními cestami zprostředkovává zřejmě přístup k zážitkům lidí z jiných dob a kultur, různých zvířat a dokonce i mytologických postav“ (2013, s. 168). Jde zde tedy spíše podle mého názoru o setkání s obsahy kolektivního nevědomí přes most kterým je perinatální oblast, jsou to tedy obsahy z oblasti, které sice člověka přesahují, ale také mu předcházejí a je zde možná na místě Wilberova kritika záměny pre za trans nebo minimálně poukázání na to, že nevíme, zda jsou sféry pre a trans totožné či nějak provázané. I dle Grofa člověk tyto zážitky znovuprožívá z důvodů, že je potřebuje nějak integrovat, dořešit a jejich silný emoční náboj

uvolnit, vyjádřit a vyčistit (ve smyslu duchovní purifikace) na cestě k jevům Wilberem pojímaným jako čistě transpersonálním, vyšším, ego přesahujícím. Sféry pre- a transpersonální nejsou Grofem oddělovány, vnímá je jako vzájemně propojené.

Grofovy statě jsou důležitým průkopnickým dílem na poli transpersonálního myšlení pomáhajícím uchopit různorodost psychedelických prožitků a jsou východiskem pro uchopení transpersonálního přístupu k psychoterapii. Nejsm si jistá, zda v nich dokážu nalézt nějaká specifická ucelená východiska pro vývoj vědomí jednotlivce, která by se nějakým zásadním způsobem lišila od Washburnovy psychodynamické teorie vývoje. Vnímám zde důraz na znovuprožití dosud neuchopených, potlačených a neintegrováných prožitků pro další a celistvější prožívání a bytí ve světě. Nicméně jeho vize společnosti, kde by bylo více jedinců, kteří by si takto mohli znovuprožít neodžítá a nesymbolizovaná traumata je velmi pozitivní a vnímám ji jako jednu z možných odpovědí na výzvy dnešní doby a hrozbu nadcházejících krizí (Laszlo, Grof, Russel, 2013).

4.2 Zhodnocení psychedelické zkušenosti v kontextu vývojových teorií vědomí

Mám za to, že pokud může využití psychedelických látek a změněných stavů vědomí být terapeutickým nástrojem při léčbě některých psychopatologií a přinášet pozitivně vnímané změny (jedincem i jeho okolím), může to být známkou toho, že by se mohlo jednat o cenný a efektivní nástroj i pro vývoj vědomí u člověka bez diagnostikované duševní poruchy. Osobně vnímám psychické zdraví jako dobrou adaptibilitu jedince spojenou s vyšší kvalitou jeho života a s nimi mám spojený i vývoj vědomí, který by měl podle mého názoru spět právě k dobré adaptabilitě na nové výzvy a měnícímu se prostředí a přinášet vyšší úroveň kvality života. V otázce zaměňování prepersonálních a transpersonálních obsahů a sfér nás zážitky změněných stavů vědomí vedou spíše k tomu, že tyto sféry nejsou striktně oddělené, minimálně ve změněných stavech vědomí se často prolínají. Při studiu literatury jsem se postupně začala v této otázce názorově přiklánět k teoretikům pojímajícím vývoj psychodynamicky, kteří právě tyto dvě sféry vnímají jako fenomenologicky propojené, bez striktních hranic. Tyto hranice dle Washburna přináší právě vývojové hledisko, kdy prepersonální sféra vývojově předchází té osobní a té transpersonální. Ve většině případů se totiž dospělý člověk prožívající regresivní stavy při změněném stavu vědomí nevrací zcela či dlouhodobě do úrovně vědomí a vývoje, na které byl před vystavěním svého ega, ale vrací se k nim právě z pozice již vystavěného ega, které může dočasně odložit či nechat rozplynout. Což mě také vede k myšlence, že pro některé

jedince je užívání těchto látek a používání technik k navození změněných stavů vědomí nevhodné, a to především pro ty, kteří nemají ego dostatečně vystavěné, tedy jsou osobnostně křehcí a rozpuštění struktury já/ega by mohlo vést k jeho déletrvajícímú rozpadu, například ve formě propuknutí psychotického onemocnění. Nicméně i u těchto lidí může být velmi cenné vnesení duchovních otázek do jejich života a terapie, po kterých ostatně dle některých autorů pahnou (Laing, Assagioli ad.) a je také možné, že mají s těmito sférami určité nepřerušené spojení, například z pohledu Washburna by mohlo jít o neúplné potlačení dynamického neegoického základu během vývoje v dětství. Toto prolínání sfér může být přijato s nehodnotícím přístupem a s důrazem na důstojnost jedince i díky našemu pochopení, odkud dané obsahy přichází a že je možné s nimi navázat vztah i při vytvoření stabilního zralého „já“ – ega. Cením si klinické zkušenosti S. Grofa a dalších autorů, kteří staví své teorie právě na prožitcích a příbězích klientů, takové teorie mi pak přijdou nejvíce uplatnitelné při práci s lidmi. Wilberova teorie a jí podobné mi přijdou přínosné především didakticky, pro teoretické uchopování vývoje a terminologie s ním spojené, ty pak nicméně nemusí být vždy uplatnitelné v praxi.

Změněné stavy vědomí vnímám jako jednu z možností vytváření vztahu k numinozitě, k něčemu, co nás přesahuje, k duchovnu. Zdá se, že lidem dneška tento osobní vztah k transcendentnu může chybět a jeho navázání je ozdravné, ať už se děje jakýmkoliv způsobem, chozením do kostela či jiného svatostánku, zpíváním písní Matce Zemi kolem ohně či rituálním užitím psychoaktivních látek. Vnímám navázání tohoto vztahu jako důležitou součást osobního vývoje, vývoje po duchovní stránce, což může být stránkou, která ve vývoji zaostává, když se na jedince díváme z oné bio-psycho-socio-spirituální perspektivy. Z výzkumů, které zkoumaly možnost navození mystických prožitků užitím psychedelické látky nebo pomocí jiných technik, které jsem uvedla výše, myslím vyplývá, že je možné takové mystické zkušenosti prožít a tím také získat vztah s transcendentnem, ze kterého lze dlouhodobě těžit. Určitým omezením výzkumů a publikací je, že se většinou omezovaly na jednorázové užití psychedelické látky nebo jiné techniky a tedy přinášely svědectví spíše o dočasné změně stavu vědomí než o jeho měnících se stupních. Málokdy jsme se tedy mohli dozvědět, co by přinesla ucelená dlouhodobá duchovní praxe využívající změněné stavy vědomí. Takovéto svědectví nám mohou přinést kultury, které používají tyto látky pravidelně a v rituálním duchovním kontextu, bohužel jejich hledisko, jak bylo také výše uvedeno bývá západními psychologickými teoriemi často marginalizováno, nejspíš i proto, že se od našeho kulturního hlediska značně liší a může být pro nás těžko uchopitelné. Věci se mohou začít měnit s výzkumy v komunitách západní společnosti, které tyto metody v náboženském rituálním kontextu dlouhodobě používají, jejichž

příkladem může být již zmíněná církev Santo Daime užívající jako svátost nápoj ayahuasca. Dalším cenným svěděctvím by mohlo být dlouhodobější užívání psychedelických látek v psychoterapeutickém kontextu, které by nám mohlo přinést komplexnější odpověď na otázku, co přináší změněné stavy vědomí v kontextu vývoje vědomí jedince a to i v našem kulturním a společenském prostředí.

Takovéto svěděctví jsem našla v knize *LSD and the Mind of the Universe* (2019), kde americký profesor filosofie a náboženství Christopher Bache přináší osobní příběh, v němž popisuje svých 73 pečlivě plánovaných a terapeuticky strukturovaných sezení s vyššími dávkami LSD, které podstoupil během 20 let mezi léty 1979-1999, tedy v době, kdy byly tyto látky a jejich užívání (i výzkumné) v USA zakázány. Činil tak v utajení, oddělil sféru svého osobního života a osobního hledání odpovědí na filosofické otázky od svého života veřejného a akademického. Popis tohoto osobního hledání a noření se do změněných stavů vědomí mohl přinést až několik let po ukončení své akademické kariéry a také v době, kdy se legislativa a vědecké zkoumání psychedelických látek začaly opět uvolňovat a tedy snad nebude působit tak pobuřujícím dojmem jako v letech dřívějších. Upozorňuje na to, že práce s těmito látkami má potenciál nejen psychoterapeutický, ale také filozofický. Bache nám přináší vhled do toho, co může přinést duchovní praxe obohacená o užívání psychedelických látek v bezpečném rámci po dobu mnoha let. Poukazuje na to, že prožitky na sebe pak kontinuálně navazují a člověk se dostává dál a hlouběji. Postupně léčí traumata svá a dále i traumata a nezpracované prožitky celého druhu, lidstva. Má možnost nahlédnout do dějů na stále vyšších úrovních až do úrovně celého kosmu. To je ostatně i myšlenka Grofova, že člověk postupně čistí a léčí traumata nejen svá osobní, ale i ta obsažená v kolektivním nevědomí lidstva i celého přírodního světa. Dlouholetá Bacheho praxe je mi pro tuto tezi důkazem a přináší podrobný popis toho, jak to může probíhat.

5 Závěr

Zabývat se teoriemi vědomí je neuvěřitelně zajímavé a v různých směrech obohacující, otevírá to obzory toho, o čem je možné přemýšlet a jakým způsobem. Zdá se mi ale, že tyto obzory je možné otevírat donekonečna. Prostudování knih a článků jednoho autora mě vedlo ke studiu dalšího a bádání tímto směrem může být nekonečnou studnicí moudrosti ze zdrojů literatury Východní, mystické, šamanské, neurobiologické, filosofické atd. Já jsem se snažila zaměřit především na psychologické teorie vědomí a jeho vývoje, abych zůstala ukotvena ve svém oboru a neztratila se v množství dalších přístupů.

Studium transpersonálních přístupů a jejich dilemat mě bavilo a zavedlo do sfér, do nichž mám sama přístup pouze zřídka, o to bylo zajímavější se v nich zorientovat a snažit se nalézt nějaká východiska. Doufám, že mé srovnání teorií vývoje vědomí a jejich pre/trans sporu je dostatečně srozumitelné a přináší českému čtenáři určitý vhled do jejich podstaty, orientaci v základních přístupech k psychologickému pojetí vývoje vědomí a určitou vizi toho, jak by mohla vypadat sjednocující, integrativní teorie vývoje vědomí i pojetí transpersonálních sfér. Tím, že jsem většinu literatury četla v angličtině také doufám, že svou práci přináším českým čtenářům přehled základních pojetí problematiky vývoje vědomí u jedince. Každá z teorií mi přišla při jejím studování pravdivá a až pečlivé srovnávání a hlubší pátrání přinášelo na světlo některé rozpory a vedlo mě určitým směrem i k přiklonění se ke spirálnímu pojetí vývoje vědomí. Tedy k pojetí prepersonální a transpersonální sféry jako struktur ne zcela odlišných, ale fenomenologicky podobných s vývojově danou odlišností.

Zkoumání psychedelické zkušenosti ve vztahu k vývoji vědomí může být do budoucna cenným nástrojem studia vývoje vědomí a jsem moc ráda, že výzkum v této oblasti je po letech zákazu opět možný a může přinášet nové poznatky pro teorii vědomí, stejně jako teorie vědomí může informovat naše uchopení psychedelických a mystických zkušeností. Obojí pak může být přínosné pro klinickou a poradenskou praxi, což považuji za důležité, aby teoretické poznatky našly využití i v praxi. Pokusila jsem se zde psychologicky uchopit psychedelickou zkušenost a její druhy či úrovně a přinést tak ucelený pohled na tuto problematiku a zasadit ji i do kontextu vývoje vědomí.

Seznam použitých informačních zdrojů

- Bache, C. M. (1991). Mysticism and psychedelics: The case of the dark night. *Journal of religion and health*, 30(3), 215-236.
- Bache, C. M. (1996). Expanding Grof's concept of the perinatal. *Journal of Near-Death Studies*, 115, 139.
- Bache, Ch. (2019). *LSD and the Mind of the Universe: Diamonds from Heaven*. Park Street Press.
- Beck, D. E., & Cowan, C. (1996). *Spiral Dynamics: Mastering Values. Leadership and Change*. Wiley-Blackwell.
- Buber, M. (2005). *Já a ty*. Kalich.
- Campbell, J. (2000). *Tisíc tváří hrdiny: archetyp hrdiny v proměnách věků*. Portál.
- Capriles, E. (2000). Beyond mind: Steps to a metatranspersonal psychology. *International Journal of Transpersonal Studies*, 19(1), 18.
- Capriles, E. (2006). Beyond mind II: Further steps to a metatranspersonal philosophy and psychology. *International Journal of Transpersonal Studies*, 24, 1-44.
- Carhart-Harris, R. L. (2018). The entropic brain-revisited. *Neuropharmacology*, 142, 167-178.
- Daniels, B. (2004). The trans/trans fallacy and the dichotomy debate. *The International Journal of Transpersonal Studies*, 23, 75-90.
- Doblin, R. (1991). Pahnke's "Good Friday experiment": A long-term follow-up and methodological critique. *Journal of Transpersonal Psychology*, 23(1), 1-28.
- Eliade, M. (2004). *Iniciace, rituály, tajné společnosti: mystická zrození*. Computer Press.
- Ferrer, J. N. (2001). *Revisioning transpersonal theory: A participatory vision of human spirituality*. Suny Press.
- Ferrer, J. N. (2011). Participatory spirituality and transpersonal theory: A ten-year retrospective. *Journal of Transpersonal Psychology*, 43(1).
- Fonagy, P., & Target, M. (2005). *Psychoanalytické teorie: perspektivy z pohledu vývojové psychopatologie*. Portál.
- Freud, S., Pechar, J., & Kučera, O. (1969). *Vybrané spisy: přednášky k úvodu do psychoanalýsy. nová řada přednášek k úvodu do psychoanalýsy*. SZdN.
- Freud, S. (2007). *Spisy z let 1925 - 1931*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.

Garcia-Romeu, A., & Richards, W. A. (2018). Current perspectives on psychedelic therapy: use of serotonergic hallucinogens in clinical interventions. *International Review of Psychiatry*, 30(4), 291-316.

Gashi, L., Sandberg, S., & Pedersen, W. (2021). Making “bad trips” good: How users of psychedelics narratively transform challenging trips into valuable experiences. *International Journal of Drug Policy*, 87, 102997.

Goddard, G. (2002). Dialectics of the Transpersonal: Mapping the Perinatal.

Goddard, G. (2005). Counterpoints in transpersonal theory: Toward an astro-logical resolution. *ReVision*, 27(3), 9-20.

Griffiths, R. R., Richards, W. A., McCann, U., & Jesse, R. (2006). Psilocybin can occasion mystical-type experiences having substantial and sustained personal meaning and spiritual significance. *Psychopharmacology*, 187(3), 268-283.

Grof, S. (1992a). *Dobrodružství sebeobjevování*. Gemma 89.

Grof, S. (1992b). *Za hranice mozku: Narození, smrt, transcendence*. Gemma 89.

Grof, S. (1993). *Holotropní vědomí*. Praha, Gemma 89.

Grof, S. (1996). Ken Wilber's spectrum psychology: Observations from clinical consciousness research. *REVISION-CAMBRIDGE MA THEN WASHINGTON-*, 19, 11-24.

Grof, S., Grofová, Ch. (1999). *Krize duchovního vývoje*. Chvojtkovo nakladatelství.

Grof, S. (2007). *Psychologie budoucnosti*. Praha: Argo.

Grof, S. (2013). *Kosmická hra: zkoumání hranic lidského vědomí*. Práh.

Grof, S. (2017). *Lidské vědomí a tajemství smrti*. Argo.

Haijen, E. C., Kaelen, M., Roseman, L., Timmermann, C., Kettner, H., Russ, S., ... & Carhart-Harris, R. L. (2018). Predicting responses to psychedelics: a prospective study. *Frontiers in pharmacology*, 9, 897.

Hood Jr., R. W. (1975). *The construction and preliminary validation of a measure of reported mystical experience*. *Journal for the scientific study of religion*, 29-41.

Hood Jr., R. W et al. (2001). Dimensions of the mystical scale: confirming the three-factor structure in the United States and Iran. *J Sci Study Relig* 40:691–705

Horáček, J., & Drtinová, D. (2021). *Vědomí a realita*. Vyšehrad.

Huxley, A. (1996). *Brány vnímání*. DharmaGaia.

- James, W. (1930). *Druhy náboženské zkušenosti*. Melantrich.
- Jung, C. G. (1992). *Analytická psychologie. Její teorie a praxe*. Praha, Academia.
- Jung, C. G. (1994). *Duše moderního člověka*. Atlantis.
- Jung, C. G. (1997). *Archetypy a nevědomí*. Nakladatelství Tomáše Janečka.
- Kočárová, R., & Preiss, M. (2020). Psychedelika v péči o duševní zdraví. *Ceskoslovenska Psychologie*, 64(5), 590-607.
- Koubková, D. (2017). Emancipace z role ženy jako prostor pro uměleckou tvorbu.
- Laing, R. D. (2019). *Rozdělené self: Existenciální studie o zdraví a nemoci*. Portál.
- Laloux, F., & Jurek, V. (2020). *Budoucnost organizací: průvodce budováním organizací v 21. století na základě evoluce lidského uvažování*. PeopleComm.
- Laszlo, E., Grof, S., & Russell, P. (2013). *Revoluce vědomí: transatlantický dialog*. Carpe Momentum.
- Leary, T. (2003). *Velekněz. Maťa a DharmaGaia*.
- Lebedev, A. V., Kaelen, M., Lövdén, M., Nilsson, J., Feilding, A., Nutt, D. J., & Carhart-Harris, R. L. (2016). LSD-induced entropic brain activity predicts subsequent personality change. *Human brain mapping*, 37(9), 3203-3213.
- Lisý, P. (2017). *Archetypová astrologie: Vývoj astropsychologie od C. G. Junga k S. Grofovi*. Carpe Momentum.
- Maslow, A. H. (1962). Lessons from the peak-experiences. *Journal of humanistic psychology*, 2(1), 9-18.
- Masters, R. E. L., Houstonová J. (2004). *Druhy psychedelické zkušenosti*. DharmaGaia.
- McKenna, T. (1999). *Food of the gods: the search for the original tree of knowledge: a radical history of plants, drugs and human evolution*. Random House.
- Rogers, C. R. (2015). *Být sám sebou: terapeutův pohled na psychoterapii*. Portál.
- Roubíček, J. (1961). *Experimentální psychózy*. Státní zdravotnické nakladatelství.
- Stace, W. T. (1960). *Mysticism and philosophy*.
- Studerus, E., Gamma, A., Kometer, M., & Vollenweider, F. X. (2012). Prediction of psilocybin response in healthy volunteers. *PloS one*, 7(2), e30800.
- Tarnas, R. (2006). *Cosmos and psyche: Intimations of a new world view*. Penguin.

- Tarnas, R. (2011). Archetypal cosmology: Past and present. *The Mountain Astrologer*, 23(4).
- Tolle, E., & Brázda, J. (2001). *Moc přítomného okamžiku: kniha o duchovním osvícení*. Pragma.
- Tylš, F., Páleníček, T., & Horáček, J. (2014). Psilocybin—summary of knowledge and new perspectives. *European Neuropsychopharmacology*, 24(3), 342-356.
- Tylš, F. (2015). Neurobiologie psilocybinu ve vztahu k jeho potenciálnímu terapeutickému využití. *Psychiatrie*, 19(2), 104-112.
- Tylš, F. a kol. (2017). *Fenomén psychedelie: Subjektivní popisy zážitků z experimentální intoxikace psilocybinem doplněné pohledy výzkumníků*. dybbuk.
- Van Genneep, A. (1996). *Přechodové rituály: Systematické studium rituálů*. Nakladatelství Lidové noviny.
- Walsh, R., & Vaughanová, F. (2011). *Cesty přesazení ega: transpersonální vize*. Z anglického originálu *Paths Beyond Ego: the transpersonal vision*. přeložil Václav Petr. Praha: Triton.
- Washburn, M. (1988). *The ego and the dynamic ground: A transpersonal theory of human development*. Suny Press.
- Washburn, M. (1990). Two patterns of transcendence. *Journal of Humanistic Psychology*, 30(3), 84-112.
- Washburn, M. (1994). *Transpersonal psychology in psychoanalytic perspective*. SUNY Press.
- Washburn, M. (1996). The pre/trans fallacy reconsidered.
- Washburn, M. (2003). Transpersonal dialogue: A new direction. *Journal of Transpersonal Psychology*, 35(1), 1-20.
- Wilber, K. (1982). *The pre/trans fallacy*. *Journal of humanistic psychology*, 22(2), 5-43.
- Wilber, K. (1990). Two patterns of transcendence: A reply to Washburn. *Journal of Humanistic Psychology*, 30(3), 113-136.
- Wilber, K. (2001). *Sex, ecology, spirituality: The spirit of evolution*. Shambhala Publications.
- Wilber, K. (2010). *Stručná historie všeho*. Triton.
- Winkler, P., Vančura, M. (2016). *Transpersonální myšlení v psychologii a psychoterapii*. Triton.
- Roubíček, J. (1961). *Experimentální psychózy*. Státní zdravotnické nakladatelství.
- Stace, W. T. (1960). *Mysticism and philosophy*.

Odkazy:

Část rozhovoru s Kenem Wilberem o psychedelické zkušenosti „*An integrally informed approach to psychedelics*“: www.youtube.com/watch?v=eQBdITrJlxU

Česká psychedelická společnost, z.s.: www.czeps.org

Harm reduction projekt PsyCare: www.psycare.cz

Národní ústav duševního zdraví: www.nudz.cz

Psyon – Psychedelická klinika, s.r.o.: www.psyon.cz