



UNIVERZITET U NOVOM SADU

Problem svesti u filozofiji duha i psihoterapiji

DOKTORSKA DISERTACIJA

Mentor: Prof. dr Damir Smiljanić

Kandidat: mr Izabela Huber

Novi Sad, 2015. godine

Univerzitet u Novom Sadu

Ključna dokumentacijska informacija

| | |
|--|--|
| Redni broj: RBR | |
| Identifikacioni broj: IBR | |
| Tip dokumentacije: TD | Monografska dokumentacija |
| Tip zapisa: TZ | Tekstualni štampani materijal |
| Vrsta rada (dipl., mag., dokt.): VR | Doktorska disertacija |
| Ime i prezime autora: AU | Izabela Huber |
| Mentor (titula, ime, prezime, zvanje): MN | Prof. dr Damir Smiljanić, vanredni profesor Odsek za filozofiju, Filozofski Fakultet, Univerzitet u Novom Sadu |
| Naslov rada: NR | Problem svesti u filozofiji duha i psihoterapiji |
| Jezik publikacije: JP | srpski |
| Jezik izvoda: JI | srp. / eng. |

| | |
|---------------------------------|-------------------------------|
| Zemlja publikovanja: ZP | Republika Srbija |
| Uže geografsko područje: UGP | Vojvodina |
| Godina: GO | 2015 |
| Izdavač: IZ | autorski reprint |
| Mesto i adresa: MA | Novi Sad, dr Zorana Đinđića 1 |

| | |
|--|--|
| Fizički opis rada: FO | broj poglavlja (7), stranica (431), slika (4), tabela (1), referenci (221) |
| Naučna oblast: NO | Filozofija, psihologija (interdisciplinarne studije) |
| Naučna disciplina: ND | Filozofija duha, psihoterapija |
| Predmetna odrednica, ključne reči: PO | svest, <i>qualia</i> , filozofija duha, psihoterapija, metode prvog lica |
| UDK | |
| Čuva se: ČU | |
| Važna napomena: VN | |
| Izvod: IZ | Svest je u poslednje tri decenije postala predmetom multidisciplinarnih studija svesti (<i>consciousness studies</i>), što je aktualizovalo značaj konceptualne analize pojma svesti i problema koji se javljaju u različitim istraživačkim pristupima svesti. Da li |

različite discipline (pa čak i različiti pristupi u okviru iste discipline) govore uopšte o istom predmetu? Na šta se, na primer, odnose savremene neurološke teorije svesti, kakav teorijski status ima koncept svesti u okviru funkcionalnih dijagrama kognitivne psihologije, o čemu govore psihoterapeuti kada naglašavaju značaj svesnosti u psihoterapijskom procesu ili značaj osveščivanja nesvesnog, šta imaju u vidu fenomenolozi ili praktičari kontemplativnih tradicija kada se bave neposrednim iskustvom i na kraju, šta pod svešću podrazumevaju različite ontološke pozicije o odnosu duha i tela? Konceptualna analiza koja je sprovedena u ovom radu ima za cilj poboljšanje komunikacije između disciplina i lokalizaciju teškoća koje stoje na putu interdisciplinarnim istraživačkim projektima.

Analitička filozofija duha (*philosophy of mind*) je u poslednje četiri decenije izoštrila i locirala problematiku svesti, te razvila novi konceptualni aparat i misaone eksperimente koji omogućavaju preciznije razumevanje ograničenja u pokušaju prirodnonaučne rekonstrukcije pojma duha (*mind*), kakvu su poslednjih decenija, inače sa velikim uspehom, preduzele tzv. *mind sciences* (poput kognitivne psihologije, veštačke inteligencije, lingvistike, neuronauke). U radu autorka pokazuje kako različiti savremeni filozofi ukazuju na distinkcije dva lica svesti i duha – Džekendofovo razlikovanje računarskog duha (*computational mind*) i fenomenološkog duha (*phenomenological mind*), Blokovo razlikovanje A-svesti (*access consciousness*) i P-svesti (*phenomenal consciousness*) i Čalmersovo razlikovanje „lakog“ i „teškog“ problema svesti. Dok se, na primer, A-svest, odnosi na svest u smislu pristupačnosti,

| | |
|--|--|
| | <p>odnosno dostupnosti određenog sadržaja (mentalne reprezentacije) u kontroli govora, rezonovanja i akcije, P-svest (fenomenalna svest) odnosi se na činjenicu da svesna mentalna stanja poseduju doživljajne, kvalitativne odlike, koje su dostupne direktno jedino iz subjektivne perspektive prvog lica. Za ovaj aspekt svesti je filozofija duha uvela tehnički termin <i>qualia</i> (lat. sing. <i>quale</i>) i on čini svest drugačijom od ostalih predmeta istraživanja u dominantnoj objektivističkoj naučnoj paradigmi.</p> <p>U radu autorka diskutuje problem ontološkog statusa <i>qualia</i>, kao problem u formulaciji materijalističkih teorija duha (teza o identitetu, funkcionalističke i reprezentacionalističke teorije), kao i epistemološke probleme <i>qualia</i> – problem spoznajno privilegovanog položaja, argument nepotpunog znanja (Džekson) i problem eksplanatornog jaza (Levajn) i njihove reperkusije za filozofiju nauke – problem odnosa metodologije prvog i trećeg lica, razumevanja i objašnjenja, duhovnonaučnog i prirodnonaučnog pristupa čoveku. Iz ovog ugla je u novom svetlu sagledano istorijsko smenjivanje paradigmi u glavnim tokovima akademske psihologije.</p> <p>Sve dosadašnje strategije eliminacije fenomenalne svesti iz psihološkog i filozofskog diskursa vode produbljavanju jaza između sveta iskustva (<i>Lebenswelt</i>, Huserl) i prirodnonaučne slike sveta izgrađene primenom objektivne metodologije. Psihoterapija je, naprotiv, disciplina koja predstavlja jednu od najvažnijih spona između disciplinovanog pristupa subjektivnom iskustvu i objektivnih naučnih činjenica. Zato je pažnja posvećena savremenom konstituisanju psihoterapije kao naučne discipline, kao i njenom pozicioniranju u odnosu na</p> |
|--|--|

| | |
|--|--|
| | <p>prirodnonaučnu i duhovnonaučnu paradigmu od osnivanja (Frojdovog osciliranja između naklonosti prirodnonaučnom modelu i hermeneutičke prakse), preko niza novina i „dekonstrukcija“ prvobitnog modela kroz njenu istoriju, do savremenog trenda – neuropsihoterapije, koja poslednjih deset godina uvodi nova saznanja neuronauke u sagledavanje psihoterapijskog procesa i unapređenje postupaka. Analizirani su značaj i uloga koju različiti psihoterapijski pravci (klasična psihoanaliza, BT, KBT, uključujući i nove <i>mindfulness</i> pristupe, egzistencijalistički, humanistički i konstruktivistički pravci) pridaju svesti, svesnosti i osvešćivanju, te koje značenje ovi pojmovi imaju u svetlu distinkcija na koje je ukazala analiza filozofije duha – reprezentaciono tj. funkcionalno-kauzalno i fenomenalno. Pokazano je i kako se epistemološki problemi svesti koji su ranije opisani pojavljuju i rešavaju u psihoterapiji kao praktičnoj disciplini.</p> <p>Integracija fenomenalne svesti u sliku duha, te povezivanje prirodnonaučnih disciplina i disciplina koje se bave iskustvom i subjektivnošću mora da pođe dalje od konceptualno-logičke analize na kojoj ostaje filozofija duha. Prvi korak na tom putu je razvoj metodologije prvog lica, koja omogućava opis mentalnih procesa i sadržaja onako kako se oni manifestuju iz ugla svesnog subjekta. Stoga je najpre prikazano šest metoda prvog lica poreklom iz introspektivne psihologije, fenomenološke filozofije i budističke kontemplativne tradicije, a zatim sprovedena tematska kvalitativna analiza ovih metoda. Postupkom otvorenog kodiranja izdvojeno je deset dimenzija po kojima su upoređivane metode. Ovo eksplorativno istraživanje omogućilo je precizniji uvid u međusobne srodnosti i razlike analiziranih metoda, u njihove moći i slabosti, te</p> |
|--|--|

| | |
|--|---|
| | strategije unapređenja, kao i u mogućnosti saradnje sa metodama trećeg lica. Pokazali smo takođe da „pogled iznutra“ može da otkrije važne odlike svesti i duha koji ostaju netransparentni objektivnim metodama. |
| Datum prihvatanja teme od strane NN veća: DP | |
| Datum odbrane: DO | |
| Članovi komisije: (ime i prezime / titula / zvanje / naziv organizacije / status) KO | predsednik: član: član: |

University of Novi Sad

Key word documentation

| | |
|-------------------------------|--|
| Accession number: ANO | |
| Identification number: INO | |
| Document type: DT | Monograph documentation |
| Type of record: TR | Textual printed material |
| Contents code: CC | PhD thesis |
| Author: AU | Izabela Huber |
| Mentor: MN | Dr Damir Smiljanić, Associate Professor, Department of Philosophy, Faculty of Philosophy, University of Novi Sad |
| Title: TI | The Problem of Consciousness in Philosophy of Mind and Psychotherapy |
| Language of text: LT | Serbian |
| Language of abstract: LA | eng. / srp. |

| | |
|--------------------------------|----------------------------|
| Country of publication: CP | Republic of Serbia |
| Locality of publication: LP | Vojvodina |
| Publication year: PY | 2015 |
| Publisher: PU | |
| Publication place: PP | Novi Sad, Zorana Đinđića 1 |

| | |
|-----------------------------|---|
| Physical description: PD | chapters (7), pages (431), images (4), table (1), references (221) |
| Scientific field SF | Philosophy, psychology |
| Scientific discipline SD | Philosophy of mind, psychotherapy |
| Subject, Key words SKW | consciousness, <i>qualia</i> , philosophy of mind, psychotherapy, first-person methods |
| UC | |
| Holding data: HD | |
| Note: N | |
| Abstract: AB | Consciousness has become the subject of multidisciplinary <i>consciousness studies</i> in last three decades which revived the importance of conceptual |

analysis of the concept of consciousness and problems that occur in a variety of research approaches to consciousness. Do different disciplines (and even different approaches within the same discipline) speak about the same subject at all? What are modern neurological theories of consciousness related to, for example, what is the theoretical status of the concept of consciousness within functional diagrams of cognitive psychology, what do psychotherapists talk about when they highlight importance of awareness in a psychotherapeutic process and importance of becoming aware of the unconscious, what do phenomenologists or practitioners of contemplative traditions have in mind when dealing with direct experience and, in the end, what do different ontological positions imply with the notion of consciousness in the relationship between mind and body? Conceptual analysis conducted in this paper aims to improve communication between disciplines and localize difficulties that stand in the way of interdisciplinary research projects.

Analytic philosophy of mind has sharpened and located the problem of consciousness in last four decades, and has also developed a new conceptual apparatus and thought experiments that enable more accurate understanding of limits in an attempt of a natural science reconstruction of the concept of mind, which in recent decades, usually with large success, have been undertaken by so-called mind sciences (such as cognitive psychology, artificial intelligence, linguistics, neuroscience). In this thesis, the author shows how different contemporary philosophers suggest distinctions of two faces of consciousness and mind – Jackendoff's distinction between computational mind and phenomenological

mind, Block's differentiation of A-consciousness (access consciousness) and P-consciousness (phenomenal consciousness) and Chalmers' distinction between "easy" and "hard" problems of consciousness. While, for example, A-consciousness, refers to consciousness in terms of accessibility and availability of specific content (mental representations) in the control of speech, reasoning and actions, P-consciousness (phenomenal consciousness) refers to the fact that conscious mental states possess experiential, qualitative characteristics, which are directly available only from the subjective perspective of the first person. Philosophy of mind introduced a technical term *qualia* (lat. sing. *quale*) for this aspect of consciousness, and it makes consciousness different from other subjects of research in the dominant objectivist scientific paradigm.

In this thesis, the author discusses the problem of the ontological status of *qualia*, as a problem in the formulation of the materialistic mind theories (the thesis of identity, functionalist and representational theories), as well as epistemological problems of *qualia* - the problem of privileged access, the argument of incomplete knowledge (Jackson) and the problem of the explanatory gap (Levine) and their repercussions on philosophy of science - the problem of the relationship between first and third-person methodologies, understanding and explanation, a human science and a natural science approach to man. The historical succession of paradigms in the mainstream academic psychology has been viewed from this angle.

All previous strategies of eliminating phenomenal consciousness from psychological and philosophical

discourse lead to deepening of the gap between the world of experience (*Lebenswelt*, Husserl) and the natural science picture of the world constructed by using an objective methodology. Psychotherapy, on the contrary, is a discipline that is one of the most important links between a disciplined approach to subjective experience and objective scientific facts. That is why attention has been paid to the contemporary constitution of psychotherapy as a scientific discipline, as well as its positioning in relation to a natural science and a human science paradigm since its establishment (Freudian oscillating between the affection to natural scientific model and hermeneutical practice), through a number of novelties and "deconstructions" of the original model through its history, to the modern trend – neuropsychotherapy which has introduced new findings of neuroscience in understanding psychotherapeutic processes and improvement of procedures in last ten years. We analyzed the importance and the role that different psychotherapeutic views (classical psychoanalysis, BT, CBT, including new *mindfulness* approaches, existentialist, humanistic and constructivist views) attach to consciousness, awareness, and raising awareness, as well as the meanings of these terms in the light of distinctions identified by the analysis of philosophy of mind - that is, representational, functional-causal, and phenomenal. It was shown how the epistemological problems of consciousness described above occur and get resolved in psychotherapy as a practical discipline.

Integration of phenomenal consciousness into an image of the mind, and connection of natural science disciplines and disciplines which deal with experience and subjectivity has to go beyond a

| | |
|--|--|
| | <p>conceptual and logical analysis on which philosophy of mind remains. The first step on this road is development of a first-person methodology, which allows a description of mental processes and content as they are manifested from a perspective of a conscious subject. Therefore, the first things presented were six first-person methods originating from introspective psychology, phenomenological philosophy and Buddhist contemplative tradition, and then, a qualitative thematic analysis of the six methods was conducted. The process of open coding singled out ten dimensions by which methods were compared. This exploratory research has allowed for a more precise insight into mutual similarities and differences of the analyzed methods, into their powers and weaknesses, improvement strategies, as well as opportunities for cooperation with third-person methods. It has shown also that “a view from within” can reveal important features of consciousness and mind that remain non-transparent to objective methods.</p> |
| <p>Accepted on Scientific Board on: AS</p> | |
| <p>Defended: DE</p> | |
| <p>Thesis Defend Board: DB</p> | <p>president: member: member:</p> |

SADRŽAJ

| | |
|---|-----|
| Rezime..... | 17 |
| Abstract | 19 |
| 1.UVOD | 22 |
| 1.1. Tema ovog rada u svetlu aktuelnog multidisciplinarnog pristupa svesti | 27 |
| 1.2. Ka određenju pojma svesti | 36 |
| 2. SVEST KAO PREDMET PSIHOLOGIJE | 50 |
| 2.1. Psihologija u ogledalu novovekovnih prirodnih nauka | 50 |
| 2.2. Prva naučna psihologija – introspekcionizam | 57 |
| 2.3. Problemi introspekcionizma..... | 63 |
| 2.4. Bihejviorizam – psihologija bez svesti?..... | 65 |
| 2.5. Svest u novoj paradigmi – kognitivna psihologija..... | 72 |
| 2.6. Pojam svesti u savremenoj psihologiji..... | 75 |
| 2.7. Psihološki problemi svesti..... | 86 |
| 2.8. Svesno i nesvesno | 92 |
| 2.9. Granice pokušaja prirodnonaučne rekonstrukcije pojma svesti | 99 |
| 2.10. Pogled unapred – dva lica svesti | 102 |
| 3. PROBLEM SVESTI U FILOZOFIJI DUHA | 106 |
| 3.1. Filozofija duha kao savremena filozofska disciplina | 106 |
| 3.2. Predistorija problema svesti u zapadnoj filozofiji..... | 111 |
| 3.3. Novi materijalizam u savremenoj filozofiji duha..... | 124 |
| 3.4. Novo shvatanje subjektivnosti („Kako je biti“ – problem ili šta čini činjenicu fenomenalne svesti istinski teškim problemom za materijalizam)..... | 142 |
| 3.5. <i>Qualia</i> – atomi fenomenalne svesti? | 150 |
| 3.6. Epistemološki problem <i>qualia</i> | 159 |
| 3.7. Ontološki problem <i>qualia</i> | 165 |
| 3.8. Perspektiva prvog lica i problem samosvesti | 180 |
| 4. PROBLEM SVESTI I SUBJEKTIVNOSTI U PSIHOTERAPIJI..... | 187 |
| 4.1. Psihoterapija kao naučna disciplina u konstituisanju | 187 |

| | |
|---|-----|
| 4.2. Psihoterapija za 21. vek..... | 202 |
| 4.3. Psihoterapija kao nauka o subjektu | 217 |
| 4.4. Protivrečnost u fundamentu | 222 |
| 4.5. Dalji razvoj psihoterapije ili „dekonstrukcija“ Frojdovog modela psihoterapije | 231 |
| 4.6. Neuropsihoterapija kao savremeni psihoterapijski trend | 248 |
| 4.7. Svesnost kao varijabla u psihoterapijskim teorijama, metodama i ciljevima..... | 261 |
| 4.7.1. Frojdova psihoanaliza | 261 |
| 4.7.2. Jungova analitička psihologija | 267 |
| 4.7.3. Adlerova individualna psihologija | 268 |
| 4.7.4. Bihejvioralni i kognitivno bihejvioralni pristupi..... | 268 |
| a. Postupci klasične BT | 271 |
| b. Kognitivne i kognitivno-bihejvioralne terapije..... | 273 |
| c. Treći talas BT – mindfulness revolucija..... | 279 |
| 4.7.5. Egzistencijalistički pristupi | 281 |
| 4.7.6. Humanističke psihoterapije | 284 |
| a. Terapija usmerena na klijenta..... | 285 |
| b. Geštalt psihoterapija | 292 |
| c. Terapije orijentisane na rad sa telom..... | 297 |
| 4.7.7. Konstruktivistički pristupi..... | 307 |
| a. Kratka terapija orijentisana ka rešenjima (KTOR)..... | 308 |
| 4.7.8. Rezime..... | 315 |
| 4.8. Zaključak..... | 321 |
| a. Subjektivnost i kodifikacija postupka..... | 322 |
| b. Psihoterapija i tri vrste inteligencije..... | 324 |
| c. Nekoliko završnih napomena | 328 |
| 5. METODE PRVOG LICA I PROBLEM FENOMENALNE SVESTI..... | 331 |
| 5.1. Introspekcija u okviru rane strukturalističke introspektivne psihologije..... | 335 |
| 5.2. Introspekcija u delu Viliijema Džejmsa | 338 |

| | |
|--|-----|
| 5.3. Huserlova fenomenološka metoda | 343 |
| 5.4. Fokusiranje i „mišljenje na rubu“ Judžina Gendlina..... | 347 |
| 5.5. Neurofenomenologija..... | 351 |
| 5.6. Budistička <i>mindfulness</i> meditacija (<i>satipatthana</i>) | 355 |
| 6. KVALITATIVNA ANALIZA METODA PRVOG LICA I NJIHOVIH NALAZA..... | 362 |
| 6.1. Definicija predmeta istraživanja – šta znači „pogled iznutra“?..... | 365 |
| 6.2. Metoda i ciljevi istraživanja | 368 |
| 6.3. Kvalitativna tematska analiza metoda prvog lica..... | 370 |
| 6.4. Diskusija nalaza | 388 |
| a. Pažnja i unapređenje metoda prvog lica | 388 |
| b. Problemi razumevanja fenomenološkog teksta..... | 390 |
| c. Korak dalje u komparativnoj analizi – svest i svesni procesi iz ugla prvog lica | 392 |
| d. <i>Exkurs</i> : O nedualnom..... | 396 |
| e. Zaključak | 400 |
| 7. ZAKLJUČAK | 402 |
| LITERATURA..... | 415 |

Rezime

Svest je u poslednje tri decenije postala predmetom multidisciplinarnih studija svesti (*consciousness studies*), što je aktualizovalo značaj konceptualne analize pojma svesti i problema koji se javljaju u različitim istraživačkim pristupima svesti. Da li različite discipline (pa čak i različiti pristupi u okviru iste discipline) govore uopšte o istom predmetu? Na šta se, na primer, odnose savremene neurološke teorije svesti, kakav teorijski status ima koncept svesti u okviru funkcionalnih dijagrama kognitivne psihologije, o čemu govore psihoterapeuti kada naglašavaju značaj svesnosti u psihoterapijskom procesu ili značaj osvešćivanja nesvesnog, šta imaju u vidu fenomenolozi ili praktičari kontemplativnih tradicija kada se bave neposrednim iskustvom i na kraju, šta pod svešću podrazumevaju različite ontološke pozicije o odnosu duha i tela? Konceptualna analiza koja je sprovedena u ovom radu ima za cilj poboljšanje komunikacije između disciplina i lokalizaciju teškoća koje stoje na putu interdisciplinarnim istraživačkim projektima.

Analitička filozofija duha (*philosophy of mind*) je u poslednje četiri decenije izostrila i locirala problematiku svesti, te razvila novi konceptualni aparat i misaone eksperimente koji omogućavaju preciznije razumevanje ograničenja u pokušaju prirodnonaučne rekonstrukcije pojma duha (*mind*), kakvu su poslednjih decenija, inače sa velikim uspehom, preduzele tzv. *mind sciences* (poput kognitivne psihologije, veštačke inteligencije, lingvistike, neuronauke) . U radu autorka pokazuje kako različiti savremeni filozofi ukazuju na distinkcije dva lica svesti i duha – Džekendofovo razlikovanje računarskog duha (*computational mind*) i fenomenološkog duha (*phenomenological mind*), Blokovo razlikovanje A-svesti (*access consciousness*) i P-svesti (*phenomenal consciousness*) i Čalmersovo razlikovanje „lakog“ i „teškog“ problema svesti. Dok se, na primer, A-svest, odnosi na svest u smislu pristupačnosti, odnosno dostupnosti određenog sadržaja (mentalne reprezentacije) u kontroli govora, rezonovanja i akcije, P-svest (fenomenalna svest) odnosi se na činjenicu da svesna mentalna stanja poseduju doživljajne, kvalitativne odlike, koje su dostupne direktno jedino iz subjektivne perspektive prvog lica. Za ovaj aspekt svesti je filozofija duha uvela tehnički termin *qualia* (lat. sing. *quale*) i on čini svest drugačijom od ostalih predmeta istraživanja u dominantnoj objektivističkoj naučnoj paradigmi.

U radu autorka diskutuje problem ontološkog statusa *qualia*, kao problem u formulaciji materijalističkih teorija duha (teza o identitetu, funkcionalističke i reprezentacionalističke teorije), kao i epistemološke probleme *qualia* – problem spoznajno privilegovanog položaja, argument nepotpunog znanja (Džekson) i problem eksplanatornog jaza (Levajn) i njihove reperkusije za filozofiju nauke – problem odnosa metodologije prvog i trećeg lica, razumevanja i objašnjenja, duhovnonaučnog i prirodnonaučnog pristupa čoveku. Iz ovog ugla je u novom svetlu sagledano istorijsko smenjivanje paradigmi u glavnim tokovima akademske psihologije.

Sve dosadašnje strategije eliminacije fenomenalne svesti iz psihološkog i filozofskog diskursa vode produbljavanju jaza između sveta iskustva (*Lebenswelt*, Huserl) i prirodnonaučne slike sveta izgrađene primenom objektivne metodologije. Psihoterapija je, naprotiv, disciplina koja predstavlja jednu od najvažnijih spona između disciplinovanog pristupa subjektivnom iskustvu i objektivnih naučnih činjenica. Zato je pažnja posvećena savremenom konstitisanju psihoterapije kao naučne discipline, kao i njenom pozicioniranju u odnosu na prirodnonaučnu i duhovnonaučnu paradigmu od osnivanja (Frojdovog osciliranja između naklonosti prirodnonaučnom modelu i hermeneutičke prakse), preko niza novina i „dekonstrukcija“ prvobitnog modela kroz njenu istoriju, do savremenog trenda – neuropsihoterapije, koja poslednjih deset godina uvodi nova saznanja neuronauke u sagledavanje psihoterapijskog procesa i unapređenje postupaka. Analizirani su značaj i uloga koju različiti psihoterapijski pravci (klasična psihoanaliza, BT, KBT, uključujući i nove *mindfulness* pristupe, egzistencijalistički, humanistički i konstruktivistički pravci) pridaju svesti, svesnosti i osvešćivanju, te koje značenje ovi pojmovi imaju u svetlu distinkcija na koje je ukazala analiza filozofije duha – reprezentaciono tj. funkcionalno-kauzalno i fenomenalno. Pokazano je i kako se epistemološki problemi svesti koji su ranije opisani pojavljuju i rešavaju u psihoterapiji kao praktičnoj disciplini.

Integracija fenomenalne svesti u sliku duha, te povezivanje prirodnonaučnih disciplina i disciplina koje se bave iskustvom i subjektivnošću mora da pođe dalje od konceptualno-logičke analize na kojoj ostaje filozofija duha. Prvi korak na tom putu je razvoj metodologije prvog lica, koja omogućava opis mentalnih procesa i sadržaja onako kako se oni manifestuju iz ugla svesnog subjekta. Stoga je najpre prikazano šest metoda prvog lica poreklom iz introspektivne psihologije, fenomenološke filozofije i budističke kontemplativne tradicije, a zatim sprovedena tematska kvalitativna analiza ovih metoda.

Postupkom otvorenog kodiranja izdvojeno je deset dimenzija po kojima su upoređivane metode. Ovo eksplorativno istraživanje omogućilo je precizniji uvid u međusobne srodnosti i razlike analiziranih metoda, u njihove moći i slabosti, te strategije unapređenja, kao i u mogućnosti saradnje sa metodama trećeg lica. Pokazali smo takođe da „pogled iznutra“ može da otkrije važne odlike svesti i duha koji ostaju netransparentni objektivnim metodama.

Ključne reči : svest, *qualia*, filozofija duha, psihoterapija, metode prvog lica

Abstract

Consciousness has become the subject of multidisciplinary *consciousness studies* in last three decades which revived the importance of conceptual analysis of the concept of consciousness and problems that occur in a variety of research approaches to consciousness. Do different disciplines (and even different approaches within the same discipline) speak about the same subject at all? What are modern neurological theories of consciousness related to, for example, what is the theoretical status of the concept of consciousness within functional diagrams of cognitive psychology, what do psychotherapists talk about when they highlight importance of awareness in a psychotherapeutic process and importance of becoming aware of the unconscious, what do phenomenologists or practitioners of contemplative traditions have in mind when dealing with direct experience and, in the end, what do different ontological positions imply with the notion of consciousness in the relationship between mind and body? Conceptual analysis conducted in this paper aims to improve communication between disciplines and localize difficulties that stand in the way of interdisciplinary research projects.

Analytic philosophy of mind has sharpened and located the problem of consciousness in last four decades, and has also developed a new conceptual apparatus and thought experiments that enable more accurate understanding of limits in an attempt of a natural science reconstruction of the concept of mind, which in recent decades, usually with large success, have been undertaken by so-called mind sciences (such as cognitive

psychology, artificial intelligence, linguistics, neuroscience). In this thesis, the author shows how different contemporary philosophers suggest distinctions of two faces of consciousness and mind – Jackendoff's distinction between computational mind and phenomenological mind, Block's differentiation of A-consciousness (access consciousness) and P-consciousness (phenomenal consciousness) and Chalmers' distinction between "easy" and "hard" problems of consciousness. While, for example, A-consciousness, refers to consciousness in terms of accessibility and availability of specific content (mental representations) in the control of speech, reasoning and actions, P-consciousness (phenomenal consciousness) refers to the fact that conscious mental states possess experiential, qualitative characteristics, which are directly available only from the subjective perspective of the first person. Philosophy of mind introduced a technical term *qualia* (lat. sing. *quale*) for this aspect of consciousness, and it makes consciousness different from other subjects of research in the dominant objectivist scientific paradigm.

In this thesis, the author discusses the problem of the ontological status of *qualia*, as a problem in the formulation of the materialistic mind theories (the thesis of identity, functionalist and representational theories), as well as epistemological problems of *qualia* - the problem of privileged access, the argument of incomplete knowledge (Jackson) and the problem of the explanatory gap (Levine) and their repercussions on philosophy of science - the problem of the relationship between first and third-person methodologies, understanding and explanation, a human science and a natural science approach to man. The historical succession of paradigms in the mainstream academic psychology has been viewed from this angle.

All previous strategies of eliminating phenomenal consciousness from psychological and philosophical discourse lead to deepening of the gap between the world of experience (*Lebenswelt*, Husserl) and the natural science picture of the world constructed by using an objective methodology. Psychotherapy, on the contrary, is a discipline that is one of the most important links between a disciplined approach to subjective experience and objective scientific facts. That is why attention has been paid to the contemporary constitution of psychotherapy as a scientific discipline, as well as its positioning in relation to a natural science and a human science paradigm since its establishment (Freudian oscillating between the affection to natural scientific model and hermeneutical practice), through a number of novelties and "deconstructions" of the

original model through its history, to the modern trend – neuropsychotherapy which has introduced new findings of neuroscience in understanding psychotherapeutic processes and improvement of procedures in last ten years. We analyzed the importance and the role that different psychotherapeutic views (classical psychoanalysis, BT, CBT, including new *mindfulness* approaches, existentialist, humanistic and constructivist views) attach to consciousness, awareness, and raising awareness, as well as the meanings of these terms in the light of distinctions identified by the analysis of philosophy of mind - that is, representational, functional-causal, and phenomenal. It was shown how the epistemological problems of consciousness described above occur and get resolved in psychotherapy as a practical discipline.

Integration of phenomenal consciousness into an image of the mind, and connection of natural science disciplines and disciplines which deal with experience and subjectivity has to go beyond a conceptual and logical analysis on which philosophy of mind remains. The first step on this road is development of a first-person methodology, which allows a description of mental processes and content as they are manifested from a perspective of a conscious subject. Therefore, the first things presented were six first-person methods originating from introspective psychology, phenomenological philosophy and Buddhist contemplative tradition, and then, a qualitative thematic analysis of the six methods was conducted. The process of open coding singled out ten dimensions by which methods were compared. This exploratory research has allowed for a more precise insight into mutual similarities and differences of the analyzed methods, into their powers and weaknesses, improvement strategies, as well as opportunities for cooperation with third-person methods. It has shown also that “a view from within” can reveal important features of consciousness and mind that remain non-transparent to objective methods.

Key words: consciousness, *qualia*, philosophy of mind, psychotherapy, first-person methods

1.UVOD

Ima tema koje u jednoj tački razvoja saznanja dospeju u fokus interesovanja ne samo naučne zajednice nego i šire intelektualne javnosti. Da bi se to desilo, potrebno je da se steknu određene okolnosti. Obično se radi o nekom novom naučnom otkriću, razvoju novih istraživačkih tehnologija ili pomaku u teorijskoj ravni, koji koincidiraju sa socijalno-kulturnom aktuelnošću i relevantnošću teme, obično tako što ona na neki krucijalni način dotiče našu sliku o sebi i svetu u kome živimo. Da upotrebimo metaforu iz psihologije opažanja, „reorganizacija perceptivnog polja“ dovodi do toga da jedna tema koja je bila u pozadini počinje da se opaža kao figura, dakle, postaje u novoj konstelaciji žiža, koja fokusira pažnju i izaziva interesovanje. Sa druge strane, kao što su pokazale analize geštalt psihologa Maksa Verthajmera o odnosu figure i pozadine u vizuelnom opažanju, pozadina, kao fon na kome se figura kao glavni perceptivni događaj pojavljuje, predstavlja značajnu determinantu opažanja figure.

Izgleda da se ovako nešto desilo sa svesću kao naučnom i filozofskom temom početkom devedesetih godina dvadesetog veka. Devedesete godine su čak nazivane decenijom svesti. Naučni magazin „Discover“ proglašava 1992. svest za jedan od 10 najvažnijih nerešenih naučnih problema. No, nešto slično bismo sa punim pravom mogli da tvrdimo i za prvu deceniju dvadeset prvog veka. Sudeći po broju publikacija, interesovanje za svest ne jenjava, već izgleda da raste i obećava da će svest učiniti jednom od centralnih naučnih tema. Svest kao filozofski predmet ima svoj kontinuitet u novovekovnoj filozofiji, kao predmet psihologije, opet, diskontinuitet i jedan pomalo bizaran istorijat. Ali čak i u periodima „prohibicije“, svest je u psihologiji ipak bila prisutna u pozadini kao „implicitna varijabla“. Danas, kada se problem svesti postavlja na eksplicitniji način nego ikada pre, a svest sve više pojavljuje u nazivima knjiga, kongresa, simpozijuma i istraživačkih projekata kao „key word“, ne treba smetnuti s uma gore pomenuti geštaltistički perceptivni princip, koji ukazuje na suštinsku zavisnost opažaja figure od pozadine na kojoj se pojavljuje. Zato ćemo i u ovom radu biti neizbežno upućeni na promišljanje istorijski uslovljenog fona, na kome figuriraju savremene formulacije problema svesti, kao i ponuđena rešenja.

Koji uslovi su doprineli tome da fenomen svesti postane značajan fokus interesovanja kako nauke, tako i šire javnosti u poslednje dve decenije? Pre svega, to je pojava više naučnih disciplina od šezdesetih godina dvadesetog veka, koje se iz različitih uglova bave ljudskim duhom i njihov nagli razvoj, koji je kulminirao upravo u poslednje dve decenije. Kognitivna psihologija, inspirisana razvojem kibernetike, lingvistike i teorije informacija, veštačka inteligencija i neuronauka napravile su na empirijskom planu u svega pedesetak godina prodor u tajne ljudskog duha veći nego u poslednja tri veka zajedno. Takav turbulentan razvoj povukao je za sobom potrebu za teorijskim istraživanjima i pojmovnim analizama, koje bi nas približile razumevanju pravog smisla i međusobnog odnosa velikog broja novih podataka. Paralelno sa razvojem novih empirijskih nauka, uspon doživljava i jedna nova filozofska disciplina – filozofija duha (eng. *philosophy of mind*, nem. *Philosophie des Geistes*), koja sa jedne strane vodi poreklo iz analitičke filozofije i filozofije jezika, a sa druge ima svoju predistoriju u ontološkoj i spoznajnoteorijskoj problematici novovekovne filozofije. Filozofija duha je u prvom redu analitički i metateorijski projekat, mada se u njenom okrilju razvijaju i novi pojmovni aparat i nove teorije o svesti i duhu. Sve ove discipline zajedno ponekad se nazvaju naukama o duhu (*mind sciences*). Jedan naročito intrigantan i moguće centralni aspekt ljudskog duha je svest, u smislu neposrednog subjektivnog iskustva. Poslednjih decenija otpočela je živa komunikacija disciplina koje se bave duhom sa fokusom na problemima svesti, što je dovelo do formiranja jedne nove multidisciplinarne oblasti, poznate kao studije svesti (*consciousness studies*), koja uspostavlja komunikaciju između različitih empirijskih i teorijskih istraživanja fenomena svesti. Takson centar Arizona univerziteta organizuje redovne godišnje kongrese i izdaje časopis „Journal of Consciousness Studies“. ASSC centar osnovan 1994. na Berkliju (Association for the Scientific Studies of Consciousness) izdaje elektronski časopis „Psyche: An Interdisciplinary Journal of Research of Consciousness“ i dodeljuje godišnju nagradu „Vilijem Džejms“ za doprinos u istraživanju svesti. Interdisciplinarni skupovi internacionalnog karaktera i zbornici posvećeni svesti u duhu *consciousness studies* nisu strani ni našoj sredini. Još 1996. i 1997. u Beogradu su održani simpozijumi i izdati zbornici: „Consciousness: Scientific Challenge of the 21st Century“ (urednici: D. Raković i Đ. Koruga, ECPD Belgrade, 1996) i „Brain and Consciousness“ (urednici: Lj. Rakić, G. Kostopoulos, D. Raković, Đ. Koruga, ECPD, Belgrade, 1997).

Poslednjih decenija takođe smo svedoci razvoja novih neurofizioloških tehnologija (funkcionalna magnetna rezonanca fMRI, kompjuterizovani EEG sa velikim brojem senzora, jednofotonska emisiona kompjuterska tomografija SPECT), koje omogućavaju praćenje veoma finih i brzih promena u funkcionisanju mozga, koje dalje mogu korelirati sa promenama u svesnim stanjima i aktivnostima. Istraživanja novim tehnologijama dovode često u pitanje i doskorašnja shvatanja o prirodi mozga, na primer o njegovoj relativnoj nepromenljivosti posle perioda puberteta. Studije neuroplasticiteta u poslednjih desetak godina ukazuju na znatno veću fleksibilnost i dinamičnost mozga – nove nervne ćelije nastaju i moždane veze i strukture se menjaju tokom celog života, naročito kao rezultat novih iskustava i pod uticajem različitih oblika mentalnog treninga. Izgleda da se u oblastima nauka o duhu (*mind sciences*) i studija svesti (*consciousness studies*) iz godine u godinu dešavaju novi prodori, otvaraju nova pitanja ili stara postavljaju na novi način. Pomenimo ovde i jednu fiziku svesti u nastajanju: do sada više sporadični teorijski pokušaji da se, delom u okvirima klasične fizike, delom iz ugla kvantne fizike, pristupi problemu svesti kreću se poslednjih par godina u pravcu prvih sistematizacija (vidi npr. Tuszynski, J., ed. *The Emerging Physics of Consciousness*, Springer, 2006, *Quantum Mind* – konferencija Takson Centra, Salzburg, 2007).

Drugi skup razloga koji čine svest tako aktuelnom temom leži u velikim promenama koje se u poslednje dve decenije dešavaju u našem iskustvenom svetu (*Lebenswelt*). Ubrzavanje života, novi mediji i nove mogućnosti manipulacije svešću, sve veći uticaj tehnologije na svakodnevnicu, zatrpanost informacijama i proizvodima, kao i konzumerizam, globalizacija, ekonomske, finansijske i ekološke krize teško sagledivih posledica dovode nas pred akutnu zapitanost – kakvo još mesto u takvim procesima može da ima svesni subjekat, kakvo značenje ima njegovo lično iskustvo u svetu brojeva i «objektivnih» zakonitosti, kakve su njegove mogućnosti delovanja. Uz to idu i dalja pitanja - kako u jednom takvom svetu sačuvati mentalno zdravlje, održati duševnu ravnotežu, živeti ispunjen život. Ne treba da nas čudi što psihoterapija i srodne discipline u savremenim okolnostima igraju sve značajniju ulogu u društvu. Psihoterapija je kao disciplina nastala u osvit dvadesetog veka iz pokušaja da se u okviru jednog narativnog namesto fizikalnog modusa pristupi lečenju nekoliko za ono vreme tipičnih kategorija neurotičnih poremećaja. Izgleda ipak da je još osnivač psihoterapije Sigmund Frojd sagledao da njeni dometi prevazilaze uske kliničke okvire i

naslutio da će ona igrati značajnu ulogu u društvu budućnosti. Psihoterapija se u međuvremenu razvila u jednu sofisticiranu praksu istraživanja i promene doživljavanja i ponašanja, sa brojnim metodama, teorijama i školama. Problemi sa kojima radi savremena psihoterapija velikim delom izlaze iz psihijatrijskih nozoloških kategorija i medicinskog modela bolesti, i lečenja uopšte. Pored psihoterapije, izgleda da spoznaje i metode vekovima starih kontemplativnih disciplina dobijaju novo mesto i aktuelnost u savremenom društvu, jer ukazuju na mogućnosti pospešivanja duševnog i fizičkog zdravlja i blagostanja putem različitih oblika mentalnog treninga i kultivacije. Upravo u poslednje dve decenije, kontemplativne tradicije, naročito one razvijene u okviru budizma, počinju da ulaze u vrlo plodan dijalog sa psihoterapijom, sa jedne, i akademskom naukom sa druge strane, tj. postaju predmet ozbiljnog naučnog interesovanja i istraživanja.

Globalizacija je omogućila novu dostupnost intelektualnih i duhovnih dobara i dovela u kontakt oblasti koje nikada tokom dosadašnje istorije nisu bile u komunikaciji. Internet i drugi mediji prenose znanja iz ovih različitih oblasti širokoj publici. Nalazi studija o mozgu iz neurofizioloških laboratorija, filozofske debate doskora ograničene na uske akademske krugove, metode kontemplativnih tradicija vekovima skrivene iza manastirskih zidova dospevaju najednom na naslovne stranice popularnih časopisa („Times“, „Spiegel“, „Focus“, „Geo“). Savremena istraživanja postavljaju na nov način pitanja (iako daleko od toga da na njih daju nedvosmislene odgovore) od opšte aktuelnosti i značaja: kako funkcionišu naši kognitivni procesi, šta možemo da učinimo da poboljšamo kognitivne funkcije, šta je svest i kakva je njena neurofiziološka osnova, postoji li nešto poput ja ili sopstva, postoji li sloboda volje, kako da optimiramo svoje doživljavanje sreće i zadovoljstva u svakodnevnom životu. Veliki napredak i nova saznanja koji su ostvarile *mind sciences* postavljaju pred nas takođe i etička pitanja prilikom njihove implementacije u najširoj socijalnoj ravni – smatra nemački filozof duha Tomas Meringer. On pledira za jednu novu kulturu svesti (*Bewusstseinskultur*), koja bi omogućila razumnu i na jasnim etičkim principima zasnovanu primenu novih neurofizioloških otkrića i tehnologija svesti, nalazeći antičke korene te svoje ideje u Ciceronovom shvatanju filozofije kao *nege duše* (*cultura animi*).

Iz dosada rečenog mogao bi se steći utisak da je svest opšteprihvaćen, legitiman predmet naučnog istraživanja. Iako se studije svesti u poslednje dve decenije zaista etabliraju kao legitimna naučna disciplina, nedoumice vezane za sam pojam, status i

metodologiju proučavanja svesti izazivaju kod mnogih i dalje zaziranje od svesti kao teme, ili čak uverenje da je treba ostaviti po strani od nauke. Kasnije u radu ćemo osvetliti vrstu argumenata na kojima počiva takav stav. Njega srećemo kako u psihologiji, tako i kod nekih filozofa duha.

Kako je svest jedna od temeljnih odrednica ljudskog bića, očekivano bi bilo da se psihologija, jedna od najvažnijih nauka o čoveku, njome bavi kao svojom centralnom temom. Psihologija se i konstituisala kao empirijska nauka u drugoj polovini devetnaestog veka, sa svešću kao predmetom i introspekcijom kao metodom, ali taj projekat je već u drugoj deceniji dvadesetog veka počeo da tone u zaborav. Bihevoristička anatema svesti ostavila je, čak i više decenija nakon „izumiranja“ bihevorizma kao psihološkog pravca, auru sumnje oko pojma svesti, koja se provlači kroz istoriju psihologije do danas. U psihologiji je valjda samo pojam duše (koji nosi u imenu!) više tabuiziran od pojma svesti. Za većinu psihologa, lojalnih pozitivističko-operacionalističkom treningu, koji je deo studija psihologije, bavljenje svešću je oduvek izgledalo kao suviše eluzivna ili suviše filozofska preokupacija. Samo neupućenima može izgledati čudno da pročitaju u jednom rečniku psihologije pod odrednicom „svest“ sledeće; „Svest je fascinantna, ali varljiv fenomen, nemoguće je specifikovati šta je svest, šta radi ili zašto postoji. Ništa vredno čitanja nije o tome napisano“ (Sutherland, S., 1995, str. 95). Ovakve gotovo cinične formulacije rezultat su, sa jedne strane, iskustva da se pojam svesti u psihologiji uvek opirao sistematskoj, konceptualnoj i empirijskoj analizi. Videćemo da se, zaista, već kod pokušaja definisanja pojma svesti suočavamo sa ozbiljnim problemima, kao i da je pitanje metodologije istraživanja svesti predmet debate, još uvek daleko od rešenja. Ove realne poteškoće, koje problem svesti čine „teškim“, bivaju, sa druge strane, gotovo automatski i neraskidivo skopčane sa određenom ideološkom pozadinom i ishitrenim i dogmatskim kvalifikacijama, koje služe ponajviše da se iz vidnog polja ukloni ili marginalizuje sve ono što je u problemu svesti neuklopivo u jednu objektivističku, kvantitativnu i prirodnonaučnu koncepciju psihologije. Odbacivanje svesti kao legitimnog predmeta psihologije nikada nije počivalo na uverljivim logičko-metodološkim ili empirijskim argumentima. Videćemo međutim i da jedan broj teoretičara koji su ozbiljno pristupili analizi problema svesti u okviru savremene filozofije duha ne mogu da se otmu utisku da su suočeni sa teško uhvatljivim, gotovo neinteligibilnim pojmom, te da ljudski kognitivni kapaciteti naprosto nisu dorasli problemu (kao što je inteligencija majmuna nedovoljna za

shvatanje kvantne fizike, po rečima filozofa Mek Gina). Koliko god nam moment fascinacije pred fenomenom svesti koji stoji iza ovakvih izjava bio iskustveno blizak, pa možda čak i simpatičan, smatramo da je uputnije primiti ih sa najvećim oprezom, jer upravo one pletu auru misterije oko pojma svesti, što daje težinu redukcionistički i eliminacionistički orijentisanim misliocima. Ovima, opet, što zarad parsimoničnosti i slike sveta zasnovane na prirodnonaučnoj paradigmi, što iz drugih razloga, izgleda da ipak više leži na srcu da fenomen svesti, kao ometajući faktor, na jedan ili drugi način sklone sa dnevnog reda, nego da ga objasne ili razumeju. Svedoci smo nekoliko takvih pokušaja u dvadesetom veku, čija problematičnost, kako ćemo u radu nastojati da pokažemo, nije samo u činjenici da nas odbijaju *prima facie* svojom kontraintuitivnošću. Svedoci smo takođe i suprotne tendencije da se svest kao krucijalni naučni i filozofski problem uvek iznova vraća i pokazuje rezistentnost prema eliminativizmu, za šta se mogu pronaći i argumenti koji prevazilaze našu privrženost intuiciji.

Upravo osvetljavanje i artikulacija bazične intuicije – da je bez pojma svesti naša slika sveta ne samo drastično osiromašena već vrlo lako i u sebi protivrečna – te da je svest jedna od referentnih tačaka na koju nas većina naučnih i filozofskih problema neminovno vraća, biće jedan od lajtmotiva ovog rada.

1.1. Tema ovog rada u svetlu aktuelnog multidisciplinarnog pristupa svesti

Problemi svesti danas neminovno dobijaju multidisciplinarni tretman. Multidisciplinarni zbornici radova, skupovi, kongresi i projekti koji se bave svešću sasvim su uobičajena pojava. Naravno da neki problemi svesti više pripadaju jednoj ili drugoj disciplini, ali bez interdisciplinarne komunikacije i konteksta je teško interpretirati značenje pojedinačnih nalaza ili čak teorija iz jedne uže discipline za naše shvatanje svesti u celini. Čak i u multidisciplinarnom okviru, pitanje odnosa teorija različitih nivoa i empirijskih činjenica na koje se one pozivaju, predstavlja problem na koji je nemoguće dati jednoznačan odgovor. Van multidisciplinarnog okvira njihov status ostaje krajnje nejasan. U kakvoj su vezi na primer kvantni fenomeni, koje neki fizičari u svojim teorijama dovode u vezu sa svešću (na primer Penrouz), sa neurološkim nalazima, zatim

sa fenomenološkim podacima prvog lica i na kraju sa teorijama o odnosu duha i tela, odnosno mentalnog i fizičkog domena, koje se razvijaju u okrilju savremene filozofije duha? Traganje za konceptualnim okvirom i istraživačkim postupcima koji će nas odvesti korak dalje u rešavanju ovako teških a centralnih pitanja zamislivo je jedino u multidisciplinarnom okviru.

Interdisciplinarni karakter ovog rada leži u činjenici da ćemo se u našem istraživanju problema svesti fokusirati na dve discipline – filozofiju duha i psihoterapiju. Komunikacija između ove dve discipline postoji zasada više u naznakama i nije nam poznat nijedan rad koji ih na eksplicitan i sistematski način dovodi u dijalog. Nešto niže ćemo izneti zašto smatramo da je taj dijalog veoma smisaon i aktuelan. Kako je psihoterapija jednim svojim delom primenjena oblast psihologije, prikazaćemo ukratko i najvažnija psihološka shvatanja i saznanja o svesti. Pošto razvoj metodologije istraživanja svesti (aktuelni tehnički termin „metode prvog lica¹“) vidimo kao ključ za ponovno okretanje fenomenu svesti u psihologiji i njegovo puno razumevanje u psihoterapiji, posebnu pažnju ćemo posvetiti savremenoj diskusiji o metodama prvog lica, a uvešćemo u dijalog i jednu metodu istraživanja duha i svesti koja potiče iz budističke kontemplativne tradicije, a ima već i brojne psihoterapijske primene.

Pogledajmo na ovom mestu ukratko učesnike dijaloga.

Svest je u glavnim akademskim tokovima psihologije, od centralnog predmeta u okviru rane introspektivne škole preko zabranjenog pojma u biheviorizmu, postala poslednjih decenija u okviru kognitivne paradigme pojam koji je, iako marginalizovan, ipak prisutan, mada u nešto drugačijoj formulaciji od tradicionalne. Svest je ovde najčešće, kao i drugi mentalistički pojmovi, objektivno definisana i izjednačena sa mestom u okviru funkcionalnih dijagrama, često bez jasnog specifikovanja odnosa njene takve funkcionalne karakterizacije sa domenom subjektivnog iskustva. Istorijski i savremeni tretman problema svesti u psihologiji biće predmet sledećeg poglavlja. Recimo za sada samo toliko da psihologija dugo nije pokazivala dovoljno odvažnosti da se uhvati ukoštac sa ovim kompleksnim fenomenom, tako da su, paradoksalno, jedno vreme čak fizičari imali više da kažu o svesti od psihologa. U okviru aktuelne kognitivne

¹ Metode prvog lica nastoje da opišu metalne procese i sadržaje onako kako se oni manifestuju iz ugla svesnog subjekta, za razliku od metoda trećeg lica, karakterističnih za prirodne nauke, koje opisuju svoj predmet (npr. prirodne fenomene, mentalne procese) bez reference na svesnu, iskustvenu sferu.

paradigme u psihologiji, međutim, smatramo da postoji dovoljno prostora za povratak svesti, ne samo u funkcionalnom već i u njenom suštinskom, fenomenološkom određenju.

Ponekad se kao simbolična godina rođenja filozofije duha uzima 1950, kada se pojavila knjiga *Pojam duha* Gilberta Rajla. U njoj Rajl preduzima da se iz biheviorističkog ugla i služeći se logičkom analizom jezika razračuna sa onim što vidi kao jedan od centralnih filozofskih mitova (naziva ga i „dogmom o duhu u mašini“) tj. sa Dekartovim učenjem o čoveku sačinjenim od duha i tela kao dve različite i nezavisne supstancije koje stupaju u interakciju. Na ovom mestu biće dovoljno da primetimo da jedan ovakav pokušaj razračunavanja (koji, po svoj prilici, nije posedovao dovoljnu uverljivost) sa Dekartovim nasleđem ne stoji slučajno na početku filozofije duha kao nove discipline. Čak i ako je Dekartov ontološki dualizam danas prisutan samo na marginama filozofije duha, kartezijski način mišljenja o duhu i telu i način postavljanja problema obeležava još uvek snažno čitavu disciplinu, pa bi, iz tog ugla, mogli s pravom da vidimo i samog Dekarta kao njenog tri veka starog preteču. Odnos duhovnog i fizičkog je tako još uvek centralni problem filozofije duha, s tim što se on danas obično formuliše kao problem odnosa mentalnih stanja i neuralnih stanja mozga. Pored ontološkog problema, značajno mesto u filozofiji duha ima i spoznajnoteorijska problematika, u okviru rasprava o intencionalnosti i reprezentacionom karakteru mentalnih stanja (na koji način pomoću naših mentalnih stanja stičemo znanje o svetu), kao i u okviru za nas centralnih razmatranja problema svesti. Suštinska i jedinstvena odlika svesti u odnosu na druge predmete istraživanja je njena perspektivnost. Postojanje subjektivne perspektive dostupne samo iznutra svesnom subjektu obično se označava kao spoznajno privilegovani pristup sadržajima sopstvene svesti (*privileged access*). To, sa druge strane, znači da nikada ne možemo sa izvesnošću da znamo nešto o mentalnim sadržajima i stanjima druge osobe (*other minds problem*). U spoznajnoteorijsku problematiku spada i problem epistemičkog jaza (*epistemic gap*) – problem nedostatnosti bilo koje količine objektivnih znanja o mozgu i nervnim procesima da osvetli fenomen postojanja sveta subjektivnog iskustva. Postojanje epistemičkog jaza ima reperkusije i za filozofiju nauke, jer ukazuje na granice objektivnih prirodnonaučnih metoda. Filozofija duha je dosada na vrlo uspešan način izoštrila i locirala vrste problema i teškoća koje se pojavljuju prilikom pokušaja određenja i objašnjenja sveta subjektivnog svesnog doživljavanja.

Analitički poduhvat filozofije duha, disciplina i preciznije distinkcije koje uvodi u upotrebi pojmova i formulisanju hipoteza o duhu, mentalnim stanjima i svesti pružaju priliku psihologiji i psihoterapiji da u tom svetlu preispitaju svoje temeljne stavove prema ovim fenomenima. Psihologija je u procesu svog formiranja kao nezavisne empirijske nauke u devetnaestom veku uložila napor da se distancira od filozofije, čije je deo dotada bila, ali je refleks bega od filozofije izgleda ostao gotovo do danas. Beg naravno nikada nije ni bio moguć, iluzija o čisto empirijskoj nauci koja se bavi empirijskim činjenicama oslobođenih filozofskih i metafizičkih pretpostavki potiče takođe iz jednostranog oslanjanja na jednu filozofiju – logički pozitivizam. Samo uz pomoć samorefleksije i sagledavanja sopstvenih implicitnih filozofskih pretpostavki moguće je jasno videti i prevazići sopstvena ograničenja. Dok je logički pozitivizam u filozofiji nauke imao svoj uspon i pad, u psihologiji je zahvaljujući izvesnom nedostatku samorefleksije ostao neobično živ, što se ogleda u tome da su teorijski pristupi gurnuti na marginu, a kompleksni pojmovi poput svesti u zapećak.

Osnivač psihologije Vilhelm Vunt je video u osnovi nove nauke naporedo dve orijentacije – jednu – prirodnonaučnu (po mogućstvu kvantitativnu), koja je primerena ispitivanju jednostavnih psihičkih procesa i drugu – duhovnonaučnu, kvalitativnu i interpretativnu, koja je po njemu jedina moguća u proučavanju složenih psihičkih procesa. U pozadini ove Vuntove formulacije prepoznatljivo je Diltajevo razlikovanje prirodnih i duhovnih nauka i njihovih metoda. Sam Vunt se bavio obema psihologijama. Tokom 20. veka je prirodnonaučna orijentacija, međutim, hipertrofirala na račun duhovnonaučne, te ona daje glavni pečat onome što aktuelno zovemo psihologija. Danas postaje ipak sve više jasno da su psihološke i druge empirijske discipline koje se bave duhom i svešću nužno upućene na filozofiju prilikom dublje interpretacije svojih nalaza. Sa svoje strane, filozofija koja bi se danas bavila duhom ne uzimajući u obzir saznanja empirijskih disciplina morala bi ostati sasvim po strani i irelevantna za glavne istraživačke tokove.

Psihoterapija kao sistematska i disciplinovana praksa podsticanja i usmeravanja promena u oblasti doživljavanja i ponašanja, koja počiva na jasno definisanim metodama, teorijskim okvirima i istraživanju, leži između sveta svakodnevnog iskustva (*Lebenswelt*) i na prirodnonaučnoj, objektivističkoj paradigmi zasnovanih nauka o duhu, koje već prirodom svoje metodologije trećeg lica nemaju gotovo ništa da nam kažu o unutrašnjem svetu subjektivnog doživljavanja. Zato je psihoterapija jedinstveni okvir za

često dubinsko i minuciozno empirijsko (mada uglavnom ne i eksperimentalno) istraživanje svesti i svesnih procesa u okviru specifičnog terapijskog odnosa dve osobe u dijalogu. Posmatranje se odvija u kontekstu jednog dinamičnog procesa promene, koji često bolje otkriva strukture, funkcije i međuslovljenosti u iskustvu nego što bi to mogao neki više statički modus posmatranja. Psihoterapija je dugo shvatana u okviru medicinskog modela kao lečenje psihičkih poremećaja. Tako je ovaj njen aspekt discipline koja se bavi istraživanjem ljudskog iskustva ostajao u senci. Danas se psihoterapija i definiše bez ikakvog referiranja na psihopatologiju, kao na primer u jednom savremenom određenju kakvo daje Alfred Pric u članku „Globalizovana psihoterapija“: psihoterapija predstavlja primenu određenih metoda tretmana psihičke patnje kao i psihosomatskih tegoba, te životnih kriza različitog porekla; njenu klijentelu ne sačinjavaju samo ljudi sa emocionalnim problemima već i oni sa razvojnom motivacijom proširivanja spektra svojih sposobnosti; u tom smislu je psihoterapija u mnogim slučajevima preventivna. (Pritz, A., 2002, str. 13).

Analiza psihoterapijskog procesa je od velikog značaja za diskusiju problema svesti – ona, na primer, ukazuje da psihoterapijske intervencije, koje su nefizikalne i često se odvijaju pre svega u domenu subjektivnog iskustva dovode do velikih promena u ponašanju, što je teško razumljivo iz objektivističke, redukcionističke i epifenomenalističke optike. Psihoterapijski proces pokazuje takođe da sve što se u njemu dešava, a što je od životne važnosti za klijenta (uvid, aha-doživljaj, značenje, smisao, samopouzdanje, autonomija, kreativnost) ima svoj koren u domenu subjektivnog doživljavanja. Primeri koji demonstriraju značaj svesnih kvalitativnih odlika iskustva iz psihoterapijske prakse deluju mnogo ubedljivije nego oni, krajnje svedeni, koji se obično koriste u filozofiji duha.

Jedan deo problema kojima se filozofija duha i psihoterapija bave se preklapa: problem subjektivnog iskustva, odnos svesti i nesvesnog, odnos svesti i duha, struktura duha i svesti, pitanja subjektiviteta, intencionalnosti, perspektivnosti, reprezentacije i kauzalnosti u domenu mentalnih sadržaja. Ugao iz koga to čine je veoma različit, po mnogo čemu čak suprotan. Filozofija duha bavi se prevashodno konceptualnom analizom i nema u vidu bilo kakvu direktnu primenu svojih nalaza. Psihoterapija je disciplina koja je pre svega pragmatički orijentisana i koja, polazeći od jedne specifične prakse, koja je u tom obliku tek nešto više od sto godina stara, razvija teorije o ljudskom

duhu, koje bi trebalo da ostanu blizu domena praktične primenljivosti. Upravo ove različite pozicije susret ovih disciplina čini značajnim za obe strane.

Filozofija duha polazi u svojim analizama od pojmova i iskaza folk psihologije², koja je zasnovana na nekoj vrsti naivnog opšteljudskog iskustva i povremeno iskaza kognitivne i neuro nauke, koje su u potpunosti objektivno zasnovane. Pojmovni instrumentarijum i nalazi više fenomenoloških pristupa svesti minimalno i marginalno su prisutni u filozofiji duha. Između folk psihologije i objektivne kognitivne nauke postoji, međutim, psihoterapija kao disciplina koja se na sistematski i disciplinovan način bavi svakodnevnim iskustvom, te nudi rafiniraniji pogled na iskustvo i naročito mogućnosti i procese njegove promene, od onoga od koga u svojim analizama polazi filozofija duha. Analiza pojmovnog i metodološkog repertoara psihoterapije još uvek nije našla primereno mesto u okviru filozofije duha. Sa jedne strane je za to zaslužan izrazito nefenomenološki i nepragmatički stav filozofije duha; sa druge, zbunjujuće šarenilo pristupa u okviru psihoterapije kao discipline, u kome je izvana dosada bilo teško sagledati zajedničke imenitelje.

Analitički pristup filozofije duha se pokazao kao veoma koristan, ali njeno ostajanje isključivo u ravni analitičke filozofije može je voditi u izvesnu sterilnost i izolaciju. Problemi svesti i duha prevazilaze okvire čisto konceptualno-logičke analize i zastupanja i odbrane uglavnom logičkim argumentima jedne ili druge pozicije. Osim toga, spor između različitih pogleda na problem svesti ne izgleda nam rešiv isključivo u domenu konceptualno-logičke analize. Zapravo je moguće u okviru filozofije duha videti dve komponente – pomenutu analitičku i drugu sadržinsku i više konstruktivnu komponentu, koja pravi korake ka izgradnji novih teorija duha, koje povratno mogu uticati na empirijske discipline. Danas smo svedoci velike dinamike u domenu naučnih empirijskih istraživanja, kao i razvoja psihoterapijskih praksi koje na suštinski način dotiču probleme svesti, tako da čak i čisto analitički poduhvat mora da nađe način da drži tempo sa stanjem stvari u empirijskoj ravni i novim pojmovnim repertoarom koji tu nastaje, što nije nimalo lako. Filozofske teorije koje bi taj razvoj previdele i polazile od neurofizioloških shvatanja mozga ili na primer psihoterapijske prakse iz šezdesetih godina, ne bi danas izgledale naročito uzbudljivo.

² *Folk psychology* – zdravorazumska psihologija, u smislu konstrukata i pretpostavki koje koristimo u svakodnevnom govoru u objašnjenju sopstvenog i tuđeg ponašanja.

Različita rešenja u okviru filozofije duha imaju veoma različite implikacije za sliku o čoveku, u njihovoj pozadini leže često neprepoznati etički, antropološki, socijalno-filozofski problemi. Ovi su opet suštinski i direktno povezani sa psihoterapijom, disciplinom, koja će, može se očekivati, imati u budućnosti sve veći značaj i uticaj na društvo u celini, dok, sa druge strane, sama predstavlja ogledalo onoga što se dešava u društvu.

Psihoterapija je od 2005. godine postala akademska disciplina, prvi put u ponudi kao studijski pravac nezavisno od psihologije i psihijatrije na Univerzitetu „Sigmund Frojd“ u Beču, nešto kasnije i u Parizu, zatim Berlinu. Profesija psihoterapeut se time takođe postepeno osamostaljuje i biva regulisana posebnim zakonima na evropskom nivou. Taj novi razvojni pravac čini naročito aktuelnim teorijsko utemeljenje psihoterapije, pored utemeljenja u empirijskim istraživanjima. Teorijska i empirijska istraživanja smatramo podjednako važnim u konstituisanju nove discipline. Psihoterapija je poslednjih nekoliko decenija doživela buran razvoj u ravni prakse, čiji rezultat je veoma širok spektar psihoterapijskih modaliteta, od kojih je svaki razvio svoje metode i teorije. Pored toga, njen razvoj pokazuje u poslednje vreme izraženu tendenciju ka integrativnim pristupima, u čijoj osnovi leži potreba da se u većoj meri uvaži celovitost ljudskog bića i poveća efikasnost terapijskog procesa. Trend ka osamostaljivanju u akademskim i profesionalnim okvirima i ka integraciji različitih pristupa, koji ne bi bio zasnovan na površnom i neprincipijelnom eklekticizmu, postavlja pred psihoterapiju zahtev za dubljim analitičkim teorijskim promišljanjem psihoterapijske prakse i teorije, tj. za konstituisanjem jedne filozofije psihoterapije. Metateorijski pogled filozofije duha na osnovne pojmove kojima barataju psihoterapijske teorije svakako će biti značajan deo te nove discipline. Problem statusa svesnog subjektivnog iskustva, značenje svesnosti i osvešćivanja, odnosa svesti i nesvesnog spadaju u centralne teme u psihoterapiji. Upotreba tih pojmova u psihoterapiji, međutim, nije uvek zasnovana na preciznim kriterijumima, a njenim teorijama obično nedostaje izvesni logičko-metodološki rigor. Uspostavljanje većeg stepena pojmovne jasnoće bi pospešilo komunikaciju između različitih škola u psihoterapiji i psihoterapije kao discipline sa drugim naukama. Filozofija psihoterapije će pored filozofije duha, naravno, uključiti i etička, aksiološka, filozofsko-antropološka, kao i razmatranja filozofije nauke.

U oblasti psihoterapije je spektar filozofskih uticaja oduvek bio širi nego u akademskim disciplinama, koje su se prevashodno oslanjale na filozofiju logičkog pozitivizma –

pomenimo ovde samo fenomenologiju, egzistencijalizam, konstruktivizam i postmoderne uticaje. Ovi uticaji su, međutim, uglavnom bili ograničeni na neku psihoterapijsku školu i bez komunikacije i dubljeg promišljanja njegovog značaja u psihoterapiji kao disciplini. Filozofija psihoterapije i psihoterapijske prakse je tek u nastajanju. Naš rad vidimo, između ostalog, i kao deo tog projekta teorijskog utemeljenja psihoterapije kao discipline, koji može da poboljša kako intradisciplinarnu komunikaciju, tako i njeno interdisciplinarno umreženje, te mogućnost da postane interesantan deo programa istraživanja svesti u budućnosti.

Neoprezna i jednostrana interpretacija novih neurofizioloških nalaza može, na primer, da stvori utisak da je problem svesti i subjektivnog iskustva na kome počiva psihoterapijska praksa rešen tamo gde pažljivija konceptualna analiza pokazuje da je samo zaobiden. Redukcionistička i eliminacionistička shvatanja, koja su još uvek stabilno pozicionirana u okviru pokušaja radikalno prirodnonaučne interpretacije duha i svesti, postavljaju pred psihoterapiju kao akademsku disciplinu i praksu zadatak eksplicitnog teorijskog i empirijskog utemeljenja, s obzirom na to da je pretežno narativna i dijaloška psihoterapijska praksa suštinski zasnovana na interpretativnoj, a ne na mehanicističkoj paradigmi. Ukoliko se psihoterapija, opet, pokazuje kao delotvorna u modifikaciji ponašanja, mentalnih stanja, stanja svesti, a vrlo često i fizičkih stanja (domen psihosomatike), a u stanju je da pokaže u čemu se sastoje njene delotvorne intervencije, onda upravo ova vrsta prakse može da predstavlja vrlo ozbiljno ograničenje i problem za redukcionizam. Nagli razvoj neurofizioloških tehnologija i uspehi neuronauke inicirali su jedan gotovo modni trend neurobiologiziranja duha, svesti, ali i raznih drugih tema i oblasti (teologije, pedagogije, napr. termini „neuroteologija“, „neuropedagogija“ itd. su već u optičaju u široj javnosti). Čak i ako se ovde radi o prolaznoj jezičkoj modi, ona podgreva u široj javnosti verovanje u omnipotenciju neuronaučnog pristupa, koji se ponekad implicitno interpretira u fizikalističkom duhu. Ukoliko bi neurobiologija zaista mogla da reši sve probleme sa kojima ljudi dolaze na psihoterapiju, psihoterapija bi postala sasvim izlišna. Pažljiviji pogled na ove nove naučne trendove i njihov uticaj na psihoterapiju otkriva kompleksan odnos subjektivnog iskustva i neurobiologije duha, koji ne sugerise jednosmernu fizikalističku interpretaciju, što ćemo nastojati da pokažemo u četvrtom poglavlju. Uspeh psihoterapije da iz subjektivne, fenomenološke ravni inicira značajne promene, naprotiv, ukazuje na autonomiju svesti i domena subjektivnog iskustva, sasvim

dovoljnu da ih, da upotrebimo izraz filozofa duha Dejvida Čalmersa, „uzmemo ozbiljno“. Psihoterapiji predstoji, po našem mišljenju, rad na jasnom pozicioniranju u odnosu na aktuelne diskusije u filozofiji duha i studijama svesti, kao i na pažljivom teorijskom promišljanju svojih bazičnih strategija.

Pored psihoterapije, drugi veliki istraživački zahvat u domen neposrednog iskustva nude kontemplativne tradicije, a među njima, na naročito intelektualno sofisticiran način, budistička. Kontemplativne discipline naročito azijske provenijencije (tradicionalno praktikovane uglavnom, mada ne isključivo, u okvirima religija – budizma, taoizma, hinduizma) pustile su već na Zapadu, u Americi i Evropi, dosta dubok koren. Dok je šezdesetih i sedamdesetih godina interesovanje za „istočnjačke filozofije, jogu i meditaciju“ bilo većinom stvar alternative i kontrakulture, osamdesetih i naročito devedestih godina nastupa drugi talas u njihovoj recepciji, drugačiji po duhu. Centralno zbivanje devedestih godina na tom planu bilo je uspostavljanje dijaloga budizma sa različitim zapadnim akademskim disciplinama. Važan impuls tome dali su simpozijumi zapadnih naučnika i filozofa i budističkih učenjaka pod pokroviteljstvom četrnaestog dalaj-lame Tenzina Gjata i instituta „Duh i život“ (*Mind and Life Institute*), čije su teme gotovo uvek povezane sa problemima duha i svesti. U ovim susretima učestvuju značajni predstavnici zapadnih akademskih disciplina; pomenimo samo nekoliko njih – filozofi: Oven Flenagan, Patriša Čerčland, Čarls Tejlor, psiholozi: Elenor Roš, Pol Ekman, Danijel Goleman, Ričard Dejvidson, psihoterapeuti: Jon Kabat-Zin, Danijel Braun, biolozi i neuronaučnici: Antonio Damazio, Francisko Varela, Robert Livingston, fizičari: Anton Cajlinger, Artur Zajonc, David Finkelštajn, itd. Iz ovih susreta su iz nastali i razni istraživački projekti „Mind and Life“ instituta. Kontemplativne discipline su za studije svesti od velikog značaja, jer u jednom svom aspektu predstavljaju prolongirano ispitivanje neposrednog svesnog iskustva, kakvo je na Zapadu u mnogo manjoj i skromnijoj meri praktikovano tek sporadično u religijskom okviru ili u okviru fenomenološki zasnovane filozofije. Zapravo je od svih zapadnih disciplina upravo psihoterapija u najvećoj meri napravila donekle uporediv istraživački zahvat u oblast subjektivnog iskustva. Sličnost sa psihoterapijom je i u pragmatičkoj relevantnosti obe vrste istraživanja svesnog iskustva – obe nose u sebi transformativni potencijal. Susret između njih je bio prirodan i neminovan, i rezultirao je obostranim uticajima. Pored psihoterapijskih primena, u poslednjoj deceniji otvorila se i mogućnost primene budističkih metoda u fundamentalnim istraživanjima svesti. Poslednjih godina je

osnovan još jedan interdisciplinarni centar za studije svesti (*Santa Barbara Institut for Consciousness Studies*), koji u svojim istraživačkim programima težište ima na razvoju metoda prvog lica, uporedivih po rigoroznosti sa metodama trećeg lica kognitivne neuronauke, sa kojima u saradnji razvija programe studija svesti, pažnje i emocija. Direktor ovog instituta je Alen Volas, doktor fizike i filozofije, koji više decenija proučava i praktikuje budističke kontemplativne metode.³

Ovaj rad predstavlja u prvom redu teorijsku konceptualnu analizu pojma svesti, te načina kako se problemi svesti pojavljuju u sledećim disciplinama: u istorijskom i aktuelnom pojmovnom i istraživačkom polju psihologije (poglavlje dva), u filozofiji duha kao analitičkoj metateorijskoj disciplini (poglavlje tri) i u psihoterapiji kao praktičnoj psihološkoj disciplini i njenim teorijama, postupcima i ciljevima (poglavlje četiri). Konceptualnu analizu vidimo kao prvi korak u uspostavljanju kanala komunikacije između disciplina. Poglavlja pet i šest posvetićemo prikazu i istraživanju metoda prvog lica različitog porekla (introspektivna psihologija, fenomenološka filozofija i budistička kontemplativna tradicija), njihovim dometima i mogućnostima razvoja, kao neophodnom delu multidisciplinarnog projekta studija svesti.

1.2. Ka određenju pojma svesti

Najteži problemi duha se danas izoštravaju upravo oko problema svesti i to, videćemo uskoro, naročito onoga što se danas zove fenomenalna svest (eng. *phenomenal consciousness*, nem. *phänomenales Bewusstsein*) ili subjektivni karakter iskustva. Jedan od najznačajnijih filozofa duha Tomas Neigel još 1974. u svom članku „Kako izgleda bit i slepi miš?“, koji je postao klasik u ovoj oblasti, locira svest kao glavnu teškoću u problemu odnosa duha i tela. Bez svesti, ovaj problem bio bi mnogo manje zanimljiv; sa

³ Napomenimo na ovom mestu još i to, da pored metodološkog doprinosa, budistički spisi mogu i sadržinski da budu interesantni za našu temu, pa će povremeno biti korišćeni u izlaganju. Ranija zapadna recepcija budizma bila je više fokusirana na njegove soteriološke, etičke i psihoterapijske aspekte, tako da je važan korpus budističkih učenja (*Abhidharma*) ostao donekle u senci. On sadrži, međutim, jednu fenomenološki zasnovanu psihologiju (opis strukture svesti, vrsta i faktora svesti, klasifikacije mentalnih stanja) i jednu filozofiju duha, koja, ponekad, po problematici podseća na zapadnu filozofiju duha (odnos duh telo, kauzalnost, intencionalnost, epistemološki problemi), a po spektru rešenja koje nude različite budističke filozofske škole nije monolitnija od nje.

svešču, izgleda beznadežno (Nagel, T., 2004, str. 107–108). Izgleda da je ovakvo viđenje već izašlo iz okvira akademskih diskusija i doseglo sve do filma i popularne kulture. Savremeni horor žanr je osetio puls vremena – aktuelni monstri zaduženi za horor efekte su zombiji, bića koja izgledaju i ponašaju se kao ljudska bića, čak poseduju kogniciju sličnu ljudskoj. Jedino što ih čini različitim je neposedovanje svesti, unutrašnjeg sveta subjektivnog iskustva. Dovoljno je da uporedimo savremene filmske zombije sa najčuvenijim monstrumom devetnaestog veka, plodom imaginacije Meri Šeli, pa da sagledamo razliku, ne samo u duhu vremena već i u ondašnjem i sadašnjem stanju problema i interesovanja u nauci. Devetnaestovekovni monstrum je zajedno sa dahom života koji mu je naučnik Frankenštajn podario (u devetnaestom veku još uvek aktuelan elan vital) dobio i svest – devetnaesti vek podrazumeva da je živo biće nesumnjivo i osetljivo, doživljajno biće sa subjektivnom perspektivom, biće koje oseća, pati, želi poput čoveka. Život, svest, osetljivost i kognicija izgledali su devetnaestom veku nedeljivi. Savremene analize su razdvojile ove fenomene. Poslednje decenije dvadesetog veka svedoče o usponu veštačke inteligencije, a simulacija kognitivnih procesa na kompjuteru pokazala se daleko uspešnijom nego što je ranije bilo i slučajno. Biologija je prodrla u tajne života, i ako već nije rešila problem, onda ga bar disciplinovala. Fenomen svesti je ostao u odnosu na kogniciju i život i dalje prilično neuhvatljiv. Aktuelni zombi horor trend izgleda da prati takav razvoj stvari. Nije slučajno da je zombi kao instrument mišljenja o problemima svesti dospelo i u filozofiju duha, ovde sasvim oslobođen svog horor nimbusa – „filozofski zombi“ je mentalni eksperiment koji promišlja mogućnost postojanja ljudske replike sa svim kognitivnim i bihevioralnim atributima čoveka, koja ne poseduje subjektivno svesno iskustvo.

Izgleda da pojam svesti i dalje okružuje aura misterije i zagonetke, iako su poslednje decenije donele puno novih nalaza i otkrića o ljudskom duhu u raznim disciplinama. Multidisciplinarni okvir za studiju svesti je otvorio mogućnost da postavimo pitanja na novi način, ali ne čini nimalo lakim da na njih i odgovorimo: o čemu govorimo kada govorimo o svesti u različitim disciplinama (ili čak i u okviru iste discipline!), da li se tu uopšte radi o jednom istom predmetu, postoji li jedno ili više različitih značenja pojma svesti, gde su granice i šta su kriterijumi svesti, šta čini razmišljanje o svesti i istraživanje svesti tako teškim i zamršenim, da li pojam svesti uopšte može imati neku zadovoljavajuću definiciju, u čemu je zapravo problem (problemi?) svesti, da li smo danas bliže njegovom rešenju nego pre nekoliko decenija ili su ga upravo nova saznanja

učinila beznadežno kompleksnim, da li je problem uopšte formulisan tako da može imati rešenje ili je u pitanju himera koja ne doprinosi ni na koji način naučnom znanju o svetu? Reč svest u evropskim jezicima čak i u svakodnevnom govoru može imati veoma različita značenja. Iako nam se na prvi pogled čini intuitivno očiglednim šta je svest, pokušaj da artikulišemo tu intuiciju otvara niz problema. “Svest je reč otrcana od upotrebe – piše jedan od osnivača kognitivne psihologije Džordž Miler – ona se, kao jezička figura, može odnositi na stanje, supstanciju, proces, mesto, epifenomen, emergentni aspekt materije ili jedinu pravu stvarnost.“ (Miller, G., 1962, str. 25). On dalje smatra da je reč svest možda najbolje ostaviti po strani u psihologiji par decenija, dok ne razvijemo termine za nekoliko različitih načina na koje je koristimo. Decenije koje su usledile upravo su pokazale da je svest amalgam nekoliko različitih pojmova svesti i razvile jedan takav, nešto precizniji vokabular. Novije analize u okviru filozofije duha nisu uspele da dođu do jednoznačne definicije pojma svesti, već su pre pokazale, uvodeći jedan disciplinovaniji način razmišljanja o problemu svesti, da takva jednoznačna definicija nije moguća. Filozof Given Gizeldere (Güzeldere, G., 1999, str. 7–8) smatra da je svest klaster pojam sa velikim brojem značenja, i da ga je možda najbolje diskutovati kao zbir problema koji su se oko njega konstituisali od antike do danas, te pokušati da se u njima pronađu niti koje ih povezuju i daju pojmu izvesnu koherentnost. Jer kako ćemo odrediti pojam svesti, determiniše (a istovremeno ga uslovljava) naše osnovno epistemološko polazište – da li je primarno fenomenološko ili objektivističko, a takođe i izbor problema i tema vezanih za svest koje će nam se ukazati kao relevantne, kao i izbor onih koje ćemo izostaviti. Ned Blok (Block, N., 1999, str. 375–376) smatra da je svest hibridni, zapravo mongrealni pojam, više nego klaster pojam tj. da se kod pojma svesti radi o ekvivokaciji, koju je obično teško izbeći, a koju smatra veoma štetnom za dalju studiju svesti. Veoma raširenoj tendenciji da dva različita fenomena nazivamo svešću Blok suprotstavlja jedno originalno rešenje – on uvodi veoma značajno i dalekosežno razlikovanje između P-svesti - fenomenalne svesti (*phenomenal consciousness*) i A-svesti – svesti u smislu pristupačnosti, odnosno dostupnosti određenog sadržaja (mentalne reprezentacije) u kontroli govora, rezonovanja i akcije (*access consciousness*), i pokazuje da je A-svest moguća bez P-svesti, i obratno. Ovoj distinkciji ćemo kasnije posvetiti punu pažnju. Ona ima naročitu težinu u interdisciplinarnom kontekstu, gde je važno utvrditi da li učesnici u diskusiji govore o istoj stvari.

Oxford English Dictionary navodi 8 definicija svesti i 12 definicija pojma „biti svestan“. Postoji i jedan socijalni aspekt pojma svesti, u značenju zajedničkog znanja koje delimo sa drugima (lat. *consciuis*), danas u smislu pogleda na svet, zajedničkog stava (klasna svest, ekološka svest, feministička svest, nacionalna svest). Svešću u ovom smislu nećemo se uopšte baviti u ovom radu. Drugo značenje je psihološko, mentalno, individualno i uglavnom slobodno od etičkih, političkih i ideoloških primesa. Ovo čisto individualno značenje pojma svesti koje se odnosi na stanje ili sposobnost individue da bude svesna sopstvenih kognitivnih, emocionalnih i konativnih mentalnih sadržaja, potiče, najčešće se smatra (po Güzeldere, G.,1999), od Dekarta i Loka. Dekart, naime, izgleda prvi upotrebljava latinsku reč *conscientia* oslobođenu moralnih konotacija, koje je imala u antičko vreme i kroz ceo srednji vek u spisima hrišćanskih teologa, a Lok prvi eksplicitno razlikuje ova dva značenja, koja su se kasnije u engleskom jeziku izdiferencirala u *consciousness* (svest, nem. *Bewusstsein*) i *conscience* (moralno značenje, savest, nem. *Gewissen*). U svom *Ogledu o ljudskom razumu* iz 1690. Lok daje kasnije veoma uticajnu „introspektivnu“ definiciju svesti kao opažanja onoga što se dešava u sopstvenom duhu (Lok, Dž., 1962, str. 106)

Napomenimo ovde da je svest, po svoj prilici, višeznačna reč i u vanevropskim jezicima. Sanskrit je, na primer, bogat terminima koji se odnose na svest, duh i mentalna stanja, moguće i bogatiji od evropskih jezika, ali i ovde, čak i ako se zadržimo isključivo u okvirima budističke literature na sanskritu, nije moguće jednoznačno odrediti šta svaki od termina znači nezavisno od konteksta i filozofske škole kojoj pripadaju tekstovi. Tri najfrekventnija termina prisutna u *Abhidharma* literaturi koja referišu na duh i svest u individualno psihološkom značenju su „Vijnana“, „Manas“ i „Citta“. Tri termina se mogu koristiti i kao sinonimi, a mogu im se pridati i različita i specifična značenja u okviru pojedinih filozofskih sistema. Generalno se Vijnana odnosi u prvom redu na svest i sposobnost svesnosti, čulne kao i mentalne, Manas u prvom redu na mentalne akte i mentalni domen uopšte, dok se Citta obično prevodi kao duh (*mind, Geist*), i obuhvata mentalne formacije, misao, emociju i voliciju, kao i svest.

U okviru individualnog, psihološkog značenja pojma svesti koje nas interesuje u ovom radu možemo, opet, razlikovati njena dva aspekta. Jedan je svest u smislu stanja i sposobnosti svesnosti o kognitivnim, emocionalnim i konativnim procesima. Njega je, na primer, imao u vidu Lok u gore pomenutom određenju. Drugi aspekt svesti je svesnost u smislu budnosti. Izgleda da njega ima u vidu Džon Serl u sledećem

određenju svesti: „ Pod svešću podrazumevam naprosto ona subjektivna stanja svesnosti ili osetljivosti (*sentience*) koja počinju kad se neko probudi ujutru i nastavljaju se sve dok je budan, tj. dok ne padne u stanje sna bez snova, u komu ili umre, ili na neki drugi način postane nesvestan.“ (Searle, J., 1990. str. 386). Ova dva značenja svesti se ponekad nazivaju tranzitivnim i netranzitivnim. U prvom slučaju imamo tranzitivnu upotrebu pojma svesti – biti svestan podrazumeva uvek prisustvo intencionalne komponente, dakle svesti o nečemu, dok netranzitivno značenje podrazumeva budnost i predstavlja predispoziciju za tranzitivno. Rozental (Rosenthal, D., 1999, str. 729–731) ova dva aspekta svesti zove svest bića i svest stanja (*creature consciousness* i *state consciousness*). Biti budan odnosno svestan je svojstvo bića, za razliku, na primer, od bića koja su u stanju ne-REM spavanja ili kome. U ovom smislu možemo da se pitamo da li su pauk, robot ili fetus svesni ili ne. Svesnost stanja se odnosi na pitanje da li je neko mentalno stanje svesno. Ovde polazimo od klasifikacije mentalnih stanja na svesna i nesvesna, te možemo postaviti pitanje da li postoje nesvesna mentalna stanja i ako da, da li ona mogu, u principu, da postanu svesna ili ne. Postuliranje nesvesnih mentalnih stanja je karakteristično za savremenu kognitivnu psihologiju, kao i, na sasvim drugačiji način, za Frojda i mnoge druge psihoanalitičare. Dok psihoanalitičko „nesvesno“ u principu može postati svesno, kognitivističko „nesvesno“ je u principu nedostupno i ne može se učiniti dostupnim svesti. U drugim pristupima, pre svega u onima koji se u proučavanju duha i svesti primarno oslanjaju na pristup prvog lica, ne pribegava se postuliranju nesvesnih mentalnih stanja (Dekart, Lok, rana introspektivna psihologija, Vilijem Džems, većim delom budistička psihologija).

Postuliranje nesvesnih mentalnih procesa postavlja danas odnos između svesti i duha na donekle drugačiji način. Dok su za Loka mentalno i svesno bili konceptualno nerazdvojni, a mišljenje u odsustvu svesti nezamislivo kao i rasprostrto (u smislu *res extensa*) telo koje ne bi imalo delove, danas se duh generalno smatra širim pojmom od svesti, tj. zastupa se ideja da postoje aspekti duha koji svesti nisu prozirni. Duh međutim uvek uključuje svest, kao svoj subjektivni aspekt, osim u ekstremno redukcionističkim shvatanjima koja duh sagledavaju kao fizikalni mehanizam identičan sa mozgom, tj. sa svojom neuralnom osnovom, i koji u svesti ne vide ništa drugo do neuralna stanja mozga. Proučavanje duha iz ugla objektivistički zasnovane nauke bez eksplicitnog uključivanja pojma svesti je danas, ipak, principijelno moguće. Pojam duh (grč. *pneuma* ili *nous*, lat. *spiritus*, eng. *mind*, nem. *Geist*, fr. *esprit*, itd.) uostalom nije ništa

manje višeznačan od pojma svesti, nemoguće je sagledati njegovo značenje nezavisno od istorije ideja u kojima se pojavljuje. Čak i engleski termin *mind* koji je u imenu discipline koja je predmet ovog rada (*philosophy of mind*), a koja je pretežno anglosaksonskog porekla, nema potpuno isto značenje kao kontinentalni termini koji se koriste u nazivu discipline (nem. *Geist*, franc. *esprit*, ital. *spirito*, srpski duh). Duh u filozofiji duha je više *mind* nego *Geist*, tj. pojam koji se oslanja više na psihološko i empirijsko razumevanje (blisko na primer kognitivnoj psihologiji, čiji predmet je proučavanje mentalnih funkcija i kognitivnih procesa) nego na tradicionalno filozofsko shvatanje duha, koje još od antike sadrži u sebi i izvesne kosmološke konotacije. No, tačno značenje ovi termini dobijaju tek kada se sagledaju u okviru konkretnog filozofskog sistema i uloge koju u njemu igraju. Pojam duha u Hegelovoj filozofiji i u filozofiji duha su, na primer, toliko udaljeni, da niko izgleda i ne pokušava da ih dovede u vezu. I kada duh shvatimo u sasvim empirijskom smislu kao skup svesnih i nesvesnih mentalnih procesa, pitanje granica duha nije sasvim jasno. Postavljeno iz savremene neurofiziološke perspektive, pitanje bi glasilo: gde je granica mentalnih i čisto telesnih procesa, koji su bez ikakve simboličke reprezentacije, ili koju vrstu i nivo moždanih procesa povezujemo sa mentalnim?

Svest je fenomen koji, poput boga Janusa, pokazuje dva lica, jedno veoma poznato i blisko, drugo neprozirno i enigmatično. Svest možemo takođe uporediti sa dvostrukim slikama poznatim iz psihologije opažanja – ukoliko samo malo promenimo ugao gledanja i fokus, menja se celokupni geštalt. Od čega zavisi u kom svetlu će nam se pokazati fenomen svesti je već po sebi zanimljivo pitanje.

Iz „folkpsihološke“ perspektive svest izgleda kao relativno jasan i upotrebljiv pojam, nešto što *prima facie* ima svoje značenje u svakodnevnim komunikacijama, iz čega možemo da zaključimo da ljudi poseduju neko svojstvo na koje se ta reč odnosi. Činjenica svesnosti se pojavljuje kao naša prva i neposredna datost, svest se može videti (i ne samo u okviru folk psihologije već ponekad i u okviru filozofije) čak kao najneposredna činjenica postojanja, koja se od svega u najmanjoj meri može dovesti u sumnju. U nauci takođe postoji puno primera određenja svesti koja su sasvim izravna, zdravorazumska i time svima transparentna. Nedostatak filozofskog rafinmana može biti i posledica potrebe da se ostane u empirijskoj ravni i izbegnu metafizičke pretpostavke, koje su uvek implicitno prisutne u pojmovima kao što su svest i duh. Nijedno od tih određenja nije neproblematično, ali svako može biti upotrebljivo u

izvesnom domenu. Najčešće se kod njih radi o onome što smo gore nazvali netranzitivnim značenjem ili svešću bića – svest je ono što doživljavamo kada smo budni, za razliku od stanja dubokog spavanja bez snova, totalne anestezije ili kome. Svest takođe postoji u različitim stepenima – što više tonemo u san, to smo manje svesni, dok prilikom buđenja postajemo postepeno sve više svesni (na primer, čujemo sve glasnije zvuke koji dolaze iz spoljašnjeg sveta i sl.).

Ponekad je činjenica da je svest gotovo isuviše poznat fenomen da bi zahtevao definiciju isticana i u psihologiji. Iako su devetnaestovekovni osnivači psihologije kao nauke videli svest i sadržaje svesti kao osnovnu temu svoje nauke, retko kada su se upuštali u ozbiljnije pokušaje da definišu svest, smatrajući možda da definicija nije neophodna, a možda ni moguća. Tako Edvard Tičener, glavni Vuntov učenik i nastavljajući u Americi, pod svešću podrazumeva ništa više od ukupnosti svesnih doživljaja u datom trenutku, a pod duhom ukupnost svesnih doživljaja individue od njenog rođenja do smrti. Čak ni Vilijem Džejms, koji se od svih zapadnih filozofa i psihologa možda najistrajnije bavio problemom svesti, ne daje ni na jednom mestu u svojoj obimnoj knjizi *Principi psihologije* definiciju svesti, pretpostavljajući da se radi o suviše poznatom fenomenu, koji je dostupan introspekciji i koji je osnovni postulat psihologije. Sličan stav nalazimo kod Frojda, koji takođe nije nalazio za shodno da ponudi bilo kakvu definiciju svesti. „O tome šta podrazumevamo pod svešću, nema potrebe da diskutujemo; ona je van svake sumnje“ – piše Frojd (citirano po Güzeldere, G., 1999, str. 7). Na takvom stanovištu istrajavaju i danas neki teoretičari poput Krika i Koha, tvorca jedne od najaktuelnijih neurobioloških teorija svesti – svi imamo grubu ideju o tome šta je svest, pa nam definicija nije potrebna (Crick, F., & Koch, Ch., 1999, str. 278).

Sa druge strane, možemo da sakupimo kolekciju izjava o svesti u kojima se ona pojavljuje kao jedan od najnejasnijih, čak ponekad najmisterioznijih pojmova, kojim se služimo kako u svakodnevnom, tako i u naučnom govoru. Ova diskrepancija budi već po sebi interesovanje. Kako svest od isuviše poznatog postaje misteriozan fenomen, u kakvom kontekstu se pojavljuje kao misterija?

Oven Flenegan (Flanagan, O., 1992) zove čitavu grupu naučnika i filozofa koji zastupaju pesimistički stav, da su u pogledu problema svesti pred nerazrešivom zagonetkom „novi misterijanci“ (*new misterians*). Savremeni misterijanci imaju svoje

preteče u 19. veku, uglavnom među biolozima, koji su se, već tada, jasno svesni uloge koju mozak igra u mentalnom životu, suočili sa problemom postojanja subjektivnog iskustva, onim što danas zovemo fenomenalnom svesću. Jedan od osnivača eksperimentalne fiziologije Emil di Boa-Rejmon daje svoju formulaciju onoga što se u savremenoj filozofiji duha označava kao „eksplanatorni jaz“: „U jednoj tački razvoja života na zemlji (čije utvrđivanje ovde nije od značaja), pojavljuje se nešto novo, dotada nečuvano, nešto nepojmljivo, naša prirodno naučna spoznaja stiže pred ponor koji se ničim ne može premostiti: nalazimo se na granici našeg znanja. To nepojmljivo je svest. Sada ću, nadam se na vrlo ubedljiv način pokazati da, ne samo u okviru sadašnjeg stanja saznanja, što će svako priznati, već i u samoj prirodi stvari, objašnjenje svesti iz njenih materijalnih uslovljenosti nije i nikada neće biti moguće.“ (iz: *O granicama spoznaje prirode* – Emil du Bois-Reymond 1872, citirano po Bieri, P., 2006, str.36) Engleski biolog Tomas Haksli piše: „Šta je svest, ne znamo; i kako nešto tako upečatljivo kao što je svesno stanje nastaje kao rezultat podraživanja nervnog tkiva, podjednako je nerazumljivo kao i pojava džina kada Aladin protrlja lampu u priči, ili kao bilo koja krajnja činjenica prirode.“ (Huxley, T., 1866, citirano po Block, N., 1999, str.381)

U novije vreme Karl Poper izražava sličan stav. Pojava pune svesti, koja izgleda da je povezana sa ljudskim mozgom, jedno je od najvećih čuda u okviru materijalističke ontologije. Zato on, zajedno sa neurofiziologom Džonom Eklsom, predlaže ponovno uvođenje nematerijalnog domena u našu sliku sveta, koji nije tako daleko od Dekartovog *res cogitans*. Njega Karl Poper naziva „svet 2 nematerijalnih, mentalnih entiteta“. Ekls i Poper postuliraju psihone (*psychons*) kao mentalne jedinice, koje su pandan neuronskim dendritima u mozgu i koji povezuju mentalni svet 2 sa fizičkim svetom 1. (Popper, K. & Eccles, J., 1977). Ovo rešenje je veoma blizu kartezijanskom dualizmu supstancija i interakcionizmu (u modernom neurofiziološkom ruhu mesto interakcije nije pinealna žlezda kao kod Dekarta, već leva hemisfera!). Vraćanje dualizmu je većini danas neprihvatljivo, a teško da može biti privlačno rešenje, jer se suočava iznova sa teškim problemom objašnjenja prirode interakcije između dva različita domena. Mek Gin, možda najdecidiraniji „misterijanac“ smatra da je pojavu svesti iz sive materije mozga ljudskom inteligencijom nemoguće razumeti, pa da treba da priznamo otvoreno da je problem nerešiv i prestanemo da pokušavamo. Dok za Popera problem nastaje u okrilju materijalističke ontologije, za Mek Gina je problem epistemološke prirode – iako znamo da mozak uzrokuje pojavu svesti, ne možemo da

razumemo kako. Težina ili kompleksnost problema prevazilazi ljudske kognitivne kapacitete. (McGinn, C., 1989)

Da li je „misterija svesti“ rezultat naše slepe odanosti naučnom materijalizmu kao pogledu na svet, ili je inherentna ograničenjima naše kognitivne strukture? Da li je u gore navedenim stavovima nagovešten problem epistemičkog jaza, epistemološki ili ontološki problem? Ili je možda problem svesti pseudoproblem? U savremenoj filozofiji duha ima i onih koji zastupaju jedan ovakav skeptičan stav prema pojmu svesti i mogućnosti rešenja problema svesti, koji je različit od „misterijanskog“. Oni dovode u sumnju koherentnost koncepta svesti, a neki i njegovu korisnost i pogodnost za naučnu i filozofsku studiju. Patriša Čerčland smatra da je pojam svesti jedan od onih pojmova koji se pod lupom nauke raspadaju i gube integritet, poput pojmova flogistona, etera ili demonske posednutosti (Churchland, P. S., 1983, str. 80), dok njen suprug Pol Čerčland nastoji da, u okviru jednog radikalno naturalističkog projekta pokaže, da je fenomen svesti u potpunosti reducibilan, što *ipso facto*, iako iz drugog ugla, ukida potrebu za pojmom svesti kao nečim *sui generis*. (Churchland, P., 1988). Slično stanovište u savremenoj filozofiji duha zastupa i Danijel Denet. Naslov njegove knjige *Svest – objašnjena (Consciousness Explained)* već zvuči dovoljno senzacionalistički i skreće time pažnju na sebe. Pitanje je, naravno, da li se u ovakvim slučajevima, radi o objašnjenju ili eliminaciji pojma svesti nekom reduktivnom strategijom.

Navešćemo ovde još dva ekstremna stanovišta u pogledu pojma svesti. Ketlin Vilks smatra da nauka ništa ne bi izgubila u pogledu razumljivosti i eksplanatarone moći kada bi u potpunosti odbacila pojam svesti. Ali isto tako ni običan svakodnevni jezik. Svest je poput pojma „stvar“, koji je ponekad koristan u govoru, jer je fleksibilan i može značiti svašta i ništa posebno (Wilkes, K., 1984). Još radikalnije je stanovište Džordža Reja da postoje razlozi da sumnjamo da smo uopšte svesni i da je svest uopšte nešto stvarno i različito od duše, koju je, po njegovim rečima još Hjum proterao iz filozofije (Rey, G., 1998, str. 8). Takvu sumnju u činjenicu sopstvene svesnosti, koja se, mada retko, sreće ponekad u filozofiji i psihologiji (uglavnom biheviorističkog usmerenja) možemo da vidimo i kao radikalnu suprotnost Dekartovom „*cogito, ergo sum*“. Džon Serl se u ovakvim slučajevima pita da li bi trebalo da uštine neke od svojih kolega, da ih podseti da su svesni. Ili da uštine samog sebe i napiše izveštaj o rezultatima za „*Journal of Philosophy*“ ? (Searle, J., 1992, str. 8) Da zaključimo, za razliku od „misterijanaca“, koji veruju *prima facie* u postojanje svesti kao značajnog fenomena, koliko god bio

problematičan za analizu, ova grupa skeptičara su eliminacionisti – njihova teza je da problema i nema jer je fenomen nepostojeći ili je pojam defektan, zastareo i osuđen na odumiranje.

Najumerenija pozicija u savremenoj filozofiji duha i drugim disciplinama koje sačinjavaju studije svesti je jedna vrsta naturalizma, koja svest vidi, generalno, kao prirodni fenomen, veoma zamršen i još uvek neobjašnjiv u okviru postojećih teorijskih okvira, ali ne i principijelno nepristupačan analizi i istraživanju. Tako Serl na primer smatra da je misterija svesti danas nešto poput misterije života pre razvoja molekularne biologije ili elektromagnetizma pre Klerk-Maksvelovih jednačina – kada budemo razumeli kako sistem funkcioniše, prestaće da bude misterija. Naturalisti se među sobom razlikuju u meri u kojoj su uvereni u uspeh jednog takvog teorijskog projekta, drugim rečima, u okviru ove pozicije postoji čitav spektar nijansi optimizma odnosno pesimizma. Opasnost u preterano ambicioznim pokušajima objašnjenja svesti uvek leži u redukcionizmu, koji na jedan ili drugi način zapravo eliminiše specifičnost svesti kao fenomena.

Uprkos uverenju da se radi o prirodnom fenomenu, naturalistima izgleda veoma teško da nađu mesto svesti u prirodi. Takav stav izražava, na primer Džozef Levajn (Levine, J., 1988, str. 279), smatrajući da postoji nešto posebno u vezi svesnog mentalnog života, što se ne može u potpunosti objasniti u okviru funkcionalizma ili, još opštije, u okviru materijalizma. Tomas Neigel izražava sličan stav rečima: „Iako sam uveren u istinitost fizikalizma, on me odbija“ (Nagel, T., 1965, str. 355).⁴ Ove naturaliste odlikuje izražen skepticizam i pesimizam, pa se približavaju „misterijancima“ i zato ih Gizeldere zove „naturalisti sa pola srca“.

Dejvid Čalmers je opet naturalista koji sebe smatra optimistom i zalaže se da ozbiljno shvatimo svest, smatrajući neozbiljnim pristupe koji ostaju isključivo kod pitanja da li problem postoji ili ne i da li je svest čisto materijalne prirode ili ne (a oko tog pitanja se fokusirala do sada većina pristupa u filozofiji duha), kao i one koji pokušavaju da svest u smislu subjektivnog karaktera iskustva redefinišu i redukuju na nešto drugo, što ona nije i ne može biti. I ako ostavimo po strani ova pitanja, možemo da počnemo da istražujemo svest i gradimo teoriju svesti kao postojećeg i prirodnog fenomena,

⁴ Kasnije, u svojoj teoriji dualnog aspekta, on poriče fizikalizam, iako ne pravi korak ka postuliranju nefizičke supstance, poput Popera i Eklsa.

podložnog prirodnim zakonima (iako verovatno ne fizičkim!) i da tretiramo svest kao naučni problem – smatra Čalmers (Chalmers, D., 1996). U optimistične naturaliste spada izgleda i Owen Flanagan. On se zalaže za upotrebu metoda koji naziva prirodnim, a koji predstavlja kombinaciju fenomenologije, psihologije i neuronauke. Primenom ove metode treba osloboditi pojam svesti njegove prošlosti, demistifikovati ga. Mistifikacije oko fenomena svesti vode mnoge u eliminacionizam, koji za Flanagan ne predstavlja uverljivu opciju (Flanagan, O., 1992).

Na ovom mestu možemo u najkraćim mogućim crtama da skiciramo poziciju koju ćemo zastupati u ovom radu u kontekstu gore prikazanih bazičnih orijentacija. Ona se, grubo rečeno, kreće između optimističkog i pesimističkog („sa pola srca“) naturalizma umerenog tipa. Optimizam i bliskost Čalmersovom i Flanaganovom stavu sastoji se u uverenju da je svest fenomen koji je moguće istraživati kombinacijom različitih metoda, koja svakako treba da uključi na suštinski način fenomenologiju, tj. metode prvog lica i da je to istraživanje, kao i teoretisanje o svesti (takođe ono manjeg formata i užeg obima), moguće i pre i nezavisno od toga što nemamo ni izbliza neproblematično „rešenje“ velikog ontološkog problema odnosa duha i tela. Zato redukcionizam na ovom stupnju razvoja znanja o svesti smatramo svakako kontraproaktivnom strategijom u pragmatičkom i heurističkom smislu, a verovatno i neodgovarajućim rešenjem u konačnom ishodu. Osim toga, fizikalistički redukcionizam polazi od implicitne pretpostavke da je sasvim jasno šta su materija, priroda, telo ili mozak, dok jedinu nepoznanicu predstavlja svest, koju onda redukcijom treba „naturalizovati“ dok ne iščezne kao ometajući faktor iz inače jasne slike sveta. Ta pretpostavka obično nije predmet preispitivanja i refleksije, a zapravo je, čak i samo iz okvira prirodnih nauka gledano, problematična. Naš pesimizam se sastoji u uverenju da u problemu svesti postoji jedan aspekt, i to njegov esencijalni aspekt, koji čini svest drugačijom od ostalih predmeta istraživanja u dominantnoj objektivističkoj naučnoj paradigmi. On se odnosi na to da svesna mentalna stanja poseduju doživljajne, kvalitativne odlike, koje su dostupne direktno iz unutrašnje perspektive prvog lica, a na koje, po našem mišljenju, najbolje ukazuje formulacija Tomasa Nejjela: postoji nešto kao što je „kako je biti u nekom mentalnom stanju“. Za ovaj aspekt svesti je kasnije uveden tehnički termin *qualia* (lat. sing. *quale*). Diskusije poslednjih decenija u filozofiji duha izoštrile su ono što je u fenomenu svesti tako teško i neprozirno i to se sada pojavljuje kao sama suština

subjektivnosti, dakle kao nešto što principijelno izmiče svakoj objektivizaciji, te nije uklopivo u potpunosti u bilo kakav zamislivi objektivni istraživački model.

Sa centralnim problemom svesti, ponekad nazivanim i „teškim problemom svesti“ (Čalmers) – problemom subjektivnog iskustva, srećemo se već kod prvog pokušaja definisanja svesti. Šta je svest, intuitivno nam je jasno, samo zato što svi posedujemo jedno takvo iskustvo. Videli smo da mnogi nisu nalazili za shodno ni da pokušaju da definišu svest. Takav pokušaj je, međutim, plodonosan, jer nam demonstrira suštinski problem koji pleće misteriju oko svesti. Svest se, naime, ne može definisati kao drugi predmeti istraživanja. Pogledajmo po čemu se pojam svesti razlikuje od drugih naučnih pojmova. Dosadašnji pokušaji su pokazali da je reduktivnu definiciju pojma svesti nemoguće dati, a da se pritom specifičnost fenomena ne izgubi. Funkcionalna definicija, čak i kada bi kontroverza oko funkcije svesti u okviru našeg kognitivnog sistema bila rešena, ne bi nam takođe pomogla. Bilo kakva funkcionalna definicija svesti, kako ćemo videti, ne hvata centralni aspekt fenomenalne svesti – njegove kvalitativne odlike. Jedna suštinska odlika svesti biva, dakle, u funkcionalističkim pristupima zaobiđena. Ukoliko smatramo da je postojanje fenomena subjektivnog iskustva o svetu sa njegovim kvalitativnim odlikama bitno za našu sliku sveta, te ne želimo da ga se rešimo, preostaje nam kao jedino moguća ostenzivna definicija, tj. ona koja određuje pojam, pokazujući na fenomen na koji se odnosi. Često pri tom pokazivanju koristimo npr. vizuelno-spacijalne metafore (svest kao posuda ili kontejner koji ima u sebi različite sadržaje, svest kao prostor, pozornica, ogledalo, jasnoća, svetlost) ili izraze poput Najgelovog „kako je biti“, ali oni imaju smisla samo za nekoga ko već ima iskustvo svesnosti. Takva definicija je, naime, nužno cirkularna. Jedan misaoni eksperiment koristi se ponekad u filozofiji duha da demonstrira ovu teškoću u definisanju pojma svesti. Ovde ćemo ga skicirati u najkraćoj verziji. Naučnici sa druge planete spuštaju se na zemlju i uspostavljaju komunikaciju sa našim vrhunskim naučnicima i filozofima. Muči ih jedan problem: dugo su studirali život na zemlji, način na koji ljudska tela, mozgovi, kognitivni sistem i ponašanje funkcionišu i o tome imaju potpunija znanja od nas samih. Nejasni su im, međutim, neki pojmovi koje ljudi koriste u govoru kao što su svest, iskustvo, doživljavanje, subjektivni doživljaj, unutrašnja perspektiva. Oni sami tako nešto ne poseduju i ne mogu da shvate na šta se zapravo ti termini odnose. Zamolili bi naše vrhunske stručnjake u ovoj oblasti da im to objasne. Muke na kojima bi se našli i najpametniji među Zemljanima u ovoj komunikaciji ukazuju na sledeće: neposredno

svesno iskustvo kao intrinzično svojstvo mentalnih stanja, nepodložno je daljoj analizi, dakle „primitivno“ i pojmovno nereducibilno. Na to nepojmljivo i neobjašnjivo je, podsetimo se, jasno ukazao već u 19. veku Di Bua-Rejmon. Neobjašnjivost svesti (u smislu subjektivnih, doživljajnih, kvalitativnih odlika) nije posledica nedostatka znanja ili kognitivnih kapaciteta, već toga što ne možemo jasno da zamislimo šta bi trebalo da bude objašnjenje. Problem svesti se baš iz tog razloga pojavljuje kao tvrdokorniji i teže uhvatljiv od npr. problema porekla univerzuma, nastanka života, problema vremena, prostora ili elementarnih čestica, čije rešenje se eventualno da zamisliti, makar u principu, u okviru objektivne prirodno naučne paradigme. Detaljniju diskusiju ovog problema razvićemo u okviru dela rada koji se bavi epistemološkim problemima *qualia*.

Sličan problem se pojavljuje i u psihologiji i drugim empirijskim disciplinama naročito izoštreno kada pokušamo da operacionalizujemo (preciziramo metode posmatranja i merenja pojave koju proučavamo) svest za potrebe empirijskih istraživanja ili da ustanovimo operacionalne kriterijume svesnosti, odnosno povučemo granicu između fenomena koje nazivamo svesnim i onih koji to nisu. Operacionalno postavljen, problem svesti glasi: kako možemo sa sigurnošću detektovati pojavu svesti kod određenog organizma, na primer kod životinja (i kog filogenetskog nivoa), male dece, u stanju dubokog sna, kome, totalne anestezije, itd. Svi pokušaji do sada su samo delimično uspešni i ne rešavaju problem do kraja. Za elementarnu osetljivost, za koju se možemo složiti da predstavlja subjektivno iskustvo u rudimentarnoj formi (*qualia*) nemamo jednoznačne objektivne (bihevioralne ili neurofiziološke) markere, koji bi nedvosmisleno registrovali prisustvo ili odsustvo ove vrste svesnosti. Primitimo da se ovde radi o problemu subjektivnog iskustva koji je možda čak jednostavniji od problema *qualia* (kako izgleda biti u nekom mentalnom stanju); ovde je reč o svesnosti bića (*creature conscious*).

U mnogim slučajevima bi nam ovakva operacionalizacija bila neophodna iz sasvim praktičnih razloga, u anesteziologiji na primer. Brojni izveštaji (pa i sudski slučajevi) ljudi koji su tokom operacije pod totalnom anestezijom zadržali svesnost, u stanju potpune paralize, što je svakako krajnje neprijatno iskustvo, dovode u pitanje uobičajene kriterijume svesnosti – budnost, responsivnost ili određeni EEG zapis. Da li je moguće zamisliti uređaj koji bi vršio detekciju svesti i pomogao nam da odredimo granice svesnosti? Kakve su prepreke da takav uređaj konstruišemo? Možemo reći samo da danas tako nešto nije ni na pomolu, a da ograničenja za to nisu tehnološke, već

konceptualne prirode. Problem je, naime, što ne znamo šta bi takav uređaj trebalo da meri. U krajnjoj liniji, jedini siguran način da utvrdimo postojanje svesti kod nekog organizma je njegov sopstveni subjektivni izveštaj o tome, ukoliko je u stanju da ga da. Bilo koji fizički, objektivni znak svesti je moguće tek naknadno korelirati sa takvim izveštajem i dovesti u vezu sa fenomenom svesti. Kod predverbalnih i neverbalnih organizama, na primer, u principu je nemoguće dobiti takav izveštaj, pa smo osuđeni na zaključivanje po analogiji i preostaje nam da verujemo u šta hoćemo – da oni poseduju ili ne poseduju elementarnu, primarnu, osećajnu svest. Da li ćemo verovati u jedno ili drugo, zavisi od naših opštih teorijskih i drugih ubeđenja i verovatno od niza faktora neintelektualne prirode.

Napomenimo ovde još samo (a to će biti predmet jednog kasnijeg poglavlja ovog rada) da naš umereni pesimizam, kad je u pitanju integracija fenomenalne svesti u prirodnonaučni istraživački projekat, prestaje onda kada se okrenemo psihoterapiji i drugim iskustvenim praksama, koje, verujemo, počivaju dobrim delom upravo na radu sa kvalitativnim odlikama iskustva (u smislu *qualia*). Cirkularnost ostenzivne definicije svesti ovde se ne pojavljuje kao smetnja, naprotiv, mnoge psihoterapijske tehnike i pitanja možemo da shvatimo iz ove perspektive kao jednu razvijenu „tehnologiju pokazivanja“, nastalu iz potrebe da se na najprecizniji i najkonstruktivniji način, kroz dijalog, klijentu ukaže na odlike njegovog subjektivnog, privatnog iskustva, koje su centralne za bolje samorazumevanje, pronalaženje rešenja problema na kome radi i razvoj ka većem stepenu autonomije i slobode izbora u njegovom životu. Ta „tehnologija pokazivanja“ poseduje izvenu sistematičnost i plod je jedne vrste empirijskog istraživanja. Iz ovog ugla izgleda jasno da bi eliminisati pojam fenomenalne svesti, zato što nekim svojim odlikama izmiče fizikalističko-redukcionističkom poimanju stvarnosti, bila potpuno pogrešna strategija. Baš ono što redukcionisti žele da eliminišu (*qualia*) pokazuje se u psihoterapiji kao ključno za uspeh psihoterapijskog poduhvata i istovremeno kao konstitutivna odlika ljudskog bića, upravo ona koja mu omogućava transcendenciju datog stanja stvari.

2. SVEST KAO PREDMET PSIHOLOGIJE

2.1. Psihologija u ogledalu novovekovnih prirodnih nauka

Cinična odrednica o svesti iz Saterlendovog rečnika psihologije, koju smo citirali u prethodnom poglavlju, simptomatična je za čudnu sudbinu koju je problem svesti imao u psihologiji, a što je imalo reperkusije i na psihoterapiju i druge primenjene discipline. Saterlendova formulacija izgleda da u jezgrovitoj i paroksističkoj formi odslikava činjenicu da svest i subjektivnost nemaju jasno mesto u prirodnom poretku stvari, onako kako su ga definisale novovekovne prirodne nauke. U okvirima modernog novovekovnog mišljenja od 17. veka (bar onoga što predstavlja njegov *mainstream*) primetan je trend ka sve većoj objektivizaciji iskustva, koji je vodio gotovo potpunom rascepu između domena objektivnog znanja i činjenica, kome se pridaje značaj i visoko vrednovanje, i domena subjektivnog, koji se vidi kao lišen regularnosti i mogućnosti artikulacije, te kao prostor ličnih, privatnih naklonosti i predrasuda. Subjektivno se ovde pojavljuje kao ograničenje respektabilnom naučnom znanju, nešto što treba eliminisati ili držati pod kontrolom. Pokušavajući da dosegnu ideal savršene epistemičke objektivnosti, da prirodu sagledaju iza koprene čovekovog neposrednog subjektivnog iskustva, takoreći „božjim okom“ (u meri u kojoj je teologija još uvek bila sastavni deo mišljenja naučnika), moderne prirodne nauke nastoje da neposredno posmatranje dopune i zamene sve većom upotrebom mernih instrumenata i matematike. Slična logika je prisutna u redefinisaju takozvanih sekundarnih odlika ili kvaliteta (boja, zvuk, miris) u terminima objektivnih fizičkih draži, bez ikakvog pozivanja na ljudsko senzorno iskustvo i subjektivnu perspektivu. Svetlost se tako definiše kao elektromagnetna energija, boje postaju specifične frekvencije elektromagnetnih talasa, zvuk se izjednačava sa prostiranjem zvučnih talasa kroz određeni medijum. Na ovaj način, činjenica da empirijske nauke uvek polaze od neposrednog, subjektivnog posmatranja, te činjenica postojanja subjekta – posmatrača kao sastavnog dela svakog eksperimenta i merenja biva na izvestan način zakamuflirana i sklonjena u stranu. Pokušaj eliminacije subjekta posmatranja pokazuje se ipak u krajnjem ishodu kao

paradoksalan, a ideal apsolutne epistemičke objektivnosti kao vrsta hibrisa. U 20. veku fizika, jezgro „objektivnih“ nauka, koja je psihologiji uvek bila uzor, otkriva takozvani „efekat posmatrača“ – uticaj akta posmatranja na posmatrani fenomen u kvantnom domenu, fenomen koji još uvek nema jednoznačno tumačenje. Dvadesetovekovna filozofija nauke ukazuje, opet, na ograničenja ideala epistemičke objektivnosti. Tomas Kun tako u svom delu *Struktura naučnih revolucija* pokazuje kako u određenom vremenu vladajuće konstelacije stavova, vrednosti i metoda, oko kojih postoji konsenzus u naučnoj zajednici, oblikuju aktuelnu naučnu praksu i kako se ove konstelacije menjaju kroz istoriju nauke. Razvoj nauke ne može se opisati kao linearna progresija.

Projekat prirodnih nauka pokazao je, međutim, imponantnu uspešnost, kako u ravni otkrića, tako i u ravni primene znanja u kontroli prirode (ovde, naravno, ponekad i sa negativnim kolateralnim efektima). Kao rezultat toga, etablira se krajem 18. i u 19. veku veoma uticajna filozofija i ideologija naučnog materijalizma. Njen vulgarni oblik, scijentizam, nauku predstavlja u maniru nove religijske doktrine, kao jedini izvor verodostojnog znanja i jedini kredibilan pogled na svet, koji može da ponudi rešenja problema čovečanstva. Osnovni postulati naučnog materijalizma su objektivizam, monizam (u dvadesetovekovnoj formulaciji često fizikalizam), princip zatvaranja (*closure principle*) i redukcionizam.⁵ Ovi među sobom logički povezani postulati kao rezultat imaju marginlizaciju ili čak eliminaciju svesti i duha iz naučne, „objektivne“ slike sveta. Subjektivni svet biva tretiran kao epifenomen i gubi vremenom svaki integritet i status realnog entiteta.

Savremeni nemački filozof, osnivač nove fenomenologije (*Neue Phänomenologie*), Herman Šmic, sagledava pomenutu tendenciju kao vrhunsku tačku u okviru šireg konteksta procesa opredmećenja iskustva, koje se može pratiti od antičkih vremena. Onome u iskustvu što se na izvestan način da opredmetiti (*vergegenständlichen*) biva priznato objektivno postojanje, dok ostatak životnog iskustva, koji često čine najvažniji aspekti čovekovog postojanja (kao npr. telesna stanja, utisci, osećaji, prostornost,

⁵ Princip zatvaranja tvrdi da je fizički svet kauzalno zatvoren, da u njemu nema drugih kauzalnih uticaja osim fizičkih događaja. Redukcionizam proističe iz konsekvantnog monizma – uverenja da je univerzum sačinjen od jedne supstancije, u slučaju fizikalizma, materije, kako je opisuje fizika elementarnih čestica. Redukcionizam pretpostavlja jedinstvo i hijerarhiju nauka, svodivost činjenica i zakonitosti iz jedne nauke na činjenice i zakonitosti druge, fundamentalnije nauke.

atmosfera, situacije), bivaju sklonjeni u subjektivne unutrašnje svetove, gde ispod praga verbalizacije i pojmovnog osvešćenja, gube vremenom svaku vrednost i padaju u zaborav. Ovu tendenciju Šmic naziva introjeksionizmom (od introjektovati tj. pounutriti) i ona je povezana sa redukcionizmom – svođenjem spoljašnjeg empirijskog sveta na ograničen broj odlika, koje se mogu uhvatiti postojećim statističkim i eksperimentalnim metodama nauka. Ono što pri tome preostane kao nemerljivo i nereducibilno biva pounutreno u pretpostavljeni zatvoreni unutrašnji svet doživljavanja, dušu kao utočište subjektivnosti. (Schmitz, H., 1990, str. 17-18).

Odnos psihologije kroz njenu istoriju prema svesti kao svom predmetu najbolje je sagledati u funkciji njenog pokušaja da se uklopi u jednu već postojeću paradigmu širih razmera. Okviri te paradigme su dobrim delom već bili postavljeni kada se psihologija pojavila kao empirijska nauka, gotovo dva veka nakon etabliranja drugih prirodnih nauka. Kontroverzije vezane za svest u okviru psihologije, koje ćemo nastojati da ocertamo u ovom poglavlju, moguće je dublje sagledati tek u kontekstu njenog traženja identiteta i mesta u strukturi nauka.

Osnivači psihologije u drugoj polovini devetnaestog veka nisu imali dilema oko toga šta bi trebalo da bude predmet novoformirane naučne discipline. Svest i svesni procesi, domen subjektivnog iskustva, dakle upravo ono što je bilo izuzeto iz predmeta dotada postojećih prirodnih nauka, koje su se bavile fizičkim svetom, nametnuli su se prirodno. Za studiju ovakvog predmeta, psihologija je morala imati i posebnu, metodu *sui generis*, različitu od metoda prirodnih nauka. Introspekcija (kao unutrašnje posmatranje, posmatranje sopstvene svesti) takođe se sasvim prirodno ukazala kao adekvatna metoda nove nauke. Sada se psihologija našla pred zadatkom da pokaže da je sistematsko, empirijsko, introspektivno istraživanje svesti, koje omogućava kvantifikaciju i ponovljivost, a koje je moguće praktikovati nezavisno od metafizičkih pretpostavki vezanih za svest, moguće. Psihologija je, pomalo paradoksalno, trebalo da postane prirodna (objektivna) nauka o svesti (subjektivnosti), a po uzoru na već postojeće nauke, i zasnovana često na njihovim misaonim modelima. Sa tim, nimalo lakim zadatkom su se sa puno žara uhvatili ukoštac rani psiholozi. Čak i ako su njihovi istraživački modeli bili problematični, a rezultati isprva ne tako spektakularni, ovaj novi projekat u evropskoj intelektualnoj istoriji zaslužio je, po našem mišljenju, da opstane i razvija se. Izgleda, međutim, da opšta duhovna klima početkom dvadesetog veka za tako nešto nije bila zrela, što je rezultiralo nestrpljivim i dogmatskim ukidanjem

introspekcije i čitave na njoj zasnovane nauke o svesti. Kada se upotreba introspekcije u nauci zabrani, prirodna posledica je da, kako je to Votson slikovito primetio „bihejviorista nigde u epruveti svoje nauke ne može da otkrije svest“ (Watson, J., 1928, str.26). Svest je, kao što smo već videli, bar u svom najvažnijem aspektu, intrinzički povezana sa perspektivom prvog lica. Ni postbihejvioristički pokušaj prirodnonaučne rekonstrukcije pojma svesti, većinom iz perspektive trećeg lica, nije uspeo da u punom smislu rehabilituje pojam svesti i istraživanje unutrašnjeg sveta kao predmet psihologije.

Kako se psihologija kao prirodna nauka o svesti nalazila od početka u neudobnoj poziciji, njena druga opcija bila je da se konstituiše, makar delom, kao duhovna nauka. Vilhelm Diltaj je u 19. veku ocrtao teorijsku osnovu duhovnih nauka, koje se predmetom i metodom jasno razlikuju od prirodnih nauka. Dok prirodne nauke objašnjavaju prirodne pojave, duhovne nauke se bave razumevanjem istorijsko-kulturnih procesa i proizvoda ljudskog duha (jezik, mitovi, umetnost, simboli, običaji). Ne treba zaboraviti da je Vunt, pored toga što je bio osnivač eksperimentalne psihologije, bio i osnivač psihologije naroda (*Völkerpsychologie*), koja je potpuno u duhu Diltajeve duhovnonaučne psihologije. Razumevanje, hermeneutičke i kvalitativne metode su, recimo za sada samo toliko, ostale pod sumnjom i po strani od centralnih tokova u psihologiji, a prirodnonaučna, kvantitativna struja odnela je gotovo apsolutnu pobedu, bar u okvirima akademske psihologije, naročito anglosaksonske provenijencije. To kristalno jasno izražava britanski psiholog Hans Ajzenk, osvrćući se na razumevanje kao cilj psihologije: „To nije cilj naučne psihologije, kako je shvataju anglosaksonski naučnici. Njihov cilj je da objasne ponašanje na osnovu opštih zakona, po mogućstvu matematički formulisanih, i da kontrolišu ponašanje varirajući uslove koji ponašanje određuju. Stanovište koje ti autori zastupaju predstavlja pre filozofsko uverenje nego naučnu teoriju, u stvari, mogli bismo tvrditi da je to stanovište u suštini antinaično“ (Eysenck, H., 1957, str. 328).

Kasni nastanak i porođajne muke psihologije kao naučne discipline postaju jasniji kada se sagledaju na istorijskoj pozadini nastanka prirodnih nauka i njihovog pozicioniranja spram religije i filozofije. Empirijske prirodne nauke konstituišu se krajem 16. i u 17. veku, iako još uvek delom pod okriljem filozofije (u engleskom jeziku na primer kao „natural philosophy“ nasuprot „moral philosophy“), sa fizikom, odnosno mehanikom kao svojom prvom disciplinom. Ključni impuls dobijaju otkrićima Njutna, Galileja i

Keplera koja su formulisana u obliku prirodnih zakona. *Natural philosophy*, za razliku od ostatka filozofije, primenjuje eksperiment kao metodu, kojom ustanovljava regularne procese u prirodi, koji poseduju uniformnost i univerzalnost kroz prostor i vreme. Danas je raširena popularna predstava da je rođenje moderne nauke obeleženo njenim radikalnim suprotstavljanjem hrišćanskom, religioznom pogledu na svet, što je ponekad plaćeno i ljudskim životima.⁶ Slika o religiji kao nekritičkoj veri zasnovanoj na otkrovenju i institucinalnom autoritetu i nauci kao slobodnoj, istraživačkoj aktivnosti zasnovanoj na razumu i empirijskom istraživanju, i otuda njihovom neminovnom sukobu (religija kao neprijatelj naučnih otkrića), datira, zapravo, gotovo dva veka posle rođenja i procvata prirodnih nauka. Ona je izražena u Dreyper-Vajtovoju tezi o neminovnom konfliktu nauke i religije, koja je bila naročito popularna kod istoričara nauke 19. i početka 20. veka. Pažljiviji pogled otkriva, međutim, iza ovakvih simplifikacija, daleko složeniju sliku odnosa nauke i religije, u kojoj su saradnja i međusobna podrška igrale ništa manju ulogu od povremenih sukoba interesa. U vreme rađanja prirodnih nauka, moguće je otkriti niz teoloških uticaja u formulaciji njihove platforme, kao i koincidiranje ideologije i interesa crkve, naročito novonastale, protestantske i nauke kao institucije u formiranju.⁷ Ne treba zaboraviti ni genuinu zadubljenost u teološke probleme, paralelno sa naučim istraživanjem, koja se često previđa i zanemaruje kod glavnih heroja naučne revolucije – Njutna, Bojla, Keplera, Kopernika, Paskala.⁸ Konflikt između nauke i religije, izazvan time što su neka naučna otkrića dovela u pitanje izvesne hrišćanske doktrine, nije doveo do njihovog raskida sve do devetnaestog veka, kada, na primer, Laplas odgovara na pitanje o ulozi Boga u upravljanju nebeskim telima: „Nemam potrebu za takvom hipotezom“. No, ni mnogo decenija kasnije ne možemo govoriti o apsolutnom sukobu – i danas, prema rezultatima

⁶ Kada se ima u vidu kompletna slika odnosa crkve i prirodnih nauka u nastajanju, slučaj Galilej pre izgleda kao izuzetak nego pravilo. Takođe, Đordano Bruno, dominikanski monah, predstavljan ponekad kao žrtva u ime nauke, spaljen je, zapravo, kao jeretik prvenstveno zbog svojih teoloških ideja.

⁷ Volas tako pokazuje kako je mehanicizam (kao suprotnost organicizmu Paracelzusa, na primer) sa svojom slikom raščaranog univerzuma bio prigrljen od strane nove hrišćanske teologije, u momentu kada je trebalo zaustaviti histeriju lova na veštice. On se takođe suprotstavio uticajnim animističkim predstavama o živoj materiji i samoorganizujućem univerzumu, koji nije bio po volji crkve. U duhu protestantizma je bilo i traženje tehnoloških rešenja za životne probleme pre nego magijskih. Oni ističu fizički rad i napor kao put ka izbavljenju, pre nego imaginaciju, molitvu ili ritual. (Wallace, A., 2000, str. 52-53))

⁸ Njutn je zakone mehanike koje je otkrio shvatao kao dokaz božjeg prisustva u svetu. Bojl je naučno istraživanja prirodnih zakona video kao vrstu bogoslužjenja, a naučnika kao sveštenika u hramu prirode.

anketa (vidi u Wallace, A., 2000, str. 27), oko 40% američkih naučnika veruje u personalnog boga. Obe strane medalje – povremene tenzije, kao i skladna koegzistencija – prisutne su, dakle, u odnosu prirodnih nauka i religije od 17. veka do danas.

Verovatno je ključnu ulogu u konsteliranju novog intelektualnog prostora, stvorenog pojavom prirodnih nauka, odigralo Dekartovo dualističko rešenje problema odnosa duše i tela, koje nije bilo toliko novo⁹ koliko ekstravagantno, zbog svog insistiranja na ekskluzivizmu umesto kontinuitetu. Povlačenje oštrog reza između dva tipa supstancije¹⁰, materijalne i duhovne (*res extensa* i *res cogitans*), uticalo je dalekosežno na kasniju sudbinu psihologije kao nauke, a verovatno i na samu njenu kasnu pojavu u odnosu na prirodne nauke. Istovremeno, ono je bilo u funkciji obezbeđivanja nezavisnosti prirodnih nauka od crkve, sa kojom je i sam Dekart imao problema. Može se reći da je upravo kartezijanski dualizam postavio u 17. veku krucijalnu platformu, koja je omogućila koegzistenciju novonastalih prirodnih nauka zasnovanih na mehanicističkoj filozofiji i religije. U ovoj dualističkoj slici sveta, materijalni svet potpada pod jurisdikciju nauke, sa kojom religija nema nikakve potrebe da se meša, dok duša, kao besmrtna božja tvorevina, ostaje u potpunosti u krilu religije. Prirodne empirijske nauke dobijaju time punu slobodu i samostalnost u odnosu na teologiju. Psihologiji, kao studiji duše, ovde, međutim, principijelno nije ostavljen prostor van teologije, a psihologija kao prirodna nauka nije u okviru ovakve postavke ni zamisliva. Dekart je, takođe, imao zasluga za uvođenje na velika vrata principa zatvaranja (*closure principle*) u nauku, tvrdnjom da u čitavoj prirodi nema ničega što se ne bi moglo objasniti čisto materijalnim, mehaničkim uzrocima, sa izuzetkom duše i biblijskih čuda. Pošto su se biblijska čuda desila u određenom vremenu koje je iza nas, jedino duša (misleća stvar, *res cogitans*) može izvršiti uticaj na telo i to delujući preko jednog jedinog dela naše telesne supstancije – pinealne žlezde. Sve što se u telu dalje odvija, podložno je u suštini mehaničkim zakonima.

Drugi način poimanja odnosa duše i tela sadržan je u Lajbnicovom još ekstravagantnijem, paralelističkom rešenju. Umesto postuliranja interakcije, koja bi se

⁹ Imamo u vidu dualizam u hrišćanskoj teologiji.

¹⁰ Supstancija od lat. *substantia* – ono od čega se nešto sastoji ili ono što ima sopstveno, samostalno postojanje. Dekart zapravo razlikuje nestvorenu, istinsku supstanciju (bog) i stvorene supstancije koje su zavisne u svom postojanju jedino od boga, a to su rasprostrta stvar (*res extensa*) i misleća stvar (*res cogitans*).

odvijala preko specifičnog telesnog organa, Lajbnic odbacuje svaku ideju uticaja duše na telo. Čisto mehaničko kretanje tela u skladu je sa voljom duše na osnovu prestabilirane harmonije (*prästabilierte Harmonie*), koju je Bog uneo u svet samim aktom kreacije. Ovo Lajbnicovo učenje ima, međutim, sasvim slične posledice po odnos nauke i religije kao Dekartovo. Ono je sasvim u skladu sa principom zatvaranja, jer se duhu odriče svaka kauzalna delotvornost u prirodi, a naučnicima otvara prostor za potpuno slobodno istraživanje materijalnog sveta kao Božje tvorevine.

Dok oba domena – subjektivno i objektivno, duhovno i materijalno – za Dekarta imaju podjednaku težinu i značaj (*res cogitans* ima bar u epistemološkom smislu primat), u narednim vekovima izgleda da sve veću težinu dobija *res extensa*, možda najvećim delom zahvaljujući tome što je u fokusu interesovanja sve popularnijih prirodnih nauka i na njima zasnovanih tehnologija, koje su omogućile masivnu manipulaciju prirodom i transformaciju čovekovog sveta (*Lebenswelt*). U 19. veku, slabljenjem pozicija crkve u društvu i pojavom redukcionističkog fiziološkog materijalizma, *res cogitans* počinje da gubi sigurno utočište u teologiji, a, kao što ćemo videti, teško pronalazi novo mesto u okviru prirodnih nauka. Dekartovo shvatanje subjektivnosti, svesti i materije je na nadalekosežniji način obeležilo naredna tri veka i ima svoj eho u diskusijama o prirodi svesti u savremenoj filozofiji duha, koja vidi kao jedan od svojih centralnih zadataka pokušaj da naturalizuje svest i duh, tj. da ih integriše sa saznanjima prirodnih nauka. Ne treba da čudi što se ovaj „povratak svesti u prirodu“ pojavljuje ponekad kao kompleksan i intrigantan poduhvat, s obzirom na isključivanje svesti iz koncepcije prirode kako su je videle prirodne nauke od svog začetka i njeno tretiranje kao, u izvesnom smislu, „natprirodnog“ fenomena. Iako od 19. veka izdvojen iz teološkog konteksta, subjektivni svet do danas često biva shvaćen kao nešto što ima prizvuk religije i mistike.

Drugi momenat u duhovnoj istoriji moderne, koji je verovatno imao znatnog uticaja na kasno konstituisanje psihologije kao nauke, bio je Kantov prilično kategoričan stav o ograničenosti introspekcije kao metode i nemogućnosti empirijske, naučne studije ljudskog duha. Pošto je zapravo sve do sredine dvadesetog veka, tj. do pojave kognitivne psihologije, izgledalo nemoguće empirijski studirati ljudski duh drugačije do introspektivno, Kant iz svog sagledavanja slabosti introspekcije, izvlači zaključak da je naučna psihologija kao takva nemoguća. Ovim problemom se naročito bavi u delu *Metafizičke osnove prirodne nauke* iz 1786. Zašto po Kantu sadržaji introspekcije (za introspekciju koristi termin unutrašnje čulo, nem. *innerer Sinn*) ne mogu biti podvrgnuti

naučnom istraživanju? Najpre, oni nisu podložni kvantifikaciji, tako da na njih nije moguće primeniti matematičke modele. Sam introspektivni posmatrač je taj koji razlikuje jedinice posmatranja – ne postoje realne distinkcije između samih jedinica posmatranja. Dalje, samo posmatranje razrušava i menja stanje posmatranog predmeta. Stoga ono nikada ne može biti više od istorijskog posmatranja i kao takvo, što je moguće više sistematično, učenje o unutrašnjem čulu, jedna vrsta prirodnog opisa duše, ali nikada nauka o duši, čak ni psihološka eksperimentalna disciplina. Na kraju, druga misleća osoba ne podvrgava se našim ispitivanjima, tako da bi to odgovaralo našim svrhama – jedini misleći subjekat čije unutrašnje čulo možemo da istražujemo smo mi sami. Introspekciju Kant smatra čak potencijalno opasnom po duševno zdravlje, mogućim putem u mentalnu bolest.

Kantova „presuda“ reflektovala se u stavovima prema introspekciji i psihologiji do sredine 19. veka i nije bilo lako suprotstaviti joj se. Izgledalo je da je mentalni domen rezistentan na merenje i da za njegovo proučavanje ne postoji adekvatna metodologija, te da tako psihologija nikada neće postati nauka poput drugih.

2.2. Prva naučna psihologija – introspekcionizam

Protivargmente Kantu ponudili su u drugoj polovini 19. veka Kantovi zemljaci, Gustav Teodor Fehner i Vilhelm Vunt, čiji rad je utemeljio novu naučnu disciplinu – psihologiju. Fehner 1860. objavljuje knjigu *Elementi psihofizike*, u kojoj iznosi rezultate primene sistematske eksperimentacije i merenja u domenu subjektivnog doživljavanja, koji je dotada izgledao potpuno nepristupačan ovakvoj metodologiji, a 1879. Vunt osniva prvu laboratoriju za eksperimentalnu psihologiju u Lajpcigu, koja je postala stecište studenata iz celog sveta zainteresovanih za mogućnosti jedne nove nauke. Vunt, koji je isprva bio profesor filozofije u Lajpcigu, svojim radom i spisima inaugurisao je prirodnonaučnu psihologiju kao nezavisan studijski fah u Evropi. Ovde treba pomenuti da je u Americi, na Harvardu, slična laboratorija osnovana četiri godine ranije (1875) od strane drugog, ništa manje značajnog oca introspektivne psihologije, Vilijema Džejmsa.

Fehnerov rad je, međutim, već par decenija ranije, praktično pokazao mogućnost naučne psihologije, u kakvu Kant nije verovao i promovisao psihofiziku kao prvu

psihološku disciplinu, koja, kao svoj predmet ima kvantitativnu, eksperimentalnu studiju odnosa između fizičkih stimulusa i senzacija (oseta) koje oni izazivaju. Fehner je razvio po uzoru na fiziku (i sam je prevashodno bio fizičar) metodologiju merenja efekta sistematskog variranja odlika stimulusa po više fizičkih dimenzija, na subjektivni doživljaj stimulusa. Jedan od najviših dometa njegovog rada u oblasti psihofizike bio je takozvani Veber-Fehnerov zakon, koji ustanovljava logaritamski odnos između subjektivno doživljenog intenziteta čulnog utiska i objektivnog intenziteta podražaja. U osnovi Fehnerovih nastojanja leži nada da, otkrivajući postojanje zakonitog odnosa između materije i duha, dokaže svoje uverenje o njihovoj ekvivalentnosti – fizički događaji imaju, po Fehneru, mentalne korespondente i obratno. Njegovo shvatanje bi danas moglo da se okarakterise kao monizam dualnog aspekta ili kao panpsihizam. Fehner je, inače, poznat i kao osnivač eksperimentalne estetike. Estetika je bila još jedna oblast u koju je uveo eksperiment i merenje, a koja se tradicionalno smatrala nepristupačnom za primenu ovakve metodologije.

Rana psihologija svesti nastojala je da svoj predmet odredi na način koji je, što je moguće više udaljen, od tradicionalnog shvatanja duše i nezavisan od različitih metafizičkih shvatanja. Svest nije tretirana ni u smislu nematerijalne supstance ili spiritualnog agensa, koji se manifestuje u svesnom doživljavanju, ni kao puki nus efekat, epifenomen moždanog funkcionisanja. Trebalo je da se određenja svesti drže samo onoga što se može posmatrati. Ovaj čisto empirijski pristup sadržan je, na primer, u određenju svesti (*consciousness*) kao ukupnosti svesnih doživljaja u datom trenutku, a duha (*mind*) kao ukupnosti svesnih doživljaja individue od njenog rođenja do smrti, od strane Vuntovog učenika Tičenera (Titchener, E., 1915). Svest ovde nije ništa do zbirno ime za pojedinačne svesne doživljaje, odnosno prosta suma svesnih stanja.

Sam Vunt je zastupao gledište o odnosu duše i tela koje je nazvao psihofizičkim paralelizmom. Pod time je podrazumevao da mentalni događaji imaju mentalne uzroke i nisu u kauzalnom smislu zavisni od događaja u fizičkom svetu, iako su sa njima u korelaciji. Ovakva tvrdnja je izgleda prevashodno bila u funkciji stvaranja prostora za psihologiju kao nezavisnu nauku, jer Vunt zapravo nije verovao u postojanje nezavisne duhovne supstancije, niti da je mentalnim događajima potreban poseban supstrat, odvojiv od samih procesa. Vunt, takođe, nije bio protivnik povezivanja psihologije sa fiziologijom, on sam se mnogo bavio fiziološkom psihologijom. Zastupajući paralelizam, Vunt samo eksplicitno odbija da se, kao psiholog, bavi pitanjem otkuda

potiče korelacija između fizičkog i mentalnog domena. Mnogim Vuntovim savremenikima je njegovo stanovište izgledalo ipak kao eklektičko i protivrečno, te su pokušali da ga smeste u jedan od dva, krajem devetnaestog veka jasno profilisana i sukobljena tabora – materijalistički ili idealistički.

Sledeći kratki prikaz shvatanja predmeta psihologije od strane osnivača introspektivne psihologije oslanja se na Boringovu *Istoriju eksperimentalne psihologije* (Boring, E., 1950) i Radonjićev *Uvod u psihologiju* (Radonjić, S., 1994).

Vunt je u više navrata pokušao da odredi predmet psihologije, pre svega u odnosu na fizičke nauke. Tako je najpre smatrao da psihologija treba da istražuje unutrašnje iskustvo (osećaje i osećanja, misli i htenja), za razliku od fizike, koja se bavi spoljašnjim iskustvom, odnosno objektima spoljašnjeg sveta. Kasnije odbacuje razlikovanje unutrašnjih i spoljašnjih isustava kao nezgodno, jer je iskustvo naprosto iskustvo, dato u svesnim opažajima. Razlika između psihologije i fizike se bolje može opisati kao razlika između neposrednog i posrednog iskustva. Neposredno, opažajno, čulno (*anschaulich*) iskustvo proučava psihologija, a posredno, zaključeno, fizika. Tako se obe nauke bave, na primer, zvukom i polaze od istog iskustva, ali se dalje kreću u različitim pravcima. Psiholog se interesuje za neposredni čulni doživljaj zvuka, fizičar za fizičku prirodu zvuka, koja nije data u neposrednom iskustvu, već je zaključena. Vuntovi učenici Kilpe i Tičener menjaju Vuntovu formulaciju, smatrajući da je svako iskustvo neposredno. Razlika je pre u načinu tretiranja tog neposrednog iskustva od strane različitih nauka. Psihologija tako izučava iskustvo zavisno od subjekta koji ga doživljava (*experiencing idividual*), a fizika nezavisno od subjekta doživljavanja. Introspektivna psihologija se naročito bavila takozvanom „greškom draži“ i zahtevala od subjekata u eksperimentu da, kroz trening u introspektivnom posmatranju, nauče da ovu izbegavaju. Greška draži sastoji se u govoru o spoljašnjoj draži umesto o samom doživljaju draži. Psiholog mora da zaboravi ono što zna o objektu opažanja i da se fokusira isključivo na sopstveno neosredno doživljavanje. Ovo bi moglo da podseti na postupak „stavljanja u zgradu“ (*epoche*) fenomenologa, mada se ovde radi, kako ćemo u šestom poglavlju pokazati, o veoma različitom pristupu, koji se razvio potpuno nezavisno od fenomenologije i sledio drugačiju istraživačku strategiju.

Misaoni modeli rane psihologije svesti preuzeti su iz fizike i hemije, koje su upravo beležile velike uspehe u svojoj potrazi za najprostijim sačiniteljima materije, koji se ne

moгу dalje raščlanjavati. Hemija je razvila učenje o elementima, fizika o atomima. Čitav pojavni svet nastaje kombinacijom elementarnih, dalje nerazlučivih sastojaka. Većini ranih psihologa je model mišljenja poznat ponekad kao „mentalna hemija“ pružao obećavajući program za novu nauku – razložiti svet mentalnog doživljavanja na njegove najjednostavnije komponente, a zatim otkriti zakone koji upravljaju kombinovanjem ovih elementarnih iskustava. U pozadini ovog programa ne treba prevideti ni uticaj tradicije britanskog empirizma i asocijacionizma, koja je, zapravo, već delom postavila osnovu za ranu psihologiju, služeći se, takođe nekom vrstom implicitne introspekcije. Iz te tradicije (u prvom redu od Džona Stjuarta Mila) potiče, na primer, Vuntova ideja da složene psihičke pojave nisu jednostavna suma elemenata od kojih se sastoje, već, poput hemijskih jedinjenja, pokazuju nove kvalitete u odnosu na elemente. Vunt ovu pojavu naziva „stvaralačkom sintezom“ ili „hemizmom“.

Nemačka introspektivna psihologija, označena obično kao strukturalistička, pokušala je u prvom redu da provede jednu vrstu vivisekcije duha, postavljajući pitanja – koji su osnovni elementi svesnog iskustva, koji su njihovi atributi, u kakvom odnosu su elementi međusobno. Tako je Vuntova škola, na primer, govorila o tri vrste mentalnih elemenata, o osećajima, predstavama i osećanjima. Oseti imaju attribute poput kvaliteta, intenziteta, protenziteta (trajanja) i atenziteta (jasnoće). Predstave su u odnosu na osećaje manje intenzivne, žive i siromašnije detaljima. Kod osećanja se mogu razlikovati dimenzije: prijatnost/neprijatnost, visok/nizak nivo pobuđenosti i napeta/opuštena pažnja. U fokusu njihovog interesovanja je senzorna komponenta svesti. Predstavnici druge strukturalističke škole iz Vircburga (Kilpe, Biler, Ah, Marbe) pokušali su da introspektivno proučavaju i misaoni proces, čemu se Vunt oštro suprotstavio, verujući da se kontrolisana introspekcija može primeniti samo na jednostavne čulne procese. Vircburžani su u svojim protokolima redovno otkrivali i nečulne, bespredstavne elemente misli, čime su došli u sukob sa Vuntovom i Tičenerovom koncepcijom o tri vrste elemenata. Tičener je svodio ove bespredstavne elemente svesti na teško uočljive predstave i kinestezijske senzacije.

U okviru psihologije kao nauke o svesti moguće je razlikovati nekoliko orijentacija: pored strukturalističke, tu su i, pretežno američka, funkcionalistička (koja se interesuje više za procese i operacije nego elemente, za to šta svest čini i čemu služi, nego od čega se sastoji), geštalt psihologija koja je dala svoje doprinose naročito u psihologiji opažanja i mišljenja i na kraju, brojne individualne fenomenološke studije, uglavnom u

okviru evropske psihologije, koje teško da možemo da nazovemo koherentnom psihološkom školom. U šestom poglavlju koje se bavi metodama prvog lica, upoređićemo ove različite metode rane psihologije i njihove nalaze sa drugim metodama prvog lica. Na ovom mestu nam je cilj samo da prikažemo kako su različiti pravci akademske psihologije tretirali svest i introspekciju.

Iako je Vunt introspekciju promovisao kao osnovni izvor podataka o mentalnom domenu i centralnu metodu psihologije, već u okviru ove rane psihologije ponekad su primenjivane i objektivne metode, kao, na primer, objektivni testovi memorije u Ebbinghausovim studijama pamćenja ili merenje reakcionog vremena u Dondersovim eksperimentima, koje je, više decenija kasnije, odigralo inspirativnu ulogu u formiranju kognitivne psihologije.

Za razliku od stava, koji je u filozofiji od Dekarta bio čest, da su introspektivni sudovi o svesti epistemički privilegovani, ili bar da moraju imati visok stepen tačnosti, introspektivni psiholozi smatraju da je introspekcija podložna grešci i da posmatrač mora biti treniran da bi mogao da dâ valjan i pouzdan introspektivni izveštaj.¹¹ Vunt nije uzimao u obzir introspektivne izveštaje o jednostavnim senzornim događajima i njihovim dimenzijama koje daju subjekti koji su prošli manje od 50000 pokušaja u posmatranju sopstvenog iskustva. Tičener je napisao obimni priručnik o introspektivnom treningu kroz koji treba da prođe student psihologije. Introspektivna opservacija je bar toliko teška kao opservacija u fizičkim naukama. Džejms piše o tome: „Introspekcija je teška i pogrešiva; teškoća koju kod nje srećemo je jednostavno teškoća svakog posmatranja“ (James, W., 1899, str. 191).

Vuntov učenik i tumač u Americi, Englez Edvard Tičener, ponekad optuživan i za simplifikaciju Vuntove psihologije, preneo je duh lajpciške laboratorije na Kornel univerzitet. Pa ipak, izgleda da je Vuntova škola u Americi ostala kuriozitet, možda čak od strane većine viđena kao evropska salonska ezoterija, bez dodira sa praktičnim životom. Amerikancima je svakako nešto bliža bila autohtona američka verzija

¹¹ Utisak o nepogrešivosti introspektivnih sudova verovatno je posledica toga što filozofi obično diskutuju prilično grube primere, dok su psiholozi od svojih subjekata tražili veoma fine i precizne introspektivne sudove i opise. Slično je, videćemo, i danas u diskusiji problema *qualia* u savremenoj filozofiji duha, gde su primeri koji se navode krajnje svedeni u odnosu na bogatstvo i suptilnost *qualia* sa kojima rade, na primer, psihoterapeuti. Kada taj rad pogledamo izbliza, moguće je da steknemo drugačiji utisak o značaju i spektru *qualia* i fenomenalne svesti nego kada samo čitamo filozofske tekstove.

introspekcijom, koju je predstavljao pre svega Vilijem Džejs. Džejs je bio učenik začetnika pragmatizma, izvorno američkog pravca u filozofiji, Čarlsa Sandersa Pensa. Džejsovo delo je za razliku od nemačke introspektivne škole bilo poznato daleko široj publici, a njegov pojam „toka svesti“ i opisi toka svesti stekli su ogromnu popularnost i daleko van oblasti psihologije i filozofije. Oni su zapravo bili direktan uvod u književni pravac, takozvani „roman toka svesti“ koji je živ do danas. Džejsovi spisi inspirisali su literaturu Džejsa Džojlsa, Virdžinije Vulf, Vilijema Batlera Jeytsa i mnogih drugih.

Džejs je, kao i Vunt, psiholog, koji po obrazovanju i vokaciji oscilira između filozofije i fiziologije. Psihologija kao nauka je za Džejsa, kao i za Vunta sasvim prirodno zasnovana na introspekciji. U *Principima psihologije* on piše: „Introspektivno posmatranje je ono na šta se moramo oslanjati prvo, u najvećoj meri i uvek. Reč „introspekcija“ gotovo i ne treba da se definiše – ona znači, naravno, gledanje u naš sopstveni duh i saopštavanje onoga što smo tamo otkrili. Svako se slaže da tamo otkrivamo stanje svesti“ (James, W., 1899, str. 185).

Džejsova introspekcija deluje prirodnije i bliža je fenomenološkom pristupu od analitičke introspekcije nemačke škole – njen cilj nije inventarisanje relativno statičnih elemenata svesti, već više opis procesa i stanja svesti onako kako se prirodno pojavljuju. O postupku strukturalista on piše: „Taj postupak se unapred upušta u jednu sumnjivu teoriju po kojoj su viša stanja svesti složena iz jedinica; umesto da pođe od onoga što čitalac poznaje neposredno, naime, od njegovih ukupnih, konkretnih stanja svesti, on počinje nizom pretpostavljenih „jednostavnih ideja“, o kojima neposredna svest uopšte ne postoji, a u pogledu integracije tih ideja prepušten je na milost i nemilost neke zgodne fraze“ (James, W., 1962, str. 167, prevela sa engleskog IH).

Kada je svest u pitanju, Vilijem Džejs se pojavljuje kao jedna od najznačajnijih figura u zapadnoj psihologiji i filozofiji. Niko se nije toliko istrajno bavio problemima svesti poput njega, pa možda nije ni čudo što su u njegovom radu došle do izražaja i brojne kontroverze vezane za ovaj pojam, kao i ona koja se tiče samog njegovog značenja i mesta u psihologiji i filozofiji. Džejs piše u svojim *Principima psihologije* 1890. o svesti iz neurološke, evolucione i perspektive samoposmatranja, proglašavajući svest polazištem svake psihologije, a introspekciju osnovnom metodom psihologije, od koje ona mora poći uvek i pre svega. Četrnaest godina kasnije, 1904. Džejs u svom članku „Da li svest postoji?“ (James, W., 1904) izražava i više od sumnje u postojanje svesti

kao entiteta, on mu negira mesto među prvim principima i smatra da se oni koji ga još koriste „kače za eho, slabašne glasine koje u vazduhu filozofije ostavlja iza sebe duša koja nestaje“ (*ibid.* str. 477). Ovakav Džejmsov stav treba sagledati u sklopu njegovih kasnih spisa o radikalnom empirizmu u kojima razvija učenje o čistom iskustvu (*pure experience*), koje nije po sebi ni mentalne ni fizičke prirode, već se, naprotiv, svest i telo pokazuju kao njegovi aspekti. Čisto iskustvo je, po svoj prilici, koncept pomoću kog Džejms pokušava da transcendirira dualizam tela i duše, sazajnog subjekta i saznanja, svesti i sadržaja svesti. Nije isključeno da bi njegova dalja razrada mogla da vodi u pravcu povezivanja sa fenomenologijom ili čak nekim budističkim shvatanjima o prirodi svesti. U svakom slučaju, Džejmsovo odbacivanje pojma svesti u kasnim radovima polazi od sasvim drugačijih premisa od bihejviorističkog odbacivanja svesti, koje je usledilo nekoliko godina kasnije.

2.3. Problemi introspekcionizma

Introspektivni psiholozi su se već od početka suočavali sa skepticizmom vezanim za mogućnosti svoje metode i njihove rasprave o prirodi i uslovima koje treba zadovoljiti da bi unutrašnje posmatranje bilo validno i pouzdano, predstavljaju često odgovor na kritike koje su upućivane novoj disciplini. Koliko je introspekcija naučno respektabilna metoda? U drugoj polovini devetnaestog veka često su ponavljane tvrdnje Ogista Konta da je introspekcija u smislu posmatranja sopstvene svesti čista iluzija. Ljudski duh može da posmatra sve osim sebe samog. Naročito je posmatranje misaonih procesa u trenutku njihove prisutnosti nemoguće, jer su organ posmatranja i posmatrani organ isti – mislilac ne može sebe samog da podeli na dva dela, tako da jedan deo razmišlja, a drugi ga posmatra kako razmišlja. Uzaludnost ovog pristupa, po Kontu, potvrđuje to što ima onoliko različitih rezultata ovakvog samoposmatranja koliko i individua koje veruju da ga upražnjavaju (po James, W., 1962). Introspekcionisti su na ovakve primedbe odgovarali razlikujući istovremenu introspekciju i neposrednu retrospekciju. Ukoliko jednu svesnu činjenicu ne možemo studirati u samom trenutku zbivanja, to možemo već momenat kasnije, dok je utisak još svež. Pošto se naučno posmatranje procesa dešava obično neposredno po njegovom okončanju, ono sa procesom ne interferira. Vunt je smatrao da stav da pažnja nužno narušava ciljni mentalni proces koji se posmatra suviše

pesimistično. Naročito je posmatranje jednostavnih mentalnih procesa, opažanja, bazičnih procesa pažnje, osećanja i volje relativno neproblematično. Vunt je posmatranje misaonih procesa smatrao nemogućim, dok su se vircburški psiholozi okušali i na polju psihologije mišljenja. Prvenstveni doprinos je introspektivna škola ipak dala psihologiji čula i čulnog opažanja.

Introspektivni psiholozi nisu uspeali da postignu konsenzus oko nekih svojih ključnih pitanja, što je u široj javnosti probudilo sumnju u čitav projekat. Kako vrsta i priroda introspektivnog treninga subjekata iz različitih laboratorija nije bila standardizovana, dolazilo je do razmimoilaženja u rezultatima samoposmatranja između različitih laboratorija, uprkos prilično solidnom nivou konzistentnosti nalaza unutar jedne laboratorije. Laboratorije se nisu slagale već ni oko broja senzacija koje su subjekti bili u stanju da razlikuju. Tičener i njegova grupa sa Kornel univerziteta iznosila je broj oko 44435 (?), dok su Vircburžani našli svega oko 12000 različitih senzacija. Najoštrijji konflikt je ipak izbio oko pitanja da li postoje bespredstavne misli kao element svesti ili ne. Vircburški subjekti su konstantno izveštavali o postojanju takvih nesenzornih elemenata, dok je Tičener, sledeći ekstremno senzualistički model svesti, smatrao da su ovi svodivi na senzorne elemente, te se tu, dakle, radi o nekoj vrsti greške, odnosno nepreciznosti u opažanju vircburških ispitanika. Pošto su ispitanici iz obe laboratorije prošli kroz intenzivan dugotrajni trening, ključno pitanje koje je ostalo nerasvetljeno jeste pitanje šta je trening jedne i druge laboratorije propisivao.

Čitavu elementarističku koncepciju svesti i vrstu introspekcije koja nastoji da napravi iscrpni inventar mentalnih elemenata, po uzoru na prirodni sistem elemenata iz hemije, napadali su već geštalt psiholozi, funkcionalisti i fenomenološki orijentisani psiholozi. Njihov način posmatranja iskustva je stran prirodnom procesu opažanja i realnom toku svesti. Bez vrlo specifičnog treninga vođenog teorijskom koncepcijom koja snažno usmerava subjekte da traže i nađu elementarne sačinitelje svesti, niko ne bi na takav način opažao i izveštavao o čulnom iskustvu. Iz tog ugla se introspektivni trening, koji je bio obaveza u psihološkim laboratorijama tog vremena, može videti i kao indoktrinacija strukturalističko-elementarističkom koncepcijom svesti.

Mnogima je, naročito u Americi, izgledalo zanimljivije razviti korisne tehnike modifikacije ponašanja i praktične oblasti psihologije umesto pokušavati (neuspešno) provesti takvu taksonomizaciju iskustva. Naročito je jednostrano, neživotno i sterilno

Amerikancima izgledala Tičenerova psihologija, koja se dičila time da bude čista nauka, potpuno nezainteresovana za bilo kakvu praktičnu primenu. Od 20-ih i naročito 30-ih godina dolazi do marginalizacije, pa čak i potpunog odumiranja introspektivnih istraživanja u psihologiji.

Fatalni udarac introspektivnoj psihologiji zadao je ipak bihejviorizam. Bihejvioristi su, uz sve druge, većinom opravdane primedbe, frontalno napali čitavu disciplinu kao nenaučnu, jer je navodno zasnovana na neobjektivnim metodama i ima predmet koji se principijelno ne može naučno studirati (ili čak predstavlja puku fikciju!). Svest i introspekcija kao takve bile su meta bihejviorističkog napada i presudni razlog za odbacivanje discipline.

Prva naučna psihologija – introspekcionizam učinila je ozbiljan pokušaj da primeni naučni metod, inspirisan metodama razvijenijih nauka tog vremena na studiju problema svesti i svesnih procesa. Takođe je učinila napor da novu nauku zasnuje na posmatranju svesnog iskustva, te ostavi po strani tradicionalne metafizičke pretpostavke o svesti. Utoliko je apsurdna njena kasnija diskvalifikacija kao nenaučne od strane bihejviorista. Posebno stoga što su rani bihejvioristi pošli od veoma sličnih filozofskih premisa kao introspekcionisti – asocijacionizma, redukcionizma, elementarizma, ugledanja na razvijenije prirodne nauke i insistiranja na čisto empirijskom pristupu očišćenom od metafizike. Jedino što se njihova elementarističko-redukcionistička strategija fokusirala na otkrivanje elementarnih jedinica ponašanja umesto elemenata svesti, a njihov asocijacionizam (poznat kao „moderni asocijacionizam“) odnosio na princip uspostavljanja veze između draži i reakcije, a ne između prostih ideja (kao u britanskoj empirističkoj tradiciji) tj. senzacija (u introspektivnoj psihologiji).

2.4. Bihejviorizam – psihologija bez svesti?

Samo tri godine posle smrti Vilijema Džemsa, 1913. Džon Votson, dotada poznat po svojim radovima iz psihologije životinja, publikuje bihejvioristički manifest *Psihologija sa stanovišta bihejvioriste*. Džejmsov učenik Edvard Torndajk proslavio se već deceniju ranije svojim radovima iz životinjske psihologije i time značajno inspirisao rani bihejviorizam. Ne bez izvesnog uživanja u brutalnosti formulacije, Votson u svojoj

knjizi *Biheviorizam* iz 1924. preporučuje psiholozima, ukoliko im je stalo do naučnosti, da čovekovo ponašanje opisuju na isti način kako bi opisali ponašanje vola koga kolju (Watson, J., 1970, str.ix). Kao što ponašanje životinja možemo da opišemo u terminima draži, odgovora i stvaranja navika, tako nam ni u psihologiji nisu neophodni mentalistički pojmovi zasnovani na posmatranju neposrednog iskustva, kao što su svest, mentalna stanja, duh, zadovoljstvo, senzacije, volja, predstave, pažnja, mišljenje.

Manifest skicira obrise nove nauke, u kojoj više nema mesta za svest. Ta nauka je zasnovana isključivo na ekstrospekciji i za svoj predmet ima ponašanje organizama, a kao praktične ciljeve predviđanje i kontrolu ponašanja. Watson je, kasnije, u svom radikalizmu, o svesti našao za shodno da napiše i sledeće: „Verovanje u postojanje svesti poreklom je iz prastarih dana predrasuda i magije. Onaj ko hoće da uvede svest, bilo kao epifenomen ili kao aktivnu snagu koja se upliće u fizička i hemijska zbivanja u telu, čini to zbog svojih spiritualističkih i vitalističkih sklonosti. Biheviorista ne može da otkrije svest u epruveti svoje nauke. On nigde ne nalazi dokaze za tok svesti“.

(Watson, J., 1928, str. 26, sa engleskog prevela IH)

Problemi introspekcionizma o kojima smo ranije govorili iskorišćeni su od strane biheviorista kao argument za generalnu tvrdnju da su introspektivne metode principijelno nepouzdana i nenaučne. Bihevioristima nije bilo stalo do toga da unaprede i dopune psihologiju kao nauku o svesti novim metodama i temama, već da psihologiju izgrade na sasvim drugačijim temeljima, pozivajući se na drugačiji kriterijum naučne objektivnosti. Njihova argumentacija, ukratko, ima sledeći tok: pošto introspekcija daje podatke o nečemu što se zbiva u svesti jednog čoveka, što je, dakle, nepristupačno posmatranju i proveru od strane drugih, ona je principijelno u neskladu sa zahtevima naučne objektivnosti. Ovakav kriterijum brka, što je za bihevioriste tipično, metodološku i ontološku ravan diskusije o objektivnosti, odnosno objektivnost postupka i objektivnost fenomena. Introspekcija proučava svesne procese, koji su subjektivni i privatni fenomeni, ali to može činiti, kao što su se introspekcionisti dobrim delom i potrudili, objektivnim naučnim postupkom. Biheviorista proučava fenomene koji su javni i istovremeno dostupni posmatranju većeg broja ljudi (draži i reakcije), ali to još uvek ne garantuje po sebi objektivnost postupka. Ona tek treba da bude postignuta adekvatnom metodologijom. Relativna epistemička objektivnost u smislu objektivnosti posmatranja odnosno spoznaje, tj. njene nezavisnosti od ličnih osobina i naklonosti posmatrača, postiže se, dakle, primenom odgovarajućeg metodološkog arsenala nauke,

bez obzira da li se radi o introspektivnom ili ekstrospektivnom posmatranju. Razlika je u tome što je u slučaju introspektivnog posmatranja nešto teže postići zadovoljavajuće metodološke kriterijume, a za njega nije bilo ni gotovih modela u već postojećim prirodnim naukama. Važan kriterijum objektivnosti svakog posmatranja je postojanje intersubjektivne saglasnosti i ponovljivosti.

Nepostojanje saglasnosti u introspektivnim nalazima različitih laboratorija nije moralo biti iskorišćeno kao principijelni argument protiv introspekcije, već kao povod za istraživanje veoma zanimljivog pitanja – kako različiti načini samoposmatranja, različita očekivanja, razlike u vrsti introspektivnog treninga i u instrukciji dovode do različitih nalaza. Nešto slično se dešava i sa objektivnim ekstrospektivnim metodama u svim naučnim disciplinama – varijacije u eksperimentalnom dizajnu dovode do promena u nalazima. I sam biheviorizam je obilovao takvim primerima. Male izmene eksperimentalne procedure vodile su do toga da ponašanje pacova u lavirintu pokaže gotovo nedvojbene znake kognicije, tamo gde je izgledalo da se sastoji od sekvence senzomotornih asocijacija, ili da se princip dodira pokaže kao pravi mehanizam uspostavljanja asocijativnih veza tamo gde je izgledalo sasvim očigledno da objašnjenje treba tražiti u principu potkrepljenja (vidi diskusiju o biheviorističkim teorijama učenja u Radonjić, S., 1994). Introspektivne ili ekstrospektivne činjenice ili metode nisu usled nesaglasnosti ove vrste same po sebi diskreditovane, već je pokazano da je za njihovu teorijsku interpretaciju potrebna nova perspektiva. Jedina razlika je u tome da li je lokus ove promene perspektive u eksperimentalnom subjektu koji posmatra sopstveno iskustvo ili u eksperimentatoru koji posmatra ponašanje drugog čoveka ili životinje. Umesto finog raspetljavanja čvorova vezanih za probleme posmatranja svesti i svesnih procesa i traganja za pouzdanijim i objektivnijim introspektivnim procedurama, što, uzgred rečeno, ni sami introspekcionisti nisu preduzeli, psihologija je zadugo u potpunosti pobegla od bavljenja ovakvom problematikom.

Umesto toga, bihevioristička psihologija sledi logiku „od jednostavnog ka složenom“, u nadi da će, studijom najjednostavnijih oblika ponašanja i učenja kod jednostavnih organizama (najčešće pacova) i pod strogo kontrolisanim uslovima, uspeti jednog dana da objasni složene oblike ponašanja kod ljudi. Njihov pristup se većinom može opisati kao redukcionistički, elementaristički, asocijacionistički i mehanicistički.

Interesantno je da se na drugom kontinentu, nešto ranije i uglavnom sasvim nezavisno od biheviorizma, razvija sličan naučni projekt, koji je harmonično koincidirao sa američkim biheviorizmom. Reč je o Pavlovljevoj fiziološkoj školi u Rusiji (kasnije Sovjetskom Savezu). Otkrivši uslovni refleks salivacije na zvuk zvona kod eksperimentalnih pasa, i sam Pavlov je u početku govorio o „psihičkoj sekreciji“, za razliku od „refleksne sekrecije“ pljuvačke. Ubrzo, međutim, ulazi u sukob sa takozvanim „dušistima“ u svojoj laboratoriji, kroz koji formuliše stavove koji su veoma bliski Votsonovim. Votson je u Pavlovljevom radu, inače, našao veliku inspiraciju, a uslovni refleks je smatrao osnovnom jedinicom ponašanja. Pavlov odbacuje svako subjektivno tumačenje formiranja uslovnog refleksa (u ovom slučaju zasnovano na antropomorfizmu), i kao objektivni posmatrač uzima u obzir samo spoljašnje pojave i njihove odnose. Ključna razlika između njega i američkih biheviorista je u tome što Pavlova interesuju u prvom redu fiziološki procesi, a bihevioriste ponašanje psa.

Metodološki biheviorizam se lako i gotovo neprimetno prelivao u ontološki biheviorizam: tvrdnja da je svest fenomen kome je teško ili nemoguće pristupiti naučnom metodologijom prerastala je u tvrdnju da je takav pojam nepotreban balast u nauci, ili čak korak dalje, da nešto poput svesti zapravo i ne postoji. Čak i ako u pogledu poslednjeg, drugi bihevioristi nisu davali neoprezne izjave poput Votsona, uklanjanje svesti i mentalističkih pojmova iz psihološkog rečnika, iz domena fenomena čije postojanje verbalno artikulišemo i afirmišemo, implicitno negira njihovo postojanje. Ono što nema ime biva, u najboljem slučaju, marginlizovano.

Kako su pomami ranog biheviorizma da eliminiše sve mentalističke termine iz nauke u dobroj meri nedostajali rafinman i refleksivnost, njegovi glasnogovornici ostaju uglavnom slepi za činjenicu da svaka nauka polazi od svesnog iskustva, da su naučne metode, teorije i platforme (pa i sama bihevioristička) rezultat promišljanja svesnog subjekta. Negiranje činjenice neposrednog svesnog iskustva je paradoks, jer negira istovremeno, u ime naučnosti, mogućnost same nauke. Taj paradoks se manifestovao kod biheviorista u jednoj nedoslednosti, koja je od početka prisutna i kod samog osnivača biheviorizma. Tek što je odbacio mentalističke pojmove, Votson ih uvodi ponovo u novu nauku, samo prerusene u biheviorističko ruho. Mišljenje tako postaje implicitno pokretanje govornih organa, emocije su reakcije visceralnog i glandularnog sistema, predstave su kinestezijski impulsi iz očnih mišića. Ovde se ne radi o prevođenju, kako bi Votson hteo, već o reinterpretaciji mentalističkih pojmova uz

pomoć jedne ad hoc formulisane motorne teorije viših mentalnih procesa. Za ovakvu teoriju nije postojala nikakva empirijska evidencija, već je služila isključivo bihejviorističkim doktrinarnim razlozima – pošto se u novoj nauci sme proučavati samo ono što je definisano čisto objektivnim terminima (draži i reakcije), sve mora biti svedeno na neku vrstu potencijalno merljivog motornog mehanizma. Druga Votsonova nedoslednost sastoji se u tretmanu introspektivnog izveštaja kao verbalnog odgovora ili verbalnog izveštaja. To je bila formula, koja je omogućavala da se činjenice do kojih se došlo introspekcijom integrišu, po potrebi, u bihejviorističku psihologiju. Rezultat je razvoj jednog neprirodnog i rogobatnog jezika koji ničim ne uvećava naučnu preciznost ili proverljivost tvrdnji. Šta smo dobili, a šta izgubili, ako kažemo umesto: „subjekat vidi određenu boju“, „subjekat verbalno reaguje kao da je dražen svetlom određene talasne dužine“? Bihejvioristi dalje izraze „verbalni odgovor“ i „verbalni izveštaj“ koriste kao da su sinonimi, dok ovi to zapravo nisu. Verbalni odgovor (na neki stimulus) može se principijelno tretirati kao reakcija u bihejviorističkom smislu, dok izveštaj ukazuje na nešto o čemu se izveštava, a to je u ovom slučaju ništa drugo nego neko subjektivno svesno stanje. Samo stanje nije identično sa verbalnim izveštajem o tom stanju.

Kasniji bihejvioristi (poznati kao neobihejvioristi, poput Hala, Maurera, Gatrija, Tolmana, Ozguda) uvode eksplicitno S-O-R namesto S-R formule ponašanja, što znači, da ponašanje (R) nije određeno samo spoljašnjim dražima (S), već i unutrašnjim stanjima organizma (O od organske varijable). Uticaj logičkog pozitivizma i operacionalizma iz filozofije u ovom periodu (tridesetih godina dvadesetog veka) dao je pritom neobihejviorizmu novi impuls kao i logičko-metodološki rafinman.

Votsonove „implicitne reakcije“ bile su zapravo neka vrsta O-varijabli. Ove O-varijable su kod bihejviorista uvek definisane preko objektivno vidljivih i merljivih S i R varijabli. Neobihejviorističke teorije su pre svega teorije o O-varijablama, pri čemu one nisu više uvek periferni senzomotorni mehanizmi, već mogu biti i centralne i kognitivne prirode. Bihejviorista Tolman razvija, na primer, kognitivnu teoriju učenja, u kojoj, kao O-varijable figuriraju kognitivistički pojmovi, poput očekivanja i kognitivne mape. Njegovi pojmovi su uvek objektivno definisani da bi se izbegla svaka mentistička konotacija. Tolman tako uspeva da govori o kogniciji i svrhovitosti ponašanja organizama filogenetskog nivoa pacova, a da ne pominje nigde njihove hipotetičke predstave i misli.

Ne samo da je vremenom došlo do razvodnjavanja izvorno bihejviorističkog shvatanja ponašanja (R-varijable), već i njihovog shvatanja draži (S-varijable). Navedimo kao ilustraciju definiciju draži koju daje Gatri, jedan od najznačajnijih neobihejviorista: „Otkrivamo da konfiguracije fizičkih promena koje izazivaju neki odgovor nužno opisujemo perceptivnim terminima. Nije dovoljno da one postoje u fizičkoj sredini, niti da pažljivi organizam orijentiše ka njima čulne organe; potrebno je još i to da one imaju neko značenje za organizam koji reaguje“ (Guthrie, E., 1959, prevela sa engleskog IH). Ovde se, drugim rečima, priznaje da je draž nemoguće opisati čisto objektivnim terminima, bez prelamanja kroz neki nivo subjektivnog značenja, koliko god elementarno ono moralo biti kod Gatrijevih omiljenih eksperimentalnih „subjekata“, belih pacova. Gatrijeva definicija se više ne razlikuje bitno od ranijeg shvatanja geštalt psihologa da ponašanje ne određuje spoljašnja sredina, već način opažanja sredine. Po našem mišljenju, formulacije poput Gatrijeve sasvim izlaze iz okvira bihejviorizma i ukazuju na izvesnu apsurdnost i neplodnost čitave paradigme.

Treba reći da je u krilu bihejviorizma ipak postojao jedan čisti i radikalni bihejviorista, koji je istovremeno bio i veoma eksponiran i uticajan u javnosti – Fred Skinner. Skinner je na dosledniji i sofisticiraniji način od Votsona zastupao čisto bihejviorističku platformu i praktikovao više decenija, sa svojom grupom na Harvardu, konsekventno bihejviorističku nauku. Time je demonstrirao principijelnu mogućnost jedne takve nauke, ali i njena ograničenja. Skinner se nije dao zavesti na teoretisanje o O-varijablama i hipotetičkim mehanizmima (bilo senzomotornim, kognitivnim ili fiziološkim) koji leže u osnovi ponašanja, već je ostao dosledan izvornoj bihejviorističkoj S-R formuli, proučavanju funkcionalne zavisnosti između S i R varijabli, odnosno njihove korelacije. Proučavanje zakonitosti ponašanja, što omogućava njegovo predviđanje i kontrolu, moguće je bez pozivanja na unutrašnja stanja i procese. To znači da su svi njegovi pojmovi u potpunosti operacionalno definisani, tj. imaju status intervenišuće varijable, bez ikakvog hipotetičkog „viška“ značenja. Skinnerov pristup pokazuje šta bi principijelni bihejviorizam morao biti jedna antiteorijska, čisto deskriptivna i induktivna nauka, koja se bavi relativno uskim opsegom problema i ne interesuje se ni malo za povezivanje sa drugima disciplinama (na primer sa neurofiziologijom).

Skinner u kontekstu svog radikalnog bihejviorizma kritikuje pojam svesti i „mentalističko“ pozivanje na svesna stanja u objašnjenju ponašanja. To što introspektivno posmatramo samo su izvesni kolateralni produkti naše genetske i

sredinske (*environmental*) istorije, a ne stvarni uzroci ponašanja. U knjizi *S one strane slobode i dostojanstva* kritikuje na sličan način pojmove slobode i dostojanstva, ne samo kao nekorisne, već i potencijalno opasne liberalističke fikcije.

Jedan broj časopisa za studije svesti („Journal of Consciousness Studies, No.10“) iz 2003. godine posvećen je Skinnerovom shvatanju svesti, s obzirom na to da je ono oko pedesetak godina bilo izuzetno uticajno u psihologiji. Broj nosi naslov „Dvostruki život B. F. Skinera“, a kao ciljni članak figurira tekst Bernarda Barsa, savremenog kognitivnog psihologa, koji se bavi svešću kao centralnom temom. Bars nam otkriva unutrašnji konflikt mladog Skinera, koji je svoju vokaciju video u pisanju romana toka svesti u tradiciji Prusta i Džojisa (kasnije je Skinner iz hobija pisao popularne misteriozne romane) i nešto starijeg Skinera, oduševljenog pobornika tabuizacije svesti u nauci (Baars, B., 2003). Dok je Skinner izgleda našao udoban način da živi svoj unutrašnji rascjep između javne i privatne ličnosti (naučnika bihejvioriste i ljubitelja literature koga tema svesti i dalje fascinira), disocijacija kao mehanizam može imati i štetne i neurotizujuće efekte. Bihejviorističko prevođenje svakog ljudskog iskustva u S–R termine, Bars vidi kao tehniku disocijacije, koja vodi distanciranju od sopstvenog iskustva i samootuđenju. Bihejviorizam je, međutim, bio, verujemo, samo trijumf opštijeg intelektualnog trenda tabuizacije svesti i subjektivnosti, koji nužno vodi disocijaciji nauke i drugih domena znanja i iskustva.

Istoričar psihologije Edvin Boring smatra da je svest uvek bila prisustna kod bihejviorista kao skrivena varijabla i da bihejviorizam duguje svoj -izam svesti. Bez svesti u pozadini, on, naime, ne bi bio psihologija nego fiziologija (Boring, E, 1963, str. 275).

Prelaz od neobihejviorizma ka kognitivnoj psihologiji bio je postepen i prirodan. Neki istoričari psihologije (Sigmund Koh na primer) govore o neo-neobihejviorizmu, od pedesetih godina, u kome je bihejvioristička platforma sasvim razvodnjena, a mentalistički pomovi se koriste sasvim slobodno (iako ukotvljeni između objektivno merljivih S i R varijabli, i bez ikakvog pozivanja na introspekciju). Odatle je svega par koraka do metodološke platforme kognitivne psihologije. Jednu od prekretnica na ovom putu predstavljala je kritika Skinnerove knjige *Verbalno ponašanje* od strane lingviste Noama Čomskog.

Promovišući u svojoj knjizi *Kognitivna psihologija* iz 1967. (Neiser, U., 1967, str. 5) novu disciplinu i njeno ime, Ulrich Najzer piše: „Osnovni razlog za studiranje kognitivnih procesa postao je jasan, kao i razlog za studiranje bilo čega drugog, to što oni naprosto postoje.“

Šezdesetih godina dvadesetog veka nova paradigma rađala se u psihologiji i učinila dobar deo problema kojima su se bavili bezbrojni bihejvioristički eksperimenti irelevantnim. Kao što je pedesetak godina ranije bihejvioristička revolucija zbrisala sa američkih (a delom i evropskih) univerziteta prvu nauku o svesti, a bezbrojne introspektivne protokole učinila beznačajnim listovima papira koji skupljaju prašinu po arhivama, tako je sada bihejviorističke studije belih pacova koji trče kroz lavirint počeo da prekriva veo zaborava.

2.5. Svest u novoj paradigmi – kognitivna psihologija

Kognitivna psihologija eksplicitno prihvata mentalna stanja i mentalne operacije kao svoj osnovni predmet i vraća čoveka kao najvažnijeg eksperimentalnog subjekta u psihološke laboratorije. Ona se bavi prevashodno kognitivnim procesima – opažanjem, memorijom, mišljenjem, jezikom, rešavanjem problema, koje shvata kao procese prijema senzornog inputa, njegove obrade, elaboracije, pohranjivanja u memoriju, izvlačenja iz memorije i korišćenja. Ovako shvaćena, kognicija je uključena u sve što čovek čini, a kognitivni procesi su prisutni i u odsustvu svake spoljašnje stimulacije, kao na primer u snovima, unutrašnjim predstavama ili halucinacijama. Kognitivna psihologija uvodi sasvim novi model mišljenja i novi rečnik u psihologiju. Računarski model duha definiše mentalne operacije u računarskim terminima, kao procese prijema i prerade informacija, a kogniciju vidi kao vrstu softvera koji operiše u mozgu kao kompjuteru. Čitava disciplina se od početka razvija paralelno i u sprezi sa gotovo istovremeno nastalom disciplinom, veštačkom inteligencijom.

Kognitivna psihologija predstavlja jedinstven i novi projekat u proučavanju ljudskog duha, upravo stoga što je pronašla način da ovom predmetu pride potpuno izvana, objektivnim metodama. Iako nastala kroz suprotstavljanje bihejviorizmu, kognitivna psihologija je u potpunosti zadržala bihejviorističku objektivističku metodologiju. Ona

je, metodološki gledano, zapravo, samo do kraja liberalizovala upotrebu mentalističkih termina, fokusirala se isključivo na unutrašnje O-varijable, ostavljajući ponašanje po strani i uvela, za svoje vreme, aktuelne računarske modele i njihovu terminologiju. Što se introspekcije tiče, ona je ostala i dalje, kao i u bihejviorizmu, sasvim na margini. Izgradnja teorije polazi isključivo od objektivnih podataka, a nikada od introspektivnih činjenica i izveštaja. Introspekcija se u najboljem slučaju, koristi kao implicitna pomoć, neka vrsta heurističkog oruđa prilikom formulisanja hipoteza, koje se onda proveravaju u eksperimentima, koji počivaju na potpuno objektivnoj metodologiji. Ponekad se eventualno citiraju izveštaji ljudi o tome kako su sami iskusili obavljanje zadatka u eksperimentu, ali se ovi izveštaji ne tretiraju kao činjenice iz prve ruke, već samo kao uzgredni dodatak. Postupajući tako, kognitivni psiholozi se zapravo malo razlikuju od bihejviorista. Tolman je, na primer, takođe konsultovao sopstveno iskustvo prilikom dizajniranja eksperimenata i priznavao da njegovi pojmovi, ideje i hipoteze o učenju i rešavanju problema kod pacova imaju izvore u introspekciji ljudske svesti. Potom su, međutim, svi pojmovi morali da prođu kroz proces objektivizacije, odnosno operacionalizacije, tj. da budu definisani preko spoljašnjih S i R varijabli, koje se daju ekstrospektivno posmatrati i meriti. Često je pri tome Tolman izmišljao kovanice (kao na primer znak-označeno-očekivanje, znak-geštalt-gotovost, manipulanda, diskriminanda) da bi naglasio da njegovi pojmovi imaju strogo objektivno značenje i izbegao sve mentalističke asocijacije. Sličan trend je moguće pratiti danas u okviru kognitivne psihologije, koja o mentalnim procesima govori uglavnom kompjuterskom terminologijom, a normalni iskustveni diskurs tretira kao deplasiran. Tolman sa pacovima nije mogao da razgovara o njihovom iskustvu tokom rešavanja problema, no kognitivni psiholozi danas ne postupaju bitno različito sa svojim ljudskim subjektima, iako ovi imaju dar govora. Implicitna pretpostavka u osnovi ovakvog stava je da ovi nemaju ili ne mogu da kažu bilo šta smislaono i korisno o svom iskustvu.

Kognitivna psihologija teži da izgradi opštu teoriju ljudske kognicije i to prevashodno racionalne komponente psihičkog funkcionisanja, koja se najlakše može opisati formalno, u računarskim terminima, kao niz ili lanac operacija. Njena dalja pretpostavka je da će nam, jednom kad razumemo ovaj racionalni nivo funkcionisanja, to pomoći da shvatimo intencionalnost, emocije, motivaciju, ponašanje, dakle konativni i afektivni domen, a možda i druge aspekte kognicije, koji se, kako izgleda u ovom trenutku, opiru formalizaciji. Kognitivna psihologija pretenduje, dakle, kao i druge

paradigme u psihologiji, da postane obuhvatna psihološka teorija. Ona je već izvršila veliki uticaj na razne oblasti psihologije – socijalnu, razvojnu, psihologiju ličnosti, psihoterapiju.

Veliki uspeh nove paradigme bio je što je pokazala da je veliki deo onoga što je Dekart nazvao *res cogitans* i video kao predmet teologije i kao nepodložno mehaničkim zakonima, zapravo moguće algoritmizovati, tj. prevesti u precizan računarski program i time simulirati na kompjuteru. Pitanje ostaje, naravno, da li ljudska kognicija zaista tako funkcioniše i u kakvom su odnosu model i modelirano.

Fenomen svesti je, međutim, ostao ne samo neobjašnjen, već i gotovo netaknut u okviru ove, inače veoma uspešne istraživačke paradigme.¹² Šalis smatra da problem svesti zauzima u okviru problematike kognitivne psihologije analognu poziciju koju je problem jezičkog ponašanja zauzima u okviru bihejviorizma – poziciju anomalije u okviru inače koherentnog pristupa (Shallice, T., 1972, str. 383). Ako je Šalisova procena tačna, a poslednjih decenija izgleda kao da je samo dobila na aktuelnosti, ona implicira i mogući pravac promene paradigme. Tomas Kun je smatrao da upravo akumulacija signifikantnih anomalija u okviru postojeće paradigme dovodi do preokreta u nauci. Treba se setiti da je upravo kritika bihejviorističkog objašnjenja jezičkog ponašanja pokazala neuspeh bihejviorizma da se uhvati ukoštac sa ovim problemom, što se pokazalo kao jedan od ključnih momenata u napuštanju ove paradigme i usponu kognitivizma.

Kognitivna psihologija, doduše, više ne tabuizira govor o svesti, ali taj govor sada ne polazi od perspektive prvog lica, koju kompjuterski modeli i ne poznaju. To radikalno menja značenje pojma svesti u odnosu na tradicionalno. Pojam svesti biva razvezan od svog unutrašnjeg, iskustvenog, pojavnog aspekta i postaje komponenta u funkcionalnim dijagramima (*flowcharts*), u kojima se pomoću crnih kutija (modula) i strelica modeliraju faze procesiranja informacija. Ta promena značenja pojma, stvorila je verovatno potrebu u filozofiji duha za uvođenjem novih termina, poput *qualia* ili fenomenalna svest, koji izoštravaju upravo taj preostali, subjektivni aspekt svesti. Stiče se takođe utisak da se mesto i uloga svesti u kognitivnoj ekonomiji traže donekle *post*

¹² Sličan slučaj imamo, videćemo nešto kasnije, i u okviru funkcionalizma kao pravca u filozofiji duha, koji je blisko povezan sa kognitivnom psihologijom i veštačkom inteligencijom. Funkcionalne analize, koliko god uspešne bile, ne mogu da uhvate fenomenalne odlike iskustva, dakle, logički su kompatibilne i sa njihovim odsustvom.

hoc, u okviru već postojećih modela procesiranja informacija. Uskoro ćemo na nekoliko primera videti tu tranziciju svesti od fenomenološkog ka računarskom konceptu. Nesumnjivo je njihovim autorima na trenutak moglo izgledati kako je jedan od najeluzivnijih psiholoških pojmova konačno uhvaćen u jednu od kutija *flowcharta*, no, kako ćemo videti, takav optimizam je bio preuranjen.

2.6. Pojam svesti u savremenoj psihologiji

Pošto je sa pojma svesti skinuta bihejvioristička prohibicija, svest više nije sasvim neprisutna tema u psihologiji. Postoje čak sporadično i kursevi, kao i knjige udžbeničkog tipa koje su eksplicitno naslovljeni kao „psihologija svesti“.¹³ One obično obuhvataju šareni skup istraživačkih problema i tema, koji zajedno daju konsenzualne obrise ovom domenu, kao i pokušaje, većinom ne sasvim sistematskog, teoretisanja o svesti. Činjenica svesnosti u smislu subjektivnog iskustva, koliko god potpuno nedostupna objektivnim metodama, možda se i može ignorisati u formalnim teorijama kognicije, ali je većini psihologa intuitivno jasno da bez nje našoj slici o čoveku nešto ključno nedostaje, te da je predmet psihologije, bar u jednom svom aspektu, jedinstven u odnosu na druge nauke. Psihologija nije izrodila iz sebe neki novi istraživački program svesti, već je više reagovala na inspiracije koje dolaze iz obnovljenog interesovanja za svest u neuronauci i filozofiji, a onda i drugim disciplinama koje su uključene u projekat „studija svesti“ (*consciousness studies*). Koliko god to bilo paradoksalno, ponekad izgleda da o svesti više spekulišu kvantni fizičari nego psiholozi. Pa ipak, uprkos tome što je svest više implicitno nego eksplicitno prisutna u psihologiji, uprkos nerešenim konceptualnim i metodološkim problemima (sa „teškim“ pitanjem ontološkog statusa svesti u pozadini!), Saterlendova konstatacija da ništa vredno pomena nije napisano o svesti u psihologiji, izgleda više nego preterana. U sledećem odeljku ćemo prikazati spektar aktuelnih psiholoških problema svesti i pomenuti par interesantnih grupa istraživanja raznih aspekata i manifestacija svesti. Na ovom mestu ćemo pokušati, bez očekivanja da pronađemo savršene definicije, da rezimiramo šta sve pojam svesti može da znači u savremenoj psihologiji.

¹³ Vidi napr. Farthing, G.W. *The Psychology of Consciousness*, 1991.

O svesti se u psihologiji, najpre, govori kao o subjektivnom stanju u kome smo svesni nečega, bilo da je reč o fizičkim ili mentalnim predmetima. Uobičajeno se polazi od toga da je svest uvek svest o nečemu. Biti svestan ili imati svest o nečemu ima, dakle, uvek spoznajnu dimenziju. Svest u smislu sadržaja svesti dovodi u centar interesovanja problem reprezentacije znanja tj. njegovog kodiranja u memoriji, što je polazište i još uvek glavni fokus kognitivne psihologije.¹⁴ Za tu usmerenost svesti, to „biti o“, „odnositi se na“ koristi se u filozofiji *terminus technicus* intencionalnost, koji je Franc Brentano krajem devetnaestog veka u svojoj knjizi *Psihologija sa empirijskog stanovišta* ponovo uveo u široku upotrebu, preuzimajući ga iz sholastičkih izvora. Pojam intencionalnosti nalazi se i u centru Huserlove fenomenologije, a danas problem intencionalnosti i njegove konsekvence za materijalističke teorije duha, predstavlja jednu od ključnih tema filozofije duha. Počev od Brentana, u intencionalnosti se često vidi *differentia specifica* svega mentalnog. Po Brentanu je svako mentalno stanje intencionalno, dok nijedno fizičko stanje ne može biti intencionalno.

Koliko god sadržaji svesti mogu biti raznovrsni, broj sadržaja svesti je u svakom trenutku ograničen, svest je selektivna. Vilijem Džejms ukazuje na selektivnost kao na četvrtu univerzalnu odliku svesti u svom čuvenom opisu toka svesti. Na selektivnost svesti i ograničen kapacitet pažnje ukazuje kasnije iz drugog ugla i kognitivna psihologija.¹⁵ Ona takođe smatra da svesno iskustvo nikada nije pasivni odgovor na stimulse ili pasivna slika spoljašnje ili unutrašnje stvarnosti, već da je uvek rezultat aktivnog procesa izbora, interpretacije i konstrukcije, koji nastoji da iz dostupnih podataka, bilo čulnih ili onih pohranjenih u memoriji, oformi smislaoni model stvarnosti, odnosno nekog njenog aspekta.

Svest u ovom smislu, dalje, uvek podrazumeva subjektivno iskustvo svesnosti, koje je direktno dostupno samo osobi koja ga ima, što, opet, podrazumeva postojanje nekog odnosa prema sebi samom (*self-reference*). Normalni odrasli ljudi su obično u stanju da

¹⁴ Varela, Tomson i Roš opisuju tri pravca ili faze u razvoju kognitivne nauke, o čemu će kasnije biti više reči. Prvi – kognitivizam počiva na pojmu reprezentacije, dok se druga dva, konekcionizam i naročito treći, za koji se zalažu autori (*en-action* kao otelovljena kognicija) sasvim udaljavaju od ideje kognicije kao reprezentacije odlika sveta koji je dat van i nezavisno od spoznajnog subjekta. Autori vide kogniciju pre kao inscenaciju kroz koju se uspostavljaju duh i svet, na osnovu istorije otelovljenog delovanja živog bića u svetu. (Varela, F., Thompson, E. & Rosch, E., 1999)

¹⁵ Našu uobičajenu sliku o selektivnosti svesti mogu da promene ili dopune rezultati studija primene tehnika neselektivne pažnje (*mindfulness-awareness* meditacija napr.), o čemu će biti reči kasnije.

daju introspektivni verbalni izveštaj o sadržajima svoje svesti i to je primarni kriterijum za utvrđivanje postojanja svesti u ovom smislu i najdirektniji način da saznamo o njenim sadržajima. Sadržaji svesti mogu biti oseti, opažaji, emocije, misli, voljne radnje, sećanja, snovi, unutrašnji govor. O nekim osetima, opažajima ili predstavama je relativno jednostavno izveštavati, dok je o drugim, složenijim sadržajima svesti moguće govoriti samo metaforički. I svest *per se* opisujemo prevashodno preko vizuelno-spacijalnih metafora. Tako se o svesti govori kao o posudi ili kontejneru u kome se nalaze sadržaji (mogli bi reći na engleskom: „container contains contents“) ili kao o prostoru, ogledalu ili pozornici. Svakodnevni govor otkriva da za opis sadržaja svesti koristimo najviše vizuelno-spacijalne metafore, a ređe auditivne, proprioceptivne, kinestezijske, taktilne i druge, dok mentalne radnje opisujemo po analogiji sa spoljašnjim radnjama u spoljašnjem svetu. Pa ipak, samo iskustvo svesnosti nije nalik ni na šta drugo iz spoljašnjeg sveta. Da bi razumeli o čemu je tu reč, moramo imati iskustvo svesnosti. Slično je i sa izvesnim izmenjenim stanjima svesti, koja teško možemo da razumemo u potpunosti, ako ih nikada nismo doživeli.

Ovo značenje pojma svesti je blisko onome koje imamo u vidu u svakodnevnom govoru kao i u tradicionalnoj psihologiji. Svest u ovom značenju se danas često označava kao fenomenalna ili P-svest (p od *phenomenal*, Blokov izraz) i bliska je pojmu iskustvo (eng. *experience*, nem. *Erfahrung i Erlebnis*).¹⁶ Vilijem Džejms je, na primer, dao najpoznatije opise svesti i toka svesti u ovom smislu.

Drugo moguće značenje pojma svesti u psihologiji je budnost. Budnost je svesno stanje, nasuprot, na primer, spavanju, komi, anesteziji ili nekom drugom vidu nesvesnosti. Budnost je deo kontinuuma pobuđenosti (arousal), koji ide od hiperpobuđenih preko normalnih i hipnagogih stanja, do onih koja se obično označavaju kao stanja bez svesti. Budno stanje se od stanja spavanja razlikuje po sklopu bihevioralnih i fizioloških kriterijuma, od kojih su najvažniji responsivnost za spoljašnje stimulse i moždani talasi. Svest ovako definisana razlikuje se od svesti u prvom smislu, iako se ova dva značenja u izvesnoj meri podudaraju. Subjektivnu svest o nečemu, u prvom značenju

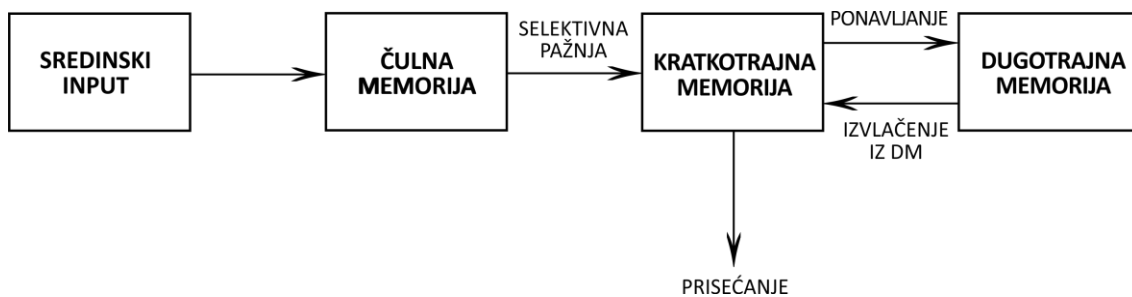
¹⁶ Engleski i srpski jezik poznaju jednu reč – *experience* tj. iskustvo, koja može imati dva prilično različita značenja, dok su u nemačkom jeziku ova dva značenja donekle izdiferencirana dvema rečima – *Erfahrung* i *Erlebnis*. *Erlebnis* se odnosi na neposredni svesni doživljaj, dok *Erfahrung*, pored toga, znači i akumulaciju doživljaja i ranije stečenih znanja, referira, dakle, na određenu istoriju učenja, kao i na značenje koje ima empirija u okviru empirističke filozofije i psihologije.

pojma svest, imamo, međutim i kada nismo budni, u svakom slučaju tokom REM faza spavanja, za koje je vezano sanjanje, a moguće u nekom rudimentarnom vidu i van njih. Takođe se možemo pitati da li je moguće biti budan, a nemati svest o nečemu u prvom smislu reči. Ovo pitanje otvara mogućnost postojanja neintencionalnih stanja svesti, kakva se opisuju u nekim kontemplativnim praksama, o čemu će kasnije biti reči. Iako postoje fiziološko-bihevioralni parametri kojima možemo okvirno definisati stanje budnosti, njihova interpretacija počiva na njihovom koreliranju sa subjektivnim izveštajima o stanju budnosti odnosno svesnosti. Ovu činjenicu naročito izoštravaju granični slučajevi svesnosti, koji dovode u pitanje univerzalnost objektivnih kriterijuma.

Treće moguće shvatanje svesti u savremenoj psihologiji vezano je za kognitivnu psihologiju i njeno oslanjanje na kompjuterske i kibernetičke modele, koje smo već pomenuli. Neka od ovih novih shvatanja svesti nisu sasvim strana tradicionalnim ili shvatanjima folk psihologije. Ona u centar izvlače pretpostavku da svest ima određenu funkciju i da je upravo najbolje možemo definisati ulogom koju igra u kognitivnoj i psihičkoj ekonomiji. Tako se često najvažnija funkcija svesti vidi u donošenju odluka, biranju između različitih alternativa i iniciranju voljnih radnji. Polazeći takođe od primarno funkcionalističkog načina mišljenja, kognitivna psihologija svest definiše kao egzekutivni kontrolni sistem koji nadgleda i koordinira aktivnosti čitavog kognitivnog sistema. Po ovom shvatanju svest je aktivna instanca, a ne pasivni recipijent senzornog inputa odnosno sećanja ili njihov puki komentator. U ovom duhu su sva određenja svesti raznih kognitivnih psihologa koja ćemo navesti, koliko god se međusobno razlikovala u fokusu i finesama.

Za Šalisa (Shallice, T., 1972) svest je selektor dominantnog sistema akcije (*dominant action system*) od mnoštva relativno nezavisnih sistema koji se bore za prevlast. Hilgard (Hilgard, E., 1977) i Kilstrom (Kihlstrom, J., 1984), nezavisno jedan od drugoga, naglašavaju dve funkcije svesti – to su nadgledanje odnosno praćenje (*monitoring*) sebe i sredine i kontrola, koja se ostvaruje tako što smo u stanju da voljno otpočinjemo i prekidamo aktivnosti, bilo fizičke ili mentalne. Ove dve funkcije svesti obično su istovremeno prisutne, a stanje hipnoze Hilgard navodi kao primer njihove disocijacije. Džonson-Lejrd (Johnson-Laird, P., 1988) smatra da je svest najviši operativni nivo našeg kognitivnog sistema, koji, operiše kao hijerarhijski organizovan sistem paralelnog procesiranja. Taj svesni operativni sistem kontroliše ponašanje kroz interakciju sa različitim subsistemima – modulima nižeg nivoa od kojih dobija input, a zatim vrši

selekciju i koordinaciju akcija koje treba da izvrše subsistemi. Subjektivni doživljaj svesnosti on identifikuje sa trenutnim sadržajima ovog operativnog sistema, a samosvest sa znanjem sistema o sopstvenoj trenutnoj situaciji, operativnom statusu, sposobnostima, naklonostima i preferencijama. Ovaj operativni sistem o kome govori Džonson-Lejrd odgovara pojmu kratkotrajne, operativne ili radne (*working*) memorije, koji figurira kao jedan od centralnih pojmova u novijim teorijama memorije i koji različiti autori dovode u vezu sa pojmom svesti. Kratkotrajna (*short-term*) memorija se razlikuje funkcionalno i anatomski od dugotrajne (*long-term*) memorije u kojoj su relativno trajno uskladištena veoma različita znanja, kao npr. ona o ličnim iskustvima, čije usvajanje je moguće locirati u prostoru i vremenu (epizodička memorija), te opšta znanja o značenju reči, o raznim činjenicama i procedurama (semantička memorija koja sadrži i deklarativno i proceduralno znanje).



(Po modelu obrade informacija Atkinsona i Šifrina)

U klasičnom modelu obrade informacija Atkinsona i Šifrina (Atkinson, R.C. & Shiffrin, R.M., 1968) informacija primljena iz čula biva kratkotrajno zadržana u površinskoj čulnoj memoriji u integralnom i neosmišljenom vidu, a zatim se prosleđuje nakratko u kratkotrajnu odnosno operativnu memoriju i odatle u dugotrajnu memoriju (ili direktno u dugotrajnu memoriju) gde biva osmišljena. Osmišljena informacija vraća se u kratkotrajnu memoriju, gde se privremeno skladišti i postaje time sadržaj koji je dostupan za trenutne operacije. U operativnoj tj. kratkotrajnoj memoriji privremeno pohranjeni skorašnji opažaji i iz dugotrajne memorije izvučena sećanja potrebni su za obavljanje niza kognitivnih procesa, kao što su rešavanje problema, donošenje odluka, iniciranje akcija, čiji je nosilac dakle operativna memorija. Kapacitet operativne

memorije je ograničen, kao i njeno trajanje – ukoliko prestanemo sa ponavljanjem njenih sadržaja (*rehearsal*) i razmišljanjem o njima u bilo kom smislu, oni se gube za najviše oko 18 sekundi.

Bedli (Baddeley, A., 1986) je u svojim radovima počev od sedamdesetih godina kratkotrajnu memoriju redefinisao, postulirajući jedan širi sistem obrade informacija čiji je ona deo, a koji je nazvao radna (*working*) memorija. Ovaj sistem poseduje nekoliko komponenti – vizuelno-spacijalnu matricu (*visuo-spatial sketchpad*) u kojoj se održava slikovni materijal, artikulacionu petlju (*articulatory loop*) zaduženu za verbalni materijal i centralnog izvršioca (*central executive*), komponentu čije su funkcije usmeravanje pažnje i distribucija mentalnih resursa, započinjanje obnavljanja zadržanog materijala i donošenje različitih vrsta odluka. Ova treća komponenta uključena je u obavljanje najkompleksnijih kognitivnih operacija i najmanje je istražena, odnosno ima u najvećoj meri hipotetički status. Upravo ova „crna kutija“ (*homunkulus*¹⁷) dovodi se u vezu sa tradicionalno shvaćenim pojmom svesti.

Svest se, dakle, na dva načina može povezati sa radnom memorijom. Prvo, može se reći da su tekući sadržaji subjektivne svesnosti ekvivalentni tekućim sadržajima radne memorije. Drugo, svest shvaćena kao egzekutivni kontrolni sistem je takođe ekvivalentna radnoj memoriji – jer radna memorija je sistem procesiranja informacija opšte namene, visokog nivoa ili finalne faze, koji donosi odluke i inicira akcije.

Neki smatraju da je ovakvo izjednačavanje svesti i radne memorije pogrešno. Mandler (Mandler, G., 1984), na primer, smatra da je svest pre specifičan modus procesiranja informacija nego određeno mesto u lancu procesiranja, kao što je radna memorija. Jedan sadržaj nije svestan samo zato što se nalazi na određenom mestu, već zato što je podvrgnut svesnom modusu obrade.

Postoje i modeli obrade informacija koji ne razlikuju kratkotrajnu i dugotrajnu memoriju, kao što je model nivoa procesiranja (*levels-of-processing*) Krejka i Lokarta (Craik, F. & Lockhart, R., 1972). On postulira postojanje jednog memorijskog sistema i svest se u okviru njega može identifikovati sa primarnom memorijom, koja predstavlja

¹⁷ *Homunkulus* (lat. čovečuljak) je metafora, često u kibernetičkim modelima, za instancu koja vrši neku mentalnu operaciju. Koristi se u slučajevima kada znamo da taj element sistema obavlja neku funkciju, ali ne i način na koji to čini. Terminom *homunkulus* obično se ukazuje na eksplanatorne slabosti modela, jer model homunkulusu pripisuje upravo one karakteristike koje želimo da objasnimo.

trenutno aktivirane sadržaje memorijskog skladišta. U sličnom smislu je još Vilijem Džejsms govorio o primarnoj memoriji, u kojoj se obavlja trenutna manipulacija podacima.

Još jedan pojam iz kognitivne psihologije sa kojim se povezuje svest, a koji se odnosi pre na modus nego na instancu je pojam kontrolisanog procesiranja. Šnajder i Šifrin (Schneider, W. & Shiffrin, R.M., 1977) razlikuju kontrolisano i automatsko procesiranje. Prvo je ograničenog kapaciteta, sporo i fleksibilno, drugo praktično neograničenog kapaciteta, relativno nefleksibilno i brzo. Prvi modus bi odgovarao svesnom funkcionisanju, drugi navikama i naučenim veštinama koje operišu van domena svesnosti.

Treći pojam sa kojim se povezuje svest u okviru kognitivne psihologije je pažnja. To čini već i svakodnevni govor – paziti na nešto znači gotovo isto što i biti svestan toga. U kognitivnoj psihologiji pojam pažnje može imati dva značenja. Prvo se odnosi na kapacitet pažnje koji je od presudnog značaja za vršenje mnogih kognitivnih zadataka, posebno onih koji zahtevaju fleksibilnost i reagovanje na novinu. Kapacitet pažnje je ograničen i ako pokušamo da radimo dve stvari koje zahtevaju pažnju istovremeno, one će interferirati jedna sa drugom, jer je raspoloživi kapacitet pažnje prekoračen. Kaneman (Kahneman, D., 1973) je shvatio ovaj ograničeni kapacitet pažnje kao mentalni napor i njegovo korišćenje u zadacima kao što je pažljivo čitanje, na primer, pretpostavlja svesnost o procesiranim informacijama, za razliku od drugih kognitivnih procesa, kao što su prepoznavanje složaja (*pattern recognition*) ili vađenje (*retrieval*) sadržaja iz dugotrajne memorije koji se odvijaju bez napora.

Drugo značenje pojma pažnja odnosi se na njenu selektivnost, koja određuje koji će od mnoštva stimulusa doći do svesti. Standardni primer selektivnosti pažnje predstavlja takozvani „cocktel party effect“ koji je Čeriju (Cherry, C., 1953) poslužio kao inspiracija za istraživanja pažnje tehnikom dihotičke prezentacije stimulusa.¹⁸ Da bismo na zabavi pratili jedan tok razgovora, usmeravamo pažnju na jedan glas u jednom trenutku, ignorišući sve ostale. Ukoliko se, međutim, nešto od kritičnog značaja za nas

¹⁸ U ovoj tehnici se ispitanicima istovremeno na jednom kanalu (slušalici) emituje jedan, a na drugom, drugi auditivni sadržaj. Zadatak ispitanika je da obrati pažnju samo na jedan od kanala i reprodukuje sadržaje (zadatak praćenja). Istovremeno se na blokiranom kanalu, koji se ne prati, menjaju sadržaji po različitim parametrima, te se postavlja pitanje da li je ispitanik bio svestan promene i koje vrste promena je mogao da registruje.

(poput našeg imena, na primer) pomene u nekom drugom razgovoru, na koji do tada nismo pazili, automatski se „priključujemo“ na dotada blokirani tok informacija. Smatra se da procesi pažnje selektuju inpute za radnu memoriju, po nekom sistemu prioriteta, pošto je kapacitet radne memorije ograničen.

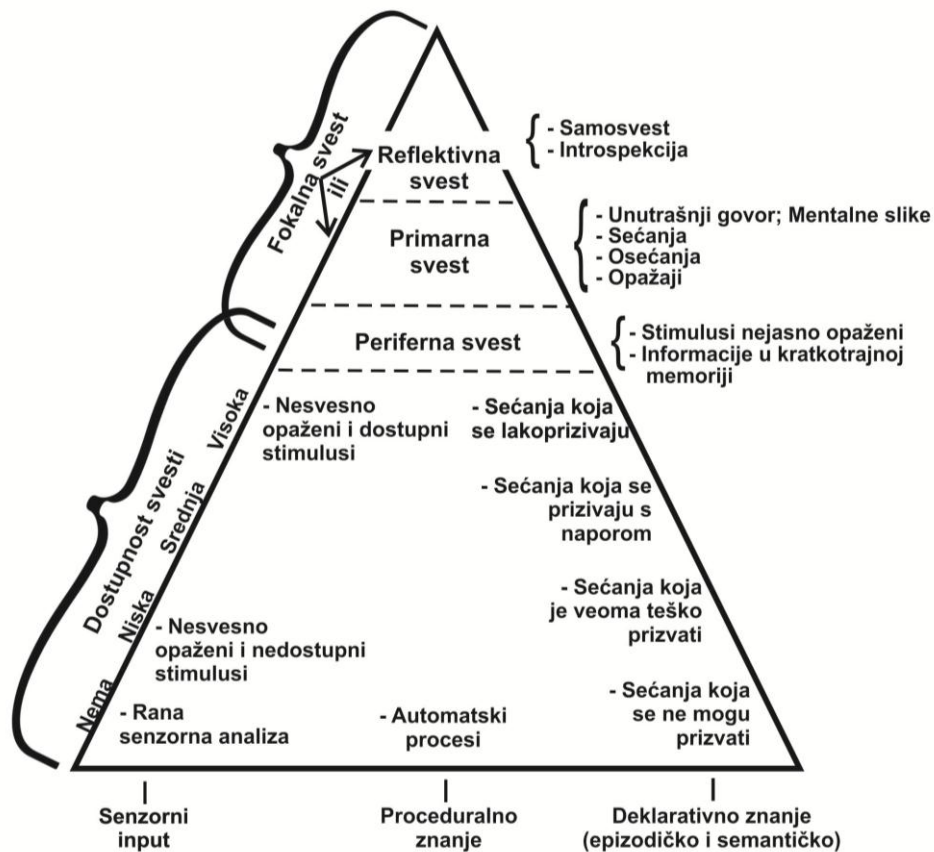
Sva tri pojma kognitivne psihologije koja se dovode u vezu sa svešću – kratkotrajna odnosno radna memorija, kontrolisani procesi (sa ulaganjem napora) i pažnja (u smislu kapaciteta i selektivnosti), povezana su sa fleksibilnim procesiranjem informacija višeg reda (kao na primer u procesima mišljenja), ograničenog kapaciteta i opšte namene. Iako su ovi pojmovi razvijeni u kontekstu različitih istraživačkih problema kognitivne psihologije, oni ukazuju na slične funkcionalne odlike, koje se povezuju sa svešću.

U svim prethodnim slučajevima svest je funkcionalno definisana, preko onoga što radi unutar sistema. Mogli bismo principijelno da zamislimo i mašinu koja poseduje jednu takvu kontrolno-egzekutivnu instancu, a da pri tome nema nikakvo unutrašnje iskustvo svesnosti. Kakav je odnos subjektivne svesnosti (prvo i drugo pomenuto značenje svesti u psihologiji) i operacija egzekutivnog sistema u okviru ovakve funkcionalne karakterizacije svesti (treće značenje) nije *a priori* jasno. Ponekad psiholozi osciliraju u govoru o svesti između ovih različitih značenja pojma, kao da su ona ekvivalentna, dok je zapravo odnos između doživljajne (kako se svest pojavljuje svesnom subjektu) i funkcionalne (šta svest kao instanca ili „crna kutija“ radi u sistemu) ravni za sada potpuno neistražena *terra incognita*, za pristup kojoj čak ni principijelno nije razvijena metodologija. Ovo pitanje će biti izoštreno u okviru filozofije duha.

Prikazaćemo na ovom mestu još jedan psihološki model nivoa svesnosti (Kihlstrom, J., 1984) koji je čisto deskriptivan, dakle, ne pokušava da objasni različite nivoe, već samo da ih opiše i klasifikuje. Ovaj model uvodi nekoliko za dalju diskusiju korisnih pojmovnih razlikovanja.

U Kihlstromovom modelu nivoi svesnosti razlikuju se po stepenu u kojem su sadržaji dostupni reflektivnoj svesti i introspektivnom izveštavanju. Različitim nivoima svesnosti odgovaraju različiti modusi procesiranja, mada ne postoji direktna korespodencija između nivoa svesnosti i modusa procesiranja, u smislu da su sadržaji istog nivoa svesnosti morali nužno proći kroz isti tip procesiranja. Model je predstavljen trouglom sa vrhom okrenutim nagore, koji sugeriše da je količina sadržaja u bazi trougla (nesvesno) mnogo veća nego na najvišem nivou (reflektivna svest), koji čini vrh

trougla. Krucijalna razlikovanja u modelu su najpre između svesnog i nesvesnog dela psihe, a zatim u okviru svesnog dela, razlikovanje primarne i reflektivne¹⁹ svesti, kao i periferne i fokalne svesti. Pod nesvesnim (*unconscious mind*) Kilstrom podrazumeva znanje i procese koji nisu trenutno u svesti, odnosno kojih trenutno nismo subjektivno svesni. Mandler bi, u duhu kognitivne psihologije, rekao da su nesvesni sadržaji trenutno oni koji nisu procesirani u svesnom modusu, iako mogu biti procesirani u različitim nesvesnim modusima (Mandler. G., 1984).



(Po Kilstromovom modelu nivoa svesti)

Nesvesno u Kilstromovom modelu sadrži: na planu senzornog inputa ranu senzornu analizu, na planu proceduralnog znanja automatske procese, a na planu deklarativnog znanja (epizodičkog i semantičkog) brojne sadržaje koji su u različitoj meri dostupni svesti (u smislu mogućnosti izvlačenja – eng. *retrieval* u svest). O značenju pojma

¹⁹ Mi smo u radu koristili uobičajeniji termin reflektivna svest, te otuda reflektivnost, samorefleksija i sl.

nesvesno u savremenoj psihologiji će biti reči nešto kasnije. Pogledajmo ovde Kilstromovo razlikovanje primarne i reflektivne (*primary vs. reflective*) i fokalne i periferne (*focal vs. peripheral*) svesti.

Primarna svest je direktno iskustvo osećaja, opažaja, osećanja, kao i spontano izazvanih misli, predstava i sećanja, snova i dnevnih sanjarenja. Najprimitivniji od ovih sadržaja su senzorno afektivni i njih imaju i životinje i deca u preverbalnoj fazi razvoja, dok drugi predstavljaju kasnije proizvode ontogenetskog razvoja. U primarnoj svesti su svi mentalni procesi okrenuti uglavnom spoljašnjim događajima i objektima. Reflektivna svest se, za razliku od toga, odnosi na misli i osećanja o sopstvenim svesnim iskustvima per se, sopstvena svesna iskustva postaju objekat reflektivne svesti. Reflektivna svest omogućava procenu, reviziju, interpretaciju i vrednovanje sopstvenog iskustva, te planiranje budućih akcija. Reflektivna svest je osnova razvijene samosvesti i slike o sebi (*self concept*). Pod samosvešću se obično u psihologiji podrazumeva postojanje svesti o tome da smo jedinstvena individua, odvojena od drugih, sa sopstvenom ličnom istorijom i budućnošću, a pod slikom o sebi skup ideja o tome ko smo i kakvi smo kao ličnosti, kakve želje, vrednosti, ciljeve, interesovanja, intelektualne i fizičke sposobnosti i lične crte posedujemo. Reflektivna svest omogućava introspekciju u smislu bilo kog oblika samoposmatranja sopstvene svesti (ali i ponašanja), stoga se reflektivna svest ponekad naziva i introspektivna svest. Samoposmatranje može ostati potpuno privatan proces ili se njegovi rezultati mogu preneti drugima ljudima, najčešće u obliku nekog vida verbalnog izveštavanja, ali ponekad i korišćenjem slikovnog, gestovnog ili nekog drugog modusa komunikacije. Sadržaji koji dosežu prag primarne svesti mogu se introspektivno ispitivati. Dok je rana introspektivna psihologija polazila od toga da su svi mentalni procesi potencijalno dostupni introspekciji, psihoanaliza, kao i savremena kognitivna psihologija smatraju kako ćemo uskoro videti, da postoje procesi i sadržaji koji ne mogu da pređu prag primarne svesnosti.

Između primarnog svesnog iskustva i reflektivne svesti o njemu postoji makar minimalni vremenski interval, a on često može biti i duži. Mi, međutim, u svakodnevnom iskustvu najčešće ne pravimo razliku između primarne i reflektivne svesnosti, niti se granica između njih u samom subjektivnom iskustvu pojavljuje kao oštra i jasna. Svakodnevna svest oscilira između primarne svesti i reflektivne koja primarnu vidi kao svoj objekat. Reflektivna i primarna svest su pre deo jednog kontinuuma, pri čemu se reflektivna razvija postepeno tokom ontogeneze, razvojem

verbalnih i intelektualnih sposobnosti. To je jedinstveno ljudska sposobnost, obično visoko vrednovana, jer je preduslov čovekove imaginacije, kreativnosti, a može se reći i svih proizvoda kulture (nauke, filozofije, umetnosti itd.). Ipak, reflektivnu svest nije moguće jednoznačno pozitivno vrednovati u odnosu na kriterijume kao što su adaptacija, funkcionalnost i mentalno zdravlje, što ćemo videti u kasnijem poglavlju o psihoterapiji.

Može se govoriti o jednom još višem i apstraktnijem nivou reflektivne svesti, koji ne poseduju ni svi ljudi, o nekoj vrsti metasvesti, u smislu pokušaja da se razume poreklo i priroda svesti kao takve kroz različite oblike istraživanja – naučnog, filozofskog ili kontemplativnog. Metasvest se razlikuje od reflektivne svesti po tome što nije lična i što se fokusira na same bazične procese svesti, bilo primarne bilo reflektivne. Neke forme budističke kontemplacije, na primer, imaju za predmet samu svest, njenu prirodu i bazične procese u ovom ne-ličnom smislu. Dok se kontemplativno istraživanje prevashodno sastoji u neposrednom posmatranju, nauka i filozofija uključuju i primenu različitih empirijskih metoda i teorijskog promišljanja. Ken Wilber u okviru transpersonalne psihologije govori o tri legitimne istraživačke logike kao o tri oka spoznaje. Telesno oko je primarni „instrument“ empirijskih nauka, umno oko filozofije i matematike, a kontemplativno oko kontemplativnih disciplina, koje su se, tradicionalno, dobrim delom, mada ne isključivo, razvijale u okviru religija (Wilber, K., 1988).

Neki autori skloni su da svest određuju pre svega kao reflektivnu svest, čime isključuju životinje i malu decu iz kruga svesnih bića. Tako britanski psiholog Mek Fejl (MacPhail E.M., 1998) u svojoj knjizi *Evolucija svesti* smatra da je samosvest tj. postojanje odvojenog sopstva (*self*) preduslov svakog svesnog iskustva. Samosvest je nužno povezana sa jezikom, te Mek Fejl preverbalnim i neverbalnim organizmima odriče svesnost. Tu spadaju životinje, preverbalna deca, ali i afazičari, autistična deca, kao i desna hemisfera u studijama podeljenog mozga. Nama takvo shvatanje svesti izgleda suviše usko i neopravdano. Najpre, teško je povući jasne granice između primarne i reflektivne, neverbalne i verbalne svesti, kako iz ontogenetske i filogenetske perspektive, tako i iz perspektive prvog lica odraslog čoveka. Pored toga, takav način povlačenja demarkacione linije između svesnih i nesvesnih bića može imati i problematične etičke konsekvence. Intuitivno je verovatno većini ljudi bliže zasnivanje etičkih principa na minimalističkom načinu određenja svesti kao posedovanja

osetljivosti (engleski *sentience*, sanskrit *sattva* – ovde u smislu „stanja posedovanja čula“), u savremenom filozofskom rečniku *qualia*.²⁰

Drugo razlikovanje koje pravi Kilstromov model nivoa svesti je između fokalne i periferne svesti. U fokalnoj svesti (fokalnoj pažnji) su trenutno dominantni sadržaji primarne ili reflektivne svesti. Sadržaji koji su u fokusu se iz trenutka u trenutak menjaju. Na periferiji ili rubu (*fringe*) svesti su sadržaji koji gotovo trenutno mogu ući u fokus, bilo voljnom odlukom ili nevoljno, automatskim prebacivanjem pažnje. Periferna svest može se opisati i kao granica između svesnog i nesvesnog u ovom momentu. U njoj su obično sadržaji kojih smo mutno svesni, jer je pažnja usmerena na nešto drugo (ono što je u fokalnoj svesti) i koji se procesiraju automatski ili sadržaji koji su doskora bili u fokalnoj svesti i još uvek su u kratkotrajnoj memoriji, lako dostupni za obradu. Vilijem Džejms je dao vrlo lepe introspektivne opise te rubne svesti (*fringe consciousness*), koju je nazivao i oreolom, pridajući joj veliki značaj u određivanju značenja sadržaja koji se nalaze u fokalnoj svesti.

2.7. Psihološki problemi svesti

Psihološki problemi svesti, za razliku od filozofskih, koji će biti predmet narednog poglavlja, konstituisali su se oko nekoliko empirijsko-istraživačkih oblasti u okviru različitih psiholoških škola i disciplina, kao što su introspektivno-fenomenološka, kognitivna, razvojna, transpersonalna psihologija, te neuropsihologija. Pošto proučavanje svesti, nikada posle introspekcionističkog pokušaja zasnivanja nauke o svesti nije dobilo sistematski tretman u psihologiji, uvid u psihološke probleme svesti

²⁰ U okviru azijskih religija (budizam, đainizam, sikizam) smatra se generalno da su životinje osetljiva (*sentient*) bića, te da su sposobna za zadovoljstvo i patnju i u tom smislu poseduju najelementarniji oblik svesti. Đainski princip nenasilja (*sanskrit ahimsa*), princip saosećanja (sansk. *karuna*) i zavet bodisatve u mahajanskom budizmu, kao i drugi etički principi, odnose se uvek na kategoriju osetljivih bića, a nikada samo umnih ili samosvesnih, kao što je čovek. Poređenja radi, Dekart životinje vidi kao lišene duše, dakle potpuno podložne zakonima mehanike, a Kantov kategorički imperativ odnosi se na kategoriju umom obdarenih bića (*vernunftbegabte Wesen*), u koja svakako ne spadaju životinje. Dok ljudsko biće kao umno i time autonomno poseduje apsolutnu vrednost i predstavlja svrhu po sebi (*Zweck an sich*), životinje imaju relativnu vrednost u odnosu na to što služe čoveku. Surovost prema životinjama Kant osuđuje zato što je loša po čovekov karakter, dakle iz indirektnih razloga, a ne zbog postojanja direktne moralne obaveze prema životinji.

može se steći jedino prikazivanjem grupa istraživanja u kojima figurira svest kao varijabla, u jednom ili drugom obliku. Na ovom mestu nemamo nameru da dajemo iscrpan prikaz istraživanja svesti i njihovih rezultata, već samo da napravimo kratki pregled teritorije, radi sticanja uvida u tipičnu problematiku dosadašnjih empirijskih studija.

Jednu grupu istraživanja čine čisto fenomenološka istraživanja sadržaja, procesa i odlika svesti. Preciznije bi bilo upotrebiti termin koji je aktuelno u opticaju u studijama svesti – istraživanja zasnovana na metodologiji prvog lica, jer time uključujemo i analitičku introspektivnu metodu karakterističnu za ranu psihologiju. U problematiku psihologije svesti spada i istraživanje samih metoda prvog lica, njihovih dometa i ograničenja, kakvo ćemo mi sprovesti u šestom poglavlju. Pošto će metodama prvog lica i fenomenološkom pristupu svesti biti posvećena dva kasnija poglavlja, na ovom mestu se time nećemo baviti.

Drugu grupu istraživanja svesti čine studije koje kombinuju metode prvog lica sa metodama trećeg lica, ili čak dominantno počivaju na metodologiji trećeg lica.

Istraživanja različitih stanja svesti tipično kombinuju metodologiju prvog i trećeg lica, tj. fenomenologiju i fiziološka merenja. Transpersonalna psihologija se naročito u periodu 70-ih i 80-ih godina postarala da definiše, sistematizuje i preduzme niz istraživanja takozvanih izmenjenih stanja svesti (*ASC – altered states of consciousness*). Tako se razvila jedna posebna oblast istraživanja, čije su preteče donekle Karl Gustav Jung, ali još eksplicitnije Vilijem Džejms, svojom knjigom *Raznolikosti religioznog iskustva* iz 1902. godine. Ona sadarži delom jednu fenomenologiju mističkih stanja, koja predstavljaju podvrstu izmenjenih stanja svesti.

Izmenjena stanja svesti su privremene i reverzibilne markantne devijacije u odnosu na uobičajeno budno stanje svesti. Pojam su 60-ih godina uveli u psihologiju Arnold Ludvig i Čarls Tart. Do ovih promena može doći nehotečno ili mogu biti namerno izazvane, a spektar izmenjenih stanja je veoma širok, od kreativnih stanja i vrhunskih doživljaja (*peak experiences*) do patoloških. Istraživanja izmenjenih stanja fokusiraju se, sa jedne strane, na ustanovljavanje fenomenoloških razlika u odnosu na uobičajeno stanje svesti, a sa druge, na merenje promena niza fizioloških parametara, od kojih su najznačajniji u ovom slučaju moždani talasi. Koreliranje iskustvenih i fizioloških promena može takođe da da interesantne podatke o ko-variranju stanja svesti i

fizioloških stanja. Najčešće istraživana izmenjena stanja su stanje spavanja i sanjanja, lucidno sanjanje, hipnoza i trans, meditativna stanja, izmenjena stanja prouzrokovana uzimanjem različitih psihoaktivnih supstanci (kanabis, halucinogeni, ajahuaska) ili primenom novih neurotehnologija, senzorna deprivacija, različita mistička stanja i psihopatološka stanja. Promena stanja svesti figurira kao značajna varijabla i u nekim psihoterapijskim pravcima, kao što su hipnoterapija i transpersonalna terapija.

Posebnu grupu, kojoj ćemo na ovom mestu posvetiti više pažnje, čine neuropsihološka istraživanja. Rezultati dve grupe istraživanja iz ove kategorije bacaju svetlo na problem svesti na posebno interesantan način. To su studije podeljenog mozga (*split-brain studies*) i studije izvesnih patoloških sindroma u kojima dolazi do disocijacije svesti i ponašanja, a koji se javljaju kao posledice lezija određenih moždanih regiona.

Studije podeljenog mozga odnose se na neuropsihološko testiranje osoba kod kojih je izvršena operacija komisurotomije (presecanje snopa nervnih vlakana koja spajaju levu i desnu hemisferu mozga – *corpus callosum* i *commissura anterior*) iz medicinskih razloga, radi sprečavanja iradijacije epileptičnog napada iz njegovog žarišta na ceo mozak, odnosno njegove lokalizacije i kontrole. Ova operacija se pokazala uspešnom u medicinskom smislu, a na prvi pogled bez efekata na ličnost i ponašanje pacijenata u svakodnevnom životu. Rodžer Speri i Majkl Gazaniga otkrili su, međutim, neuropsihološkim testiranjem, koje omogućava nezavisno ispitivanje leve i desne hemisfere, vrlo interesantne fenomene, koji su na dva načina relevantni za problem svesti.²¹ Jedno pitanje odnosi se na postojanje nezavisne svesti desne hemisfere, a drugo na pitanje jedinstva svesti. Pošto desna hemisfera ne može da da introspektivni verbalni izveštaj, jer ne poseduje moć govora, a centralna komunikacija između hemisfera je onemogućena operacijom, na pitanje da li desna hemisfera poseduje neki oblik svesti, ne bi mogla da odgovori čak ni leva hemisfera, iako se nalazi u istom telu. Ovde imamo specijalan slučaj other-minds problema, koji smo ranije pomenuli. Ljudi sa podeljenim

²¹ Ovakvo testiranje omogućava princip kontralateralne organizacije mozga, u smislu da leva hemisfera prima senzorni input samo iz desne strane tela i kontroliše pokrete desne strane, a desna hemisfera je na sličan način povezana sa levom stranom tela. Slično, u vizuelnom opažanju, stimulusi eksponirani u desnom vizuelnom polju stižu u levu, dok oni eksponirani u levom vizuelnom polju stižu u desnu hemisferu. Kod desnorukih samo leva hemisfera ima moć govora. Desna hemisfera je u stanju da odgovori na pitanje pokazujući, crtajući ili čak pišući jednostavne odgovore levom rukom. Jedna grupa studija podeljenog mozga bavi se problemom funkcionalne asimetrije mozga tj. kognitivnim razlikama među hemisferama. Ove studije pokazuju npr. verbalnu superiornost leve hemisfere i superiornost desne u vizuelno-spacijalnim zadacima i prepoznavanju lica.

mozgom nemaju doživljaj da imaju dve svesti. Povremeni ispadi „strane ruke“ (kada leva ruka uradi nešto što je inicirano iz desne hemisfere, u čiji smisao, dakle, leva hemisfera ne može da ima nikakav uvid) ne remete bitno njihov doživljaj integriteta. Pitanje postojanja dualne svesti kod komisurtomizovanih pacijenata interesuje mnogo više psihologe i filozofe. Kao i u drugim slučajevima u kojima nemamo verbalni izveštaj prvog lica, pripisivanje ili odricanje svesti desnoj hemisferi zavisi od toga kako shvatamo svest i kako postavljamo kriterijum svesnosti. Speri (Sperry, R., 1968) je smatrao desnu hemisferu svesnom, jer pored razvijene perceptivne svesnosti, demonstrira i razne oblike, uglavnom neverbalnog inteligentnog ponašanja, a najverovatnije i voliciju, samosvest i sopstvene vrednosti. U nekim eksperimentima, kada jedino desna hemisfera zna odgovor na pitanje, a leva hemisfera pokušava da ga pogodi, izgleda da joj desna hemisfera namerno šalje telesne migove i znakove koji ukazuju na rešenje (*cross-cueing* fenomen). Gazaniga (Gazzaniga, M., 1983) je opet smatrao da je svest vezana pre svega za levu hemisferu. U okviru njegove pretpostavke o modularnoj organizaciji mozga, veći broj relativno nezavisnih neverbalnih modula vrši procesiranje informacija, donosi odluke i inicira emocionalne reakcije i ponašanje, a svest je proizvod jednog od tih modula, koga Gazaniga naziva interpretator. Interpretator stvara doživljaj jedinstva svesti, tako što interpretira na koherentan način reakcije inicirane od strane raznih neverbalnih, nesvesih modula, nalazi se u levoj hemisferi i povezan je sa njenim lingvističkim sposobnostima. Tako su recimo ispadi „strane ruke“ (*alien hand*) veoma brzo i samouvereno interpretirani u aktuelnom kontekstu od strane leve hemisfere, koja zapravo nema nikakav uvid u njihovo stvarno značenje. Jedinstvo svesti iz ovog ugla izgleda daleko od tradicionalno shvaćene, neposredno date i univerzalne odlike svesti. Pre možemo da govorimo o iluziji jedinstva, koja se stalno iznova konstruiše, delom kao odgovor na zahteve sredine, kao i o iluziji kontrole ponašanja od strane jedne svesne egzekutivne instance. Gazaniga je, po svoj prilici, svest shvatio pre svega kao reflektivnu svest, jer ne postoji istinski razlog da se desnoj hemisferi odrekne primarna svest. Moguće je da ona poseduje i reflektivnu svest u nekom rudimentarnom smislu, koja teško dolazi do izražaja, usled dominantnosti, ponekad čak nametljivosti leve hemisfere u interpretaciji i organizaciji ponašanja.

Druga grupa neuropsiholoških istraživanja bavi se sindromima koji su posledica specifičnih moždanih povreda, u kojima dolazi do disocijacije svesti i izvođenja

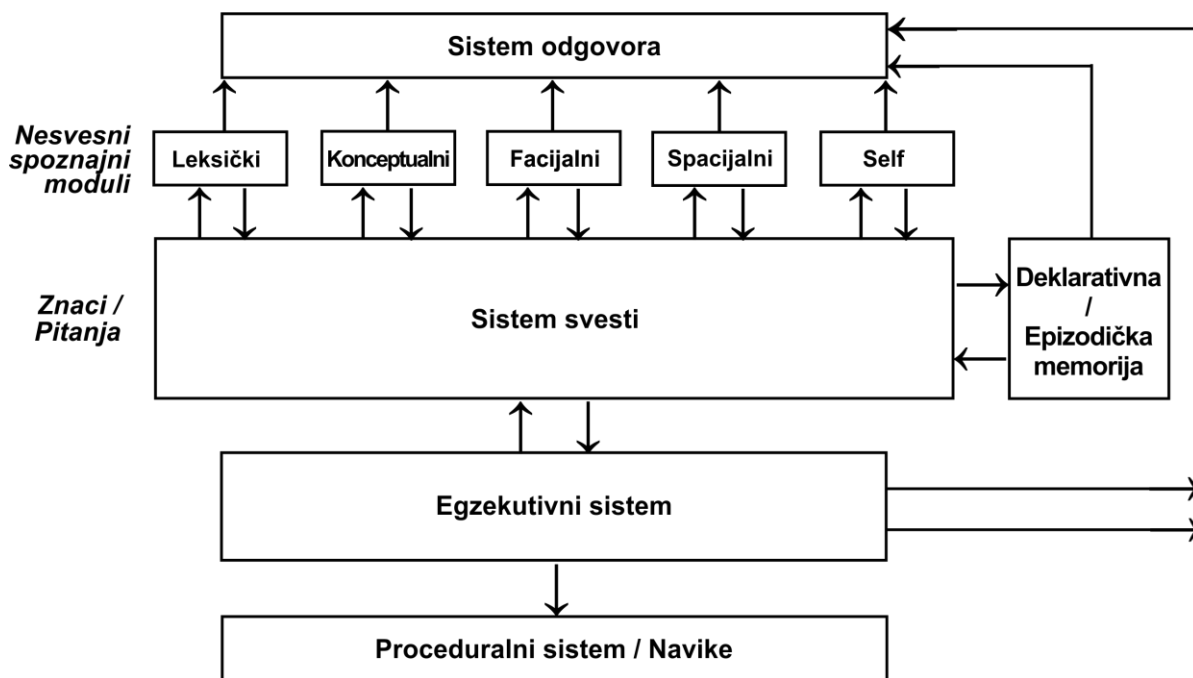
određenih kognitivnih zadataka, koje je kod ljudi sa normalnim mozgom uvek praćeno svešću. Tulving (Tulving, E., 1989) smatra da je kognitivna psihologija dugo zapostavljala pitanje odnosa svesti i kognitivnih procesa, zahvaljujući implicitnoj „doktrini saglasja, tj. podudaranja“ (Tulvingov termin „doctrine of concordance“) koja pretpostavlja da svest prati i da je neophodna za percepciju, memoriju i kontrolu ponašanja. Studije sindroma koje ćemo ovde navesti predstavljaju najjaću empirijsku evidenciju za postojanje nesvesnog procesiranja informacija, odnosno nesvesnih mentalnih procesa, o kojima govori naredni odeljak. Šakter (Schacter, D., 1989) ovde govori o disocijaciji eksplicitnog znanja (koje subjekat može da upotrebi u obavljanju zadatka, uz svest o posedovanju takvog znanja) i implicitnog znanja (koje se koristi u obavljanju zadatka, a da subjekat nije svestan da ga poseduje). Tako na primer u fenomenu slepog viđenja (*blindsight*) neki kortikalno slepi pacijenti (sa oštećenjem primarnih vizuelnih zona mozga) u stanju su da diskriminativno reaguju na vizuelne stimulse, iako tvrde da ih ne vide. Amnezija je gubitak pamćenja do koga dolazi posle povreda temporalnog lobusa. Amnesticari većinom nisu u stanju da uće nove reći i ćinjenice, kao ni da se prisete nedavnih lićnih iskustava iz epizodićke memorije. U stanju su da nauće nove motorne veštine, iako se ne sećaju da su ih veštali. Testovi implicitne memorije kod amnesticara, međutim, generalno pokazuju razlićite rezultate od testova eksplicitne memorije.²²

U nizu drugih patoloških sindroma u kojima se, kao posledica lezije određenog moždanog regiona, gubi sposobnost svesnog opažanja i prepoznavanja određenog tipa informacija, demonstriran je takode fenomen implicitnog znanja u zadacima forsiranog izbora.²³ Takvi sindromi su na primer: slepi dodir (taktilna analogija slepom viđenju), prozopagnozija (nesposobnost svesnog identifikovanja poznatih lica), disleksija (nesposobnost ćitanja, prepoznavanja pisanih reći), afazija (nesposobnost prepoznavanja ili produkcije govora) i zapostavljanje polovine vizuelnog polja (*hemineglect*).

²² U testu eksplicitne memorije traći se recimo prisećanje liste reći koje su prethodno bile eksponirane. Ovaj zadatak amnesticari nisu u stanju da obave. U testu implicitne memorije traći se od subjekata da kompletiraju reći ćiji je koren dat. Kod normalnih subjekata se ovde pojavljuje efekat primovanja – kompletiranje reći, koje su prethodno bile eksponirane je olakšano u odnosu na one koje nisu bile prikazane. Takav isti efekat primovanja pokazuju i amnesticari.

²³ Pošto pacijenti tvrde da ne mogu da daju odgovor na eksperimentalni zadatak (npr. zato što ne vide signal), od njih se traći da se ipak opredele za odgovor „da“ ili „ne“ makar pukim nagađanjem. Rezultati pokazuju da ovakvo nagađanje daje daleko veći broj taćnih odgovora nego što bi se moglo oćekivati na osnovu zakona verovatnoće.

Šakter (Schacter, D., 1989) je razvio teorijski model koji objašnjava sindrome disocijacije (takozvani DICE model od „Dissociable Interactions and Conscious Experience“).



(Po Šakterovom DICE modelu)

Suprsistem koji odgovara svesti (*CAS Conscious Awareness System*) povezan je sa nizom nesvesnih spoznajnih modula koji su specijalizovani za obavljanje različitih tipova zadataka, a sa druge strane sa egzekutivnim sistemom koji donosi odluke i inicira voljne radnje i deklarativnom/epizodičkom memorijom. Svest je ovde, dakle, shvaćena kao instanca zadužena za praćenje (*monitoring system*) i integraciju informacija iz različitih modula, a ne kao egzekutivna instanca. Pošto specifični spoznajni moduli u modelu imaju direktnu vezu (a ne samo preko svesnog modula) sa sistemom davanja odgovora, moguće je demonstrirati implicitno znanje koje nije praćeno subjektivnom svesću u disocijativnim fenomenima, koje Šakter objašnjava prekidanjem veze između svesnog modula i nesvesnih spoznajnih modula.

Teorije o modularnoj organizaciji mozga (i duha!) su u oblasti neuropsihologije, kako smo videli na primeru Gazaniginog i Šakterovog modela, veoma aktuelan trend. One

generalno postuliraju postojanje nesvesnih modula u smislu relativno nezavisnih funkcionalnih kognitivno-egzekutivnih jedinica i jedan specijalan modul koji nazivaju svesnim i koji bi, dakle, trebalo da ima nekakve veze i sa svesnim iskustvom iz perspektive prvog lica. Zato je važno da pogledamo detaljnije na koje načine pojam nesvesnog figurira u savremenoj psihologiji.

2.8. Svesno i nesvesno

Jedno od ključnih pitanja psihološkog teoretisanja o svesti, kao i o strukturi duha ili psihe je pitanje razlikovanja između svesnih i nesvesnih mentalnih procesa. Pojam nesvesnog može imati puno različitih značenja u psihologiji, kao i pojam svesti. Takođe, pojam nesvesnih procesa smatramo različitim od pojma nesvesnog duha odnosno psihe. Na ovom mestu daćemo kratak pregled psiholoških ideja o nesvesnom, polazeći od grubog razlikovanja dve grupe shvatanja nesvesnog, vezane za dve veoma različite škole – psihoanalizu i kognitivnu psihologiju.

Pojam nesvesnog se još uvek vezuje pre svega za Frojda, koji ga je, upotrebivši ga najpre prilikom proučavanja jednog vrlo specifičnog kliničkog fenomena (studije hysterije i hipnoze), promovisao u jedan od najpopularnijih psiholoških pojmova, koji je kroz čitav dvadeseti vek rabljen od kliničke do popularne psihologije, te postao deo popularne kulture preko umetnosti, filma i literature. Nije čudo što je na taj način postao i jedan od najviše olako upotrebljivanih i zloupotrebljivanih pojmova u psihologiji i van nje. Često se govori o Frojdovom otkriću nesvesnog, iako je ovaj pojam bio u širokom optičaju u intelektualnim krugovima u devetnaestom veku, kao i metafora o svesti kao vrhu ledenog brega koji se vidi iznad površine mora, dok njegov mnogo veći deo (nesvesni deo psihe) ostaje skriven u dubinama. Sam Frojd je govorio da su pesnici i filozofi pre njega otkrili nesvesno, a sebe je smatrao zaslužnim za otkriće naučnog metoda za njegovo studiranje. Elenberger je u svojoj knjizi o otkriću nesvesnog (Elenberger, H., 1970) zaslugu za prvi naučni pokušaj proučavanja nesvesnog pripisao G. T. Fehneru, koga je i Frojd veoma cenio.

Pre Frojda nije bilo teorijske osnove za drugačije shvatanje duha od dominantnog kartezijanskog, koje je izjednačavalo duh (*res cogitans*) i svest. Svest je bila granica

između duhovnog, mentalnog sveta i materijalnog, nementalnog, distinktivna odlika svega što se može nazvati mentalnim životom. To podrazumeva da je duh u potpunosti transparentan svesti. Lok se sa takvim stanovištem slagao. No ni u to vreme nije postojao opšti konsenzus oko toga. Lajbnic je, na primer, sumnjao u transparentnost duha i u svom odgovoru Loku anticipirao kasniji psihološki pojam nesvesnog i njegovu ulogu. O tome on piše: „Ima hiljadu indicija koje nas navode na pomisao, da u svakom trenutku postoje bezbrojne percepcije u nama, koje su bez apercepcije i refleksije ... Ukratko, neosetne (nesvesne) percepcije su od velike koristi u psihologiji, kao što su neosetne čestice u fizici i podjednako je nerazumno odbaciti jedne ili druge sa argumentom da su van domašaja naših čula.“ (Leibniz, G., 1951, str. 374–378, prevela sa engleskog IH). Pored Lajbnica, slična zapažanja mogu da se nađu kod Rusoa, Getea, Fihtea, Šopenhauera i Ničea. Pre Frojda međutim niko nije preduzeo da sistematski razvije teorijsku osnovu u kojoj bi pojam nesvesnog dobio jasno mesto, funkciju i značaj. Frojd je ponudio upravo to – eksplicitnu formulaciju i jednu novu interpretaciju nesvesnog, model strukture psihe u kome nesvesno figurira kao njen najznačajniji deo, teoriju koja objašnjava način funkcionisanja i dinamiku nesvesnih procesa i njihovog odnosa prema svesti. U okviru studija histerije koje je Frojd otpočeo sa Brojerom iskristalisao se pojam potiskivanja (nem. *Unterdrückung*), koji je suštinski povezan sa pojmom nesvesnog (nem. *das Unbewusste*). Za Frojda nesvesni sadržaj nije onaj koga u ovom trenutku nismo svesni (za takve je koristio termin predsvestan nem. *das Vorbewusste*), nesvesno se odnosi na sadržaje psihe koji su potisnuti. To su u prvom redu psihičke reprezentacije nagona poput seksualnog nagona ili agresivnosti, kao i sećanja na neprijatna, bolna i traumatična iskustva. Mehanizam potiskivanja aktivno sprečava njihov pristup svesti, a i sam je, kao i ostali mehanizmi odbrane, nesvestan. Ovi potisnuti sadržaji, međutim, vrše pritisak na svest i oblikuju naš svakodnevni život u značajnoj meri, ispoljavajući se kroz snove, omaške, simptome. Za razliku od predsvesnog koje uključuje sadržaje i procese koji trenutno leže van domena svesnosti i lako se i bez specijalne tehnike mogu dozvati u svest, nesvesno je moguće osvestiti samo uz pomoć psihoanalitičara i psihoanalitičke tehnike. U toj neprozirnosti nesvesnog za svest leži ključna sličnost Frojdovog pojma nesvesnog i savremenog „kognitivnog nesvesnog“. Sve ostalo nam izgleda prilično različito. Frojdova interpretacija nesvesnog kao potisnutog je daleko specifičnija i uža od viđenja nesvesnog u okviru kognitivne psihologije. Frojdovi nastavljači odstupali su često od ovakvog shvatanja nesvesnog i sam pojam je dobijao vremenom i drugačija značenja. Najveću novinu verovatno je

uveo K.G. Jung svojim učenjem o kolektivnom nesvesnom. Kolektivno nesvesno sadrži, za razliku od ličnog nesvesnog, kolektivna, univerzalno ljudska iskustva, koja nikada nisu ni bila sadržaji lične svesti. Njegovi sadržaji su arhetipovi, psihički praobrasci koji strukturiraju i prefiguriraju naša svakodnevna iskustva i ponašanje. Za arhetipove kolektivno nesvesnog ne možemo reći da su potisnuti, oni takođe ne predstavljaju samo „nižu prirodu“ čoveka, već delom i njegovu potrebu za celovitošću i transcendencijom. Jungovsko nesvesno ne vrši jednostrani pritisak na svesni deo psihe sa kojom je u večitom konfliktu interesa, već ima i kompenzatornu, uravnotežavajuću funkciju u odnosu na svesne stavove.

Velikim Frojdovim „otkrićem“ nesvesnog otpočela je era psihoterapije. Pošto je psihoterapijska situacija bila milje u kome su pojmovi nesvesnog i potiskivanja nastali, menjali se, doživljavali provere i osporavanja, nastavićemo diskusiju o odnosu svesti i nesvesnog u poglavlju o psihoterapiji i u tom kontekstu izneti kritiku psihoanalitičkog pojma nesvesnog. Frojdov koncept nesvesnog bio je kritikovan takođe od mnogih psihologa i filozofa. Kritike se kreću u rasponu od negativnih nalaza empirijskih studija, preko pitanja njegove korisnosti u praksi, mogućnosti odnosno nemogućnosti njegovog naučnog proučavanja, do dovođenja u pitanje logičke koherentnosti pojma. Pomenimo ovde kao značajne kritike Karla Popera, Dejvida Holmsa, Hansa Ajzenka i Džona Serla, kojima ćemo se kasnije vratiti.

Među pripadnicima rane akademske psihologije pojam nesvesnog nije imao naročito dobar status. Tičener je, na primer, smatrao pojam nesvesnog (pri tome je upotrebljavao termin *subconscious*, koji se prevodi obično kao podsvesno) nepotrebim i čak teorijski opasnim konstruktom za psihologiju. Podsvesno je shvatio kao ekstenziju svesti izvan granica opservacije (samoposmatranja) i kao takvo, nešto što nije predmet psihologije (Titchener, E., 1915, str. 325–327). Vilijem Dzejms je zastupao slično stanovište da psihologija ne treba da se bavi nesvesnim događajima, jer su oni u domenu fiziologije. Može se preliminarno reći da introspektivni i fenomenološki pristupi generalno imaju izvestan otpor prema psihoanalitičkom pojmu nesvesnog ili da za njim nemaju potrebu. Videćemo to i na primerima iz psihoterapije, ali sličnu tendenciju možemo posmatrati i van granica zapadne psihologije. U tom kontekstu je zanimljivo pitanje da li postoji nešto poput pojma nesvesnog u okviru budističkih shvatanja duha i ukoliko ne (što je izvesno bar kada je reč o Frojdovskom nesvesnom) – kako to da jedno produženo, sistematsko i mikroskopsko posmatranje soptvenog duha, kakvo nalazimo u budizmu, a

kakvo na Zapadu teško da je ikada i postojalo, nije došlo do «otkrića» nesvesnog. Pitanje nesvesnog u budizmu načeto je već 1958. godine u razgovoru Junga i japanskog zen filozofa Šinči Hisamacua, koji je protokolirala Anijela Jafe (vidi u Molino, A., 1998).

U okviru bihejviorizma je najpre vladao otpor kako prema svesti tako i prema nesvesnom kao mogućoj temi psihogije. Kasnije su se neobihejvioristi, zainteresovavši se za probleme psihologije ličnosti i psihoterapije, često okretali Frojdu i psihoanalitičkoj teoriji, sa kojom su otkrili čak dosta srodnosti, te su se javili pokušaji da se psihoanalitički pojmovi i hipoteze prevedu na jezik bihejviorističke teorije učenja. Najpoznatiji takav pokušaj proveli su bihejvioristički teoretičari učenja Džon Dolard i Nil Miler (Dollard, J. & Miller, N, 1950). Oni tako prevode (zapravo interpretiraju) psihoanalitički pojam potiskivanja kao naučenu reakciju izbegavanja. Reakcija izbegavanja neprijatnih stanja (misli, emocija) biva naučena i održavana principom negativnog potkrepljenja (*reinforcement*) koje se sastoji u prestanku bolnih i neprijatnih stanja.

Potpuno nezavisno od psihoanalize, kognitivna psihologija razvija jedan novi pojam nesvesnog. Dok frojdovsko nesvesno postoji zahvaljujući potiskivanju sećanja na prethodne događaje i iskustva, te nagona, instinktivnih želja i drugih socijalno neprihvatljivih sadržaja i nije u principu nedostupno svesnom delu ličnosti (tehnikе psihoanalitičke terapije su dizajnirane sa ciljem da dozovu ovako shvaćeno nesvesno u svest), nesvesno kognitivne psihologije postoji usled same konstitucije našeg kognitivnog sistema (i korak dalje, možemo reći, nervnog sistema) i principijelno je izvan domašaja svesti. Po shvatanju kognitivne psihologije, ne postoji metod kojim se ovako shvaćeni sadržaji nesvesnog mogu dozvati svesti. Preteča ovakvog pojma nesvesnog prethodi i samom Frojdu. To je Helmholtcov rad o perceptivnoj konstantnosti koji uvodi pojam nesvesnog zaključivanja kao objašnjenje ovog fenomena. Poznate objekte vidimo kao iste, iako se slika na mrežnjači stalno menja (sa promenom njihove udaljenosti, položaja, osvetljenja...), na osnovu prethodnog znanja koje je na implicitan način (nismo ga svesni) prisutno u opažaju. Polazeći od Helmholtca, Ajrvin Rok sredinom dvadesetog veka razvija teoriju indirektnе percepcije. On pokazuje da je vizuelni opažaj predmeta, iako izgleda neposredno dat, posledica prethodne ekstenzivne i kompleksne obrade informacija (koja uključuje procese upoređivanja, izvođenja zaključaka, nagađanja na osnovu prethodnog iskustva), koja se odvija brzo, bez napora i

većinom je uopšte nismo svesni. U sličnom smislu su nesvesna pravila univerzalne gramatike Čomskog, koja su u osnovi sticanja jezika, ili kognitivna ograničenja prilikom planiranja, rešavanja problema i igranja igara Njuela i Sajmona, da navedemo samo par primera iz savremene kognitivne psihologije. Nesvesni su svi mentalni procesi i dispozicije koji omogućavaju kogniciju, a o kojima imamo samo posredno znanje, jer sami ostaju neprozirni introspektivnoj svesti. Takav pojam nesvesnog i nesvesnih procesa smatra se korisnim u eksplanatornom smislu, iako donekle kontroverznim, u psiholingvistici i raznim oblastima kognitivne psihologije. Dihotomija nesvesni vs. svesni mentalni procesi, dobrim delom se preklapa sa dihotomijama proceduralno vs. deklarativno, automatsko vs. kontrolisano, implicitno vs. eksplicitno. Pri tome je jedini opšte prihvatljivi kriterijum razlikovanja članova u ovim dihotomijama vezan za perspektivu prvog lica – svesni procesi se shvataju kao oni koji su neposredno dostupni subjektu, introspekciji i verbalnom izveštavanju, a nesvesni su oni koji su u ovom smislu nedostupni i neprozirni iz ugla svesnog subjeketa. Smatra se da ovi nesvesni, automatski, implicitni procesi sačinjavaju većinu procesa koji se odvijaju u mozgu tj. kognitivnom aparatu, dok su svesni poput vrha ledenog brega, dakle slično kao kod Frojda. Kognitivna psihologija međutim ne vidi nesvesno kao nešto poput skrivene, alternativne svesti koja funkcioniše po sličnim principima kao svest. Nesvesni procesi su drugačiji po prirodi od svesnih i imaju drugačije funkcije.

Ranije pomenuti Kilstromov model nivoa svesnosti (Kihlstrom, J., 1984) opisuje i nivoe nesvesnog duha (*unconscious mind*), rezimirajući istovremeno šta se sve podrazumeva pod nesvesnim u savremenoj psihologiji. Nesvesni sadržaji i procesi su u ovom modelu deo kontinuuma svesnosti, pri čemu je nivo svesnosti odnosno nesvesnosti određen stepenom dostupnosti nekog sadržaja primarnoj i reflektivnoj svesti. Neki od sadržaja koji trenutno nisu prisutni u svesti su lako dostupni, neki to postaju uz manji ili veći napor, a neki uopšte ne mogu dospeti do svesti. Kognitivni modeli procesiranja informacija pretpostavljaju takođe da informacija ne ostaje ista prilikom „kretanja“ između raznih nivoa ovog kontinuuma, već se transformiše kroz niz mentalnih operacija, koje se na ovim različitim nivoima odvijaju. Kilstromov model rezimira i tipove nesvesnih sadržaja i procesa. Većina spada u sledeće kategorije:

- 1) Senzorni input, koji je registrovan ali na koji nije obraćena pažnja može uticati na svest i ponašanje iako toga nismo svesni. Zbog ograničenog kapaciteta pažnje i svesti (u smislu radne memorije), veliki deo senzornog inputa biva samo nesvesno prepoznat (!),

tj. prođe kroz proces usaglašavanja (matching) sa korespondentnim jedinicama iz dugotrajne memorije. Da li će potom biti i svesno prepoznat (tako što će biti obraćena pažnja na njega), zavisi od njegove trenutne relevantnosti, odnosno od instrukcije u eksperimentalnom zadatku. Sličan slučaj uticaja na ponašanje i mišljenje događaja koji ne dospevaju do svesti imamo u fenomenu subliminalne percepcije. Ovde se radi o stimulusima koji su suviše slabi ili suviše kratko eksponirani da bi dospeli do svesti.

2) Deklarativno odnosno propozicionalno znanje iz dugotrajne memorije može biti dve vrste: semantičko, kao što je znanje o značenju reči, imenima, neličnim činjenicama i teorijama i epizodičko, koje se odnosi na lična iskustva i ličnu istoriju. Ako imamo adekvatne „memorijske kuke“ (*retrieval cues*) relativno lako se prisećamo potrebnih informacija. Nekada nam to, ipak, vrlo teško polazi za rukom, kao u fenomenu „na vrhu jezika“, kada jasno znamo da nešto znamo, ali ipak ne možemo da to dozovemo u svest, čiji je briljantan introspektivni opis dao Vilijem Džejms. U slučaju potisnutih sećanja u epizodičkoj memoriji, o kojima je govorio Frojd, pretpostavlja se postojanje jednog dodatnog mehanizma potiskivanja, koji aktivno sprečava da sećanje dospe u svest. Pojam implicitna memorija u savremenoj psihologiji odnosi se na fenomen uticaja nesvesnog znanja iz dugotrajne memorije na naše aktuelno mišljenje i ponašanje, pri čemu obično nismo svesni ni samog uticaja, već se on može samo posredno pokazati u eksperimentu.

3) Kontrolni programi kognitivnih (čitanje, prepoznavanje značenja reči ili prepoznavanje složaja itd.) ili senzomotornih (sportske veštine, sviranje instrumenta, kucanje na mašini itd.) veština – takozvano proceduralno znanje, normalno su van domašaja svesti. Obično smo kod ovih radnji neposredno svesni rezultata, ali ne i kompleksnog niza operacija koje dovode do rezultata. Takav slučaj imamo uvek kada znamo da nešto uradimo, ali ne znamo kako to radimo. Obično iza ovakvih veština stoji duga istorija vežbanja, u kojoj je svest često igrala značajnu ulogu, ali je, upravo zahvaljujući vežbanju, došlo do automatizacije procesa, koja je učinila uplitanje svesnih procesa izlišnim. Automatizacija omogućava postizanje velike brzine i efikasnosti. Svest je tokom izvođenja ovih veština neophodna uglavnom za korekciju eventualnih grešaka i reagovanje na novinu u situaciji.

4) Nesvesni motivi i želje koje pretpostavlja Frojdova teorija imaju donekle problematičan konceptualni status. Kod potreba, interesovanja, želja, koje nas pokreću

na aktivnost i upravljaju ka određenom cilju, upravo njihov svesni doživljaj izgleda kao primarni pokretački agens. Da bi govorili o nesvesnim motivima i željama, moramo ovaj svesni doživljaj smatrati neesencijalnim za pokretanje i usmeravanje ponašanja. Savremena psihologija ipak ostavlja mogućnost govora o nesvesnoj motivaciji u slučajevima kada ljudi manifestuju cilju usmereno ponašanje, mada nemaju znanje o tome šta je u njegovoj osnovi.

5) Za disocijativne fenomene, obično psihopatološke ili hipnotičke, poput multiple ličnosti, stanja fuge, hipnotičke analgezije (neosetljivost za bol), posthipnotičke amnezije (gubitak sećanja), Kilstrom koristi termin podsvesno (*subconscious*) znanje i opažanje. U ovim slučajevima, ljudi se, naime, ponašaju na način koji uobičajeno pretpostavlja prateće svesno iskustvo, a da pri tome nisu svesni i ne mogu naknadno da se prisete svog ponašanja. Za razliku od nesvesnog, međutim, ovo znanje se ponekad, pod specijalnim okolnostima, može izvući iz sećanja.

S obzirom na to da je pojam nesvesnog postao po drugi put popularan u psihologiji, ovog puta među eksperimentalnim psiholozima, javili su se i pokušaji povezivanja Frojdove teorije sa modelima kognitivne obrade informacija. Erdelji (Erdelyi, M. H., 1985) je pokušao čak da prikaže Frojdu strukturu psihičkog aparata u obliku *flowcharts* kognitivne psihologije.

Ipak, smatramo da je kognitivni model nesvesnog širi i drugačiji od Frojdovog. On uključuje i proceduralna znanja i rane procese obrade senzornog inputa, koji prethode formiranju svesnog iskustva (*preattentive processes*), koji su u striktnom smislu nesvesni, a koji su zaključeni na osnovu objektivnih eksperimentalnih podataka, nezavisno od svake introspekcije. Frojda je u prvom redu interesovalo potisnuto nesvesno u smislu sadržaja epizodičke memorije i potisnutih motiva i želja. Sve ostalo što se bez pomoći psihoanalitičke tehnike može prizvati svesti, a tu spadaju kako periferna svest, tako i veliki broj sadržaja dugotrajne memorije, nazivao je predsvesnim.

U savremenom kognitivističkom načinu određenja nesvesnog spram svesti možemo, zapravo, prepoznati nešto od Dekartovog dualizma mehaničkog nasuprot svesnom, samo što je ovde demarkaciona linija drugačije povučena. Veliki broj kognitivnih procesa kod ljudi savremena kognitivna psihologija opisuje kao nesvesne, mehaničke, podložne formalizaciji i simulaciji na kompjuteru, dok tek neke, koje nije moguće uhvati u algoritamsku formulu, kao nešto drugo, sa čim se najčešće povezuje pojam

svesti. Dok je za Dekarta duša (*res cogitans*), u celini i kao jedinstvena, predstavljala aspekt ljudskog bića koji, za razliku od tela, nije podložan zakonima mehanike, kognitivna psihologija pomera granicu između dva tipa procesa unutar samog kognitivnog sistema. Dok je duša kod Dekarta imala pozitivno određenje i mesto u božjem poretku, svest u savremenoj nauci biva određena pre negativno, onim što nije, kao nešto što preostaje i opire se pokušajima formalizacije.

2.9. Granice pokušaja prirodnonaučne rekonstrukcije pojma svesti

Videli smo da je psihologija kao mlada nauka gledala da nađe sebi uzor u razvijenijim prirodnim naukama, koje su se već uspešno etablirale i napravile u prethodna dva i po veka velike pomake u znanju o prirodi. Svaka psihološka škola je na svoj način pokušavala da imitira prirodne nauke, u prvom redu fiziku, bilo u obliku elementarizma i hemizma rane introspektivne psihologije, biheviorističkog objektivizma i operacionalizma ili termodinamičkih modela psihe i redukcionističkog biologizma psihoanalize. Poslednji i dosada najuspešniji pokušaj zasnivanja psihologije kao prirodne nauke predstavlja kognitivna psihologija. Pošto se naročito od osamdesetih etablirala kao ozbiljna akademska disciplina, ona se osmelila da se uhvati ukoštac i sa komplikovanim problemima svesti i preduzela da pojam svesti rekonstruiše, tako da postane uklopiv u njene istraživačke programe.

Verovatno najmarkantniji pokušaj takve rekonstrukcije preduzima Bernard Baars u svojoj kognitivnoj teoriji svesti (Baars, B., 1988). Baars se zalaže za jedan radikalno empirijski pristup svesti, koji ostavlja po strani čitavu istoriju zamršenih i teških filozofskih problema i pokušava da formuliše okvir koji sistematizuje brojne i raznovrsne empirijske podatke do kojih su istraživanja u psihologiji i neurolonauci došla, a koja mogu biti relevantna za jedan empirijski pojam svesti. Mnoga od ovih istraživanja nisu imala direktno svest za predmet, već se svest pojavljuje u njima više kao implicitna varijabla. Eksplicitna operacionalizacija svesti kao varijable po Barsu treba da sledi logiku od jednostavnog ka složenom, koja se u empirijskim naukama pokazala kao najuspešnija. Svest najbolje možemo da shvatimo korišćenjem kontrastivne analize tj. kontrastiranjem svesnih i nesvesnih događaja određene vrste,

kao na primer, u čemu je razlika između svesne i nesvesne reprezentacije jednog stimulusa. Polazeći od niza parova svesnih-nesvesnih procesa, koje je pronašao pregledajući ogromnu empirijsku literaturu, Bars je, kao pokušaj njihovog objašnjenja, razvio i teoriju svesti koja je poznata kao „teorija globalnog radnog prostora“ (*global workspace theory*), pri čemu je globalni radni prostor deo radne memorije.

Prirodnonaučna rekonstrukcija pojma svesti u terminima teorije informacija, računarskih modela, kibernetike i funkcionalnih dijagrama, otpočela je u okviru kognitivne psihologije, a zatim se prenela na domen neuropsihološkog teoretisanja o svesti (Šakter, Šalis) i na filozofiju duha (Denet). Ovaj poduhvat je pokazao kao svoju vrlinu heurističku plodnost. Dodatni utisak uspeha u naturalizaciji pojma svesti (njegovog „hvatanja“ u prirodnonaučni istraživački program) stvara to što novi model deli u izvesnoj meri pojmovni repertoar sa drugim prirodnim naukama. Tako je pojam informacije u matematičkom smislu, oslobođen svakog sadržaja i veze sa pojmom „značenja“, kako su ga promovisali Šenon i Viver, postao odomaćen u fizici, molekularnoj biologiji, genetici, kognitivnoj i neuro nauci. Savremeni nemački filozof Peter Janich kritikuje inflatornu upotrebu pojma informacije u prirodnim naukama, pokazujući njegovu izvornu dvoznačnost, trasirajući tu dvoznačnost do latinskog *informatio*. Jedno značenje pojma informacija je čisto sintaktičko, slobodno od svega sadržinskog i fokusirano na proces kodiranja, transporta i dekodiranja između odašiljača i prijemnika, pri čemu ovi mogu biti i tehnički uređaji. Ovde nema govora o razumevanju i vrednovanju sadržaja informacije, kao ni o njenom značenju i smislu, što postaje presudno važno u drugom i osnovnom značenju informacije u okviru ljudske komunikacije koja podrazumeva svesne subjekte (Janich u: Janich, P., & Oerter, R, 2012, str 22-25).

Primetimo da, dok je npr. jasno da, kada govorimo o „genetičkoj informaciji“ imamo u vidu čisto sintaksički pojam informacije i metaforičnost govora, u naučim oblastima, koje za predmet imaju ljudski duh, kogniciju i svest, kao što su kognitivna psihologija i poslednjih godina sve više neuronauka, nije jasno gde je granica između dva moguća značenja pojma informacija. Ovde, naime, postaje smisaono i osnovno značenje koje informacija ima u kontekstu ljudskog govora. Kognicija je u kognitivnoj psihologiji izvorno shvaćena kao obrada informacija u matematičkom, sintaksičkom smislu. Tako je kognitivna psihologija razvila govor o tome kako različite strukture i moduli unutar kognitivnog aparata, kojima uopšte ne pripisuje svesnost, vrše obradu informacija,

donose odluke i međusobno komuniciraju. U kontekstu relativno novog interesovanja kognitivne nauke za svest, međutim, dvoznačnost pojmova kao što su informacija i komunikacija postaje zavodljiva. Nejasno je gde ovi pojmovi prestaju da opisuju nesvesno procesiranje informacija, a počinju da uključuju svest, značenje i njegovo razumevanje i interpretaciju. Možemo se na kraju zapitati: nije li nerefektivna upotreba ovih pojmova (u smislu zanemarivanja njihovog temeljnog semantičkog ambigviteta) doprinela licenciranju hipotetičkih zombi-homunkulusa u modelima kognicije – tj. nesvesnih modula, koji ne poseduju fenomenalnu svest, ali im se pripisuje niz kognitivno-egzekutivnih funkcija, koje su tradicionalno smatrane prerogativima svesti?

Svest ne može biti sasvim udobno ukotvljena kao prirodnonaučni predmet kognitivne neuronauke. Uvek iznova bivamo suočeni sa tim da dijagramski opisi svesti nužno zaobilaze esencijalno subjektivne i kvalitativne odlike svesti. Ove odlike su *prima facie* nereducibilne na prirodno naučni pojam svesti. Njihovo izbegavanje zbog nereducibilnosti ne izgleda naročito opravdano, u svetlu činjenice da i niz drugih temeljnih pojmova u nauci nije moguće do kraja redukovati, jer sadrže sličnu semantičku dvoznačnost u samom korenu kao pojam svesti – pojmovi informacije, komunikacije, kognicije, kibernetički pojmovi, svi imaju subjektivnu i objektivnu stranu, pri čemu subjektivna u prirodnonaučnom kontekstu ostaje implicitna. Nerefektivna upotreba novog „objektivističkog“ jezika i kompjuterskih metafora usmerava naš pogled ka jednoj strani ljudskog bića (njegovom „fukcionisanju“) i ne može da nam ponudi celovitu sliku o čoveku, koliko god da je opis njegovog „fukcionisanja“ enormno napredovao u rafinmanu u odnosu na osamnaestovekovnog La Metrijevog *l'homme machine*. Slika o čoveku koju „emituju“ nauke o čoveku nije nikada bezazlena po svojim konsekvencama, imajući u vidu moćne pozicije koje nauka zauzima u savremenom društvu.

Upravo analiza pojma svesti na najjasniji način ukazuje na to da postoji „još nešto“, što čini nemogućim njeno potpuno identifikovanje sa specifičnim modulom, fazom u procesiranju informacija, egzekutivnim kontrolnim sistemom. Svi navedeni pojmovi mogu da doprinesu našem razumevanju funkcionisanja svesti, ali to nije ono što čovek u svakodnevnom životu *prima facie* podrazumeva pod svešču, i to ne samo laik, već i naučnik ili filozof koji kreira teoriju svesti.

Ranije pomenuti filozof Peter Janich formulisao je za nauke o čoveku kulturalistički antropički princip²⁴, koji u slaboj formi zahteva od ovih nauka, da ne iznose tvrdnje o čoveku, čije bi važenje isključilo mogućnost da čovek praktikuje ove nauke, a u jakoj formi, da nauke o čoveku objasne činjenicu da je čovek u stanju da ih uspešno praktikuje. Ovaj princip ide dalje od uobičajenog načina posmatranja čoveka u prirodnim naukama iz jedne fiktivne neutralne tačke van sveta i zahteva respektovanje obe strane – objekta (čovek kao predmet nauka) i subjekta (čovek kao stvaralac nauka o čoveku), dakle, čoveka kao bića prirode i kao bića kulture. Poštovanje antropičkog principa obezbeđuje naukama o čoveku performativnu samokonzistenciju (*performative Selbstkonsistenz*)²⁵, koja ih štiti od toga da u govoru o čoveku same sebe dovedu ad absurdum (Janich, P. & Oerter, R., 2009, str 22).

2.10. Pogled unapred – dva lica svesti

Dosada se dalo naslutiti da u savremenim pristupima svesti figuriraju dva sasvim različita značenja pojma svesti, koja potiču od dve različite predteorijske konceptualizacije svesti. Reč svest je ranije, a donekle još uvek, korišćena čas u jednom čas u drugom značenju, što je izvor konfuzije, a moguće i straha psihologije da svest ponovo prihvati kao svoj legitimni predmet. Poslednjih decenija je napravljen pomak, u smislu uvođenja jasnijeg konceptualnog razlikovanja dva tipa karakterizacije svesti. U okviru fenomenoloških karakterizacija, svest je ono što izgleda da jeste, u okviru funkcionalističko-kauzalnih, svest je ono što ona čini, tj. uloga koju ima u mentalnom životu. Ova dva pristupa postavljaju problem svesti na različite načine i pretpostavljaju različite metodološke i istraživačke platforme, a vrsta objašnjenja koje nudi jedan pristup ne hvata svest u onom drugom smislu. Ovde ćemo prikazati tri savremene formulacije ovog dvojstva – Džekendofovo razlikovanje računarskog duha

²⁴ Antropički princip vodi poreklo iz kosmologije, tačnije kosmogonije – fizičke teorije o nastanku univerzuma. U njenim teorijskim modelima postoje odluke koje se ne mogu doneti samo na osnovu fizikalnih parametara. Tako je razvijen predlog da se u model uključi empirijska činjenica da postoje ljudi. Kosmološki antropički princip kaže da fizičke teorije o nastanku sveta ne smeju da se prave tako da isključe nastanak čoveka (slaba verzija) ili da moraju da se prave tako da objasne nastanak čoveka (jaka verzija).

²⁵ Performativna protivrečnost bi bila npr. ako bih vičući tvrdila kako šapućem.

(*computational mind*) i fenomenološkog duha (*phenomenological mind*), Blokovo razlikovanje A-svesti (*access consciousness*) i P-svesti (*phenomenal consciousness*) i Čalmersovo razlikovanje lakog i teškog problema svesti.

Videli smo da kognitivna psihologija proučava mentalne odnosno kognitivne procese bez eksplicitnog uključivanja svesnog subjekta u svoje istraživačke projekte, te da je to dovelo do odvajanja kognicije od svesti, što je bilo nezamislivo, ne samo u okviru kartezijskog shvatanja duha, već predstavlja izazov i svakodnevnom, zdravorazumskom poimanju sopstvenog svesnog iskustva kao nečega čemu je inherentan spoznajni aspekt. Kognitivne strukture i nesvesni kognitivni procesi koje postulira kognitivna nauka nisu ni na koji način dostupni svesnom subjektu, te postaje krajnje nejasno kako uspostaviti sponu između kognicije shvaćene na ovaj novi način i svesti. Dok većina kognitivnih naučnika ovaj problem još uvek ignoriše, definišući i samu svest objektivistički kao jedan od modula *flowcharta*, Rej Džekendof fokusira u izoštrenom vidu problem rascepa svesti i kognicije do koga je došlo razvojem kognitivne nauke u svoj njegovoj dubini. Razlikujući računarski duh (kako ga opisuju kognitivna nauka) od fenomenološkog duha (pod čim podrazumeva subjektivno svesno iskustvo), Džekendof smatra da smo aktuelno suočeni sa mnogo kompleksnijim problemom nego što je tradicionalni *body–mind* problem (odnos tela, odnosno mozga i duha). Novi problem koji pred nas postavlja razvoj nauke je *mind–mind* problem (odnos računarskog i fenomenološkog duha). Postojanje tri umesto tradicionalno dva domena između koja treba objasniti odnos deli *body–mind* problem na dva podproblema – kako mozak može da ima svesna iskustva i kako mozak omogućava kogniciju i rezonovanje. Tu je naravno i ništa lakši *mind–mind* problem tj. u kakvom su odnosu računarska stanja i iskustvo. (Jackendoff, R, 1987, str. 20). Džekendof dalje u knjizi predlaže i svoje shvatanje korespondencija između ova dva domena, kao i novi istraživački program, koji uvodi fenomenološku evidenciju kao krucijalnu i fenomenološke distinkcije koristi prilikom razvoja računarskih modela.

Američki filozof Ned Blok (Block, N., 1999) koristi ranije opisani Šakterov model kao ilustraciju prilikom povlačenja razlike između P-svesti, tj. fenomenalne svesti (*phenomenal*), u smislu iskustva, i A-svesti (*access*) – svesti u smislu pristupačnosti, odnosno dostupnosti određenog sadržaja (mentalne reprezentacije) u kontroli govora, rezonovanja i akcije. U Šakterovom modelu figurira ono što Blok naziva A-svest. A-svest je upravo ono što se u savremenoj nauci najčešće brka sa fenomenalnom svešću.

Odlike P-svesti su, međutim, pre svega iskustvene (*experiential*) i totalitet iskustvenih odlika nekog stanja sačinjava „kako je biti“ u tom stanju. Iskustvene odlike su različite od kognitivnih, intencionalnih ili funkcionalnih odlika, kojima se definiše A-svest. Iako je paradigmatički primer P-svesti vezan za senzacije (a A-svesti za misli, verovanja, želje), svaki sadržaj svesti može imati i iskustvene odlike. Blok diskutuje tri razlike između P-svesti i A-svesti. Najpre, sadržaj P-svesti je fenomenalan, a A-svesti reprezentacionalan. Samo reprezentacionalni sadržaj može figurirati u rezonovanju, a to je glavna uloga A-svesti. Sadržaji P-svesti mogu (ali ne moraju) biti reprezentacionalni, ali tek posedovanje fenomenalnih odlika čini jedno stanje stanjem P-svesti. P-svest kao takva nije „svest o“. Drugo, A-svest je funkcionalni pojam i ono što jedno stanje čini dostupnim svesti (u smislu A-svesti) je ono što reprezentacija njegovog sadržaja čini u sistemu. P-svest nije funkcionalno određena ulogom u sistemu. Treća razlika je da postoji nešto poput P-svesnog tipa ili vrste stanja. Na primer, osećaj bola je jedan P-svesni tip, svaki bol mora imati taj osećaj. U slučaju A-svesti ne postoji tako nešto. Bilo koji sadržaj može postati dostupan u određenom trenutku, dok je nedostupan u drugom.

Vraćajući se na ono što je ranije rečeno o pojmu svesti u savremenoj psihologiji, mogli bismo reći da je, zapravo, kada god kognitivna nauka i neuronauka govore o svesti, reč o A-svesti u Blokovom smislu. Sam Blok primećuje da savremeni istraživački programi svesti ne daju nikakvu teorijsku perspektivu o tome šta je P-svest.

Dejvid Čalmers, australijski filozof duha, uveo je u rasprave o svesti jednu distinkciju koja je izazvala brojne kontroverze. Čalmers (Chalmers, D., 1996) razlikuje, naime, dve vrste problema vezanih za svest, one koje naziva lakim i teškim problemom svesti (*hard problem of consciousness*). Laki problemi nisu ni u kom smislu trivijalni, niti je nauka našla jednostavne odgovore na njih. Oni su laki, jer razumemo način na koji se mogu rešavati daljim istraživanjem u okviru postojećih paradigmi. Takvi problemi su na primer objašnjenje sposobnosti diskriminacije stimulusa, integracije informacija, izveštavanja o mentalnim stanjima, fokusiranja pažnje, namerne kontrola ponašanja, razlike budnog stanja i sna. Sve što je tu potrebno je da specifikujemo računarski ili neuralni mehanizam koji je u stanju da izvede određenu funkciju, što je potpuno u okvirima shvatanja prirodnih fenomena modernih nauka. Problem postojanja kvalitativnog, fenomenalnog iskustva, „kako je biti u nekom mentalnom stanju“ Čalmers naziva teškim problemom svesti i smatra ga potpuno različitim od gore navedenih; on će opstati i kada mehanizam izvođenja svih mogućih, sa svešću

povezanih funkcija bude objašnjen. Teški problem može se formulirati na različite načine. Evo nekoliko mogućnosti: Zašto procesiranje informacija ne „ostaje u mraku“ već je praćeno bogatim unutrašnjim životom? Zašto postoji svesnost o senzornoj informaciji (*qualia*)? Zašto postoji subjektivna komponenta iskustva, po kojoj se razlikujemo od filozofskog zombija?

Dok se eliminativistička strategija stara da pokaže da teški problem ne postoji ili da će objašnjenjem lakih naprosto nestati, strategija koja „uzima fenomenalnu svest ozbiljno“ (Čalmersov izraz) mora da se potruži da pronađe alternativni okvir za njeno istraživanje i objašnjenje, koji nije zasnovan na redukcionističko-funkcionalističkom načinu mišljenja. Upravo to Čalmers i čini, skicirajući jednu nereduktivnu teoriju svesti.

U slučaju sva tri razlikovanja koje smo opisali nalazimo se pred problemom, u kakvom međusobnom odnosu su dva domena (računarski i fenomenološki duh, A i P svest, laki i teški problem svesti). Na prvi pogled izgleda ni u kakvoj. Ne znamo čak ni šta bi u principu mogao da bude most za uspostavljanje komunikacije između njih. Ovaj problem je u dobroj meri nov i ne izgleda ništa lakši od problema odnosa duh-telo. U tom svetlu, to što su mnogi skloni da fenomenalni, kvalitativni aspekt svesti zaobiđu kao nevažan za nauku ili ga čak eliminišu kao nepostojeći, postaje gotovo razumljivo. No, da li ima smisla činjenicu postojanja fenomenalne svesti ostaviti po strani, zato što problem njene integracije u sliku sveta koju je izgradila nauka izgleda tako težak?

3. PROBLEM SVESTI U FILOZOFIJI DUHA

3.1. Filozofija duha kao savremena filozofska disciplina

Gledišta Neda Bloka i Dejvida Čalmersa, koja smo izneli u poslednjem odeljku prethodnog poglavlja predstavljaju uvod u diskusiju problema svesti koja se odvija u savremenoj filozofskoj disciplini, filozofiji duha, u okviru koje dva pomenuta filozofa razvijaju svoje poglede na svest. Filozofija duha je tek nekoliko decenija stara disciplina, koja doživljava turbulentan razvoj i uživa popularnost i van usko filozofskih krugova, u raznim naučnim disciplinama, kao i u široj intelektualnoj javnosti. Nastala je i razvijala se pre svega na anglosaksonskom govornom području, da bi tek u poslednjih dvadesetak godina napravila ozbiljniji prodor u kontinentalnu filozofiju. To ne treba da čudi, jer filozofija duha ima poreklo u analitičkoj filozofiji, dominantnom pravcu anglosaksonske filozofije dvadesetog veka.²⁶ Analitička filozofija je videla zadatak filozofije pre svega u logičkoj analizi iskaza i pojmovnim razjašnjenjima, ne smatrajući da filozofija treba da razvija neku svoju sliku stvarnosti po strani od one koja nastaje u okviru prirodnih nauka. Analitička filozofija filozofiju vidi pre svega u kontinuitetu sa prirodnim naukama. Ideja da se filozofski problemi mogu rešiti analizom jezika i da su naizgled nerešivi problemi zapravo jezički pogrešno postavljeni, vodila je, između ostalog, i projektu izgradnje idealnog jezika, koji bi pomogao da se filozofska analiza oslobodi dvosmislenosti koju sadrže prirodni jezici. Pošto je od 50-ih godina nastao niz novih naučnih disciplina koje su u empirijskoj ravni počele da se bave duhom – kognitivna psihologija, veštačka inteligencija, kibernetika, nagli napredak u neurofiziologiji, kasnije poznate pod obuhvatnim imenom *mind science* – i probleme duha dovele u fokus naučnog interesovanja u jednom bazično prirodnonaučnom okviru, javila se potreba za analizom mentalističkih pojmova i značenja iskaza koji sadrže mentalističke termine. Pedesete i šezdesete godine donele su izvestan zaokret u smislu

²⁶ Treba ipak reći da su istorijski preteče analitičke filozofije pored britanskih filozofa Bertranda Rasla i Džordža Mura, takođe i kontinentalni filozofi, pripadnici Bečkog i Berlinskog kruga logičkog pozitivizma, koji su, posle Hitlerovog dolaska na vlast, većinom emigrirali i nastavili svoju delatnost na anglosaksonskom području. Pomenimo na ovom mestu za primer samo Vitgenštajna, jednog od najuticajnijih filozofa 20.veka.

da su duh i svest, a ne više samo spoljašnji svet, postali predmet brzo napredujućeg empirijskog istraživanja. Analitička filozofija, sada u vidu filozofije duha, uključila se u ovaj novi, uzbudljivi projekat istraživanja duha. Mnogim problemima savremene filozofije duha bavila se filozofija kroz čitavu svoju istoriju, ali nikada na ovako sistematičan, izoštren i fokusiran način kao danas i naravno bez multidisciplinarnе umreženosti savremene filozofije duha.

Svaka od empirijskih *mind sciences* razvila je svoj vokabular i posebne teorije, koje polažu pravo na objašnjenje duha, tako da je potreba za pojmovnom i metateorijskom analizom problema duha, mentalnih stanja i svesti velika. No filozofija duha isprva se izgleda najviše bavila analizom svakodnevnog govora o mentalnim stanjima i mentalnim fenomenima u okvirima takozvane folk psihologije (eng. *folk psychology*). Ovi iskazi izgledaju na prvi pogled dovoljno razumljivi za potrebe svakodnevne komunikacije, mada se čak i u toj ravni ponekad javljaju problemi i nejasnoće; ono što *prima facie* izgleda očigledno, ponekad se već na zdravorazumskom nivou može dovesti u pitanje. Kada napravimo korak od svakodnevnog govora o mentalnim stanjima ka disciplinovanim praksama koje se bave svetom unutrašnjeg doživljavanja kakve su recimo psihoterapija ili neke kontemplativne discipline, zdravorazumska određenja i kategorizacije bivaju dalje problematizovani. U obe ove oblasti radi se delom i o svojevrsnom preispitivanju, kako konceptualnom tako i iskustvenom, svakodnevnih predstava o sopstvenim mentalnim stanjima i jezika koji koristimo u njihovom opisivanju.

Na šta se zapravo odnose termini koje koristimo u objašnjenju ponašanja kao što su stavovi, uverenja, želje, oseti, osećaji, raspoloženja, zadovoljstvo, glad, žeđ, čulni doživljaji, empatija, doživljaj sopstva, duhovna iskustva? Kakav status imaju mentalistički pojmovi i da li je i kako moguće sistematizovati ih, kategorizovati i na precizniji način opisati? Da li su izvesni događaji mentalni ili telesni, da li su locirani u meni ili negde van mene, šta su nesvesne želje, stavovi i uverenja? Šta čini da nešto što je nesvesno postane svesno? Šta je uopšte duh u svetlu novih empirijskih istraživanja? Da li nagli napreci neuronauke vode novoj slici o duhu i svesti? U kakvom su odnosu duh i telo, svest i mozak? Da li svest može delovati na fizički svet? Kako naš duh reprezentuje svet? Šta možemo znati o svesti drugih bića? Da li je moja odluka da podignem ruku zaista akt slobodne volje ili mi to samo tako izgleda na osnovu čiste navike? Na šta stvarno mislimo kada govorimo o svom sopstvu, postoji li iko kome ono

pripada ili je to samo govorna konvencija? Kakvim metodama se možemo uopšte približiti fenomenu duha i svesti?

Sva ova pitanja mogu da se pojave već i u folkpsihološkom kontekstu, a to su ujedno i pitanja kojima se bavi filozofija duha. Filozofija duha je isprva ciljala da postigne jasnije razumevanje logike mentalističkih pojmova i njihove upotrebe, verujući da u svakodnevnom govoru kao i u tradicionalnim filozofskim problemima postoji pojmovna zbrka – analiza zato treba da omogući najpre preciznu dijagnozu i lokalizaciju nejasnoća, a potom i da pokaže da su mnogi tradicionalni filozofski problemi zapravo jezički problemi. Filozofija duha se u početku bavila pretežno analizom svakodnevnog jezika i pojmova, a kasnije, što je bilo uslovljeno i brzim tempom razvoja empirijskih *mind sciences*, pravi zaokret u pravcu teorije nauke, jedne vrste metateorije, odnosno teorije drugog reda. U okviru filozofije duha nastali su, međutim, i novi pojmovi koji mogu povratno, na nov način, da osvetle problematiku empirijskih disciplina.

Filozofija duha je bila povezana sa empirijskim disciplinama u početku uopšteno, a zatim sve konkretnije, do savremenih zajedničkih istraživačkih poduhvata. Od početka je bilo moguće sagledati direktnu vezu zbivanja u filozofiji duha sa glavnim akademskim tokovima u psihologiji, koje smo opisali u prethodnom poglavlju. Filozofija duha počinje delom bihejviorističke filozofije *Pojam duha* Gilberta Rajla 1950, u vreme kada se neobihejviorizam u psihologiji nalazi na početku svoje silazne putanje. Rajl opravdava bihejviorizam nastojeći da pokaže da su tvrdnje o duhu ekvivalentne tvrdnjama o ponašanju i dispozicijama za posebne vrste ponašanja. Duh i mentalni fenomeni sada više nisu zabranjena tema ali su tretirani još uvek striktno u okviru bihejviorističkog misaonog horizonta. Od šezdesetih godina ova bihejvioristička logika izgleda sve manje ubedljiva, kako u filozofiji tako i u psihologiji, koja se u međuvremenu transformisala u kognitivnu psihologiju. Mentalistički pojmovi u tretmanu kognitivne psihologije odnose se na realne mentalne procese i entitete, a ne više na dispozicije za određena ponašanja. Time se javlja potreba da se mentalni procesi i stanja uključe u paradigmu prirodnih nauka, odnosno naturalizuju, da bi njihovo proučavanje dobilo naučni legitimitet. Filozofsku osnovu za naturalizaciju duha ponudili su najpre teorijsko stanovište o psihofizičkom identitetu, potom funkcionalizam i reprezentacionalizam. Veliki broj filozofa u ovoj oblasti je video naturalizaciju mentalnog domena (razjasniti mentalne fenomene tako da ih je moguće „predati“ prirodnim naukama) čak kao prvi zadatak filozofije duha. Čak i u ontološkim

pitanjima smatra se legitimnim tražiti orijentaciju u empirijskim disciplinama, odnosno poći od mentalnih entiteta koje empirijske teorije postuliraju kao postojeće i koje im služe za predviđanja.²⁷

Filozofija duha je razvila prepoznatljiv jezik u kome pojmovi i teze bivaju precizno definisani i to tako da, ukoliko je moguće, sadrže jasne reference prema empirijskim disciplinama. Parsimoničnost, koherentnost i prediktivna moć teorije postaju u filozofiji važni kriterijumi, kao i u nauci. Novi stil filozofiranja u okviru interdisciplinarnе matrice koju sačinjavaju *mind sciences* znači za filozofiju duha i zahtev za uvažavanjem tzv. *bottom-up constrains*, odnosno ograničenja koja formiraju nalazi empirijskih istraživanja – oni čine da neka filozofska gledišta više nisu moguća ili bar nisu plauzibilna. Mnoge filozofske intuicije o tome šta je moguće ili šta je nužno bivaju takođe na ovaj način opovrgnute. Danijel Denet, verovatno najveća „zvezda“ filozofije duha, poznat i po svom smislu za humor, skovao je izraz „sindrom filozofa“ da ukaže na jednu tipičnu filozofsku grešku – brkanje nedostatka imaginacije sa uvidom u nužnost. Savremene empirijske discipline iznose na videlo precizno dokumentovane studije slučajeva koji demonstriraju činjenice iz oblasti svesti, duha i kognicije, potpuno nezamislive iz ugla tradicionalnog filozofiranja „iz naslonjača“. Jedna savremena teorija duha ne bi smela da zanemari postojanje koliko god neuobičajenih fenomena time što će ih naprosto gurnuti u koš patologije ili kurioziteta i ezoterije.

Praćenje empirijskih istraživanja i naučni modeli duha postali su nezaobilazni za filozofe, čak i za tzv. antinaturaliste. Ukoliko neko zastupa stav da postoji neki aspekt mentalnog koji se iz principijelnih razloga ne može predati prirodnim naukama, očekuje se od njega da jasno pokaže razlog i precizno lokalizuje teškoću, respektujući podjednako kao i njegov oponent empirijski domen.

U savremenoj filozofiji duha figuriraju tri ključne grupe problema –problemi vezani za odnos duše i tela, tj. mentalnih i fizičkih stanja, problemi vezani za intencionalnost mentalnih stanja, te problemi fenomenalne svesti. Prva grupa problema je povezana sa

²⁷ U ovakvom pristupu sadržana je opasnost od upadanja u cirkularnost i nekritičnost. Entiteti koje postuliraju naučne teorije, doduše, „rade“ u određenom domenu, tj. imaju određenu heurističku i eventualno pragmatičku vrednost, što svakako treba uvažiti. Ali iza empirijskih teorija već stoje određene, obično implicitne, metafizičke pretpostavke, koje nisu prošle kritičku analizu, a nikada i neće, ukoliko sami filozofi vide svoj suštinski zadatak u njihovom preuzimanju i daljem etabliranju.

temeljnim ontološkim pitanjem – koje vrste entiteta postoje, u kom smislu se može reći da postoje i šta su njihove distinktivne odlike. Ovde se takođe, kao jedan od centralnih, pojavljuje problem psiho-fizičkog kauzaliteta, tj. da li i u kom smislu mentalna stanja i događaji mogu imati kauzalnu ulogu u izazivanju ponašanja i drugih mentalnih stanja. Isto tako, na koji način moždana stanja ili fizički događaji determinišu mentalna stanja? Da li je fizički svet kauzalno zatvoren ili duh može na neki način «odozgo» da utiče na fizički svet? Sa ovim je naravno povezano i pitanje ima li slobode volje i, ukoliko ne, možemo li sebe uopšte da shvatimo kao racionalne i moralne osobe.

Druga grupa problema se koncentriše oko pojma intencionalnosti mentalnog domena²⁸, tj. reprezentacionog karaktera mentalnog. Intencionalnost otvara spoznajnoteorijsku problematiku, jer preko mentalnih stanja, ukoliko se ova odnose na nešto, stičemo znanje o svetu. Ukoliko mentalna stanja ukazuju na nešto van sebe samih, onda znači da njihov sadržaj može da se okarakterise kao istinit ili neistinit. Pojam mentalne reprezentacije ukazuje na funkciju predstavljanja, unutrašnjeg zastupanja nečega što postoji u svetu. U moždanim stanjima, međutim, nema ničega što je nalik predmetima spoljašnjeg sveta. Gde je onda sadržaj mentalnih reprezentacija ili kako fizička stanja mozga ili čak veštačkih kognitivnih sistema mogu da poseduju sadržaj?

Treća grupa problema su problemi fenomenalne svesti shvaćene u smislu subjektivnog doživljavanja, iskustva, perspektive prvog lica, dakle ne u smislu funkcionalnog modula u *flowchartu*, kako je svest većinom tretirana u kognitivnoj psihologiji, što smo opisali u prethodnom poglavlju. Videli smo u uvodnom poglavlju da postoji čitav spektar stavova o fenomenalnoj svesti – da je fenomenalna svest misterija nedostupna prirodnonaučnom prisupu, da je prirodni fenomen koji nosi specifičnosti koje je čine principijelno nereducibilnom na neko fizičko stanje, da je fenomenalna svest u krajnjoj liniji fizički fenomen sa odgonetljivom biološkom istorijom, ili čak da tako nešto kao svest zapravo i ne postoji. Temeljno pitanje je zapravo šta bi značilo pružiti objašnjenje fenomenalne svesti, šta zapravo želimo da znamo o njoj i kakve prećutne pretpostavke nas eventualno u tome sprečavaju. Iako filozofija duha kao svoj primarni zadatak vidi logičku analizu pojmova, ovde je od velike važnosti imati i što tačniji opis fenomena svesti. Svest je tema koja na dosada najeksplicitniji način dovodi u tesnu vezu dva pravca

²⁸ Po Brentanu intencionalnost je kriterijum svega mentalnog, jer sva psihička stanja poseduju intencionalnost dok ga nijedno fizičko stanje ne poseduje. Misli su misli o nečemu, čulni utisci se odnose na neki predmet, želje su takođe usmerene na neko ciljno stanje.

dvadesetovekovne filozofije, koja su se tradicionalno razvijala potpuno nezavisno jedan od drugoga, čak i kao suprotstavljeni misaoni tokovi – fenomenologiju, kao jednu od ključnih struja dvadesetovekovne kontinentalne filozofije i anglosaksonsku analitičku filozofiju, tj. filozofiju duha kao njen izdanak. U poslednjoj deceniji izgleda da otpočinje jedna interesantna komunikacija, pomenimo ovde samo da je poslednjih godina počeo da izlazi i časopis „Phenomenology and the Cognitive Science“,²⁹ eksplicitno posvećen ovoj problematici.

Ova treća grupa problema filozofije duha vezana za fenomenalnu svest je verovatno najzamršenija i trenutno najaktuelnija, i ona će biti predmet naše diskusije u ovom poglavlju.

3.2. Predistorija problema svesti u zapadnoj filozofiji

Filozofija duha kao disciplina ima svoju predistoriju u ontološkoj i spoznajnoteorijskoj problematici novovekovne filozofije, čija, opet, predistorija seže do antike. Mecinger (Metzinger, T., 2005) smatra da su se filozofske rasprave o duhu, sve do savremenih, razvile iz jednog protokoncepta duha, jedne prednaučne, mitske, tradicionalne teorije o tome šta znači imati duh (u prvobitnom smislu dah života – grč. *pneuma*, lat. *spiritus*, sansk. *prana*...). Protokoncept duha ukazuje na jedan senzorno konkretni, spacijalno rasprostrt entitet, različit od fizičkog tela, koji održava fizičko telo u životu i napušta ga posle smrti. Kasnije se u filozofiji ovaj protokoncept stalno diferencira i postaje sve apstraktniji, sve do Hegelovog pojma duha koji je lišen svih spacijalnih i temporalnih odlika. Protokoncept duha, kao i prvobitni pojam duše (grč. *psyche*, lat. *anima*) počivaju, po Mecingeru, na autentičnom iskustvu neurofenomenoloških stanja poznatih kao vantelesna iskustva (eng. *out of body experiences*). Iskaze prvog lica o ovoj klasi iskustava nalazimo u veoma različitim kulturama i sudeći po njima, ova stanja poseduju kulturalno invarijantan sklop funkcionalnih i fenomenalnih odlika, koje su srodne izvornim pojmovima duha i duše. U ovim iskazima se, savremenim jezikom rečeno, opisuje nešto poput globalizovanih iskustava fantomskih udova, tj. doživljaj eksternalizovanog fantomskog tela, dislociranog u odnosu na fizičko telo, a u kome je

²⁹ Kognitivna nauka je u tesnoj sprezi sa analitičkom filozofijom.

lokus fenomenalnog sopstva. Poslednjih godina su otpočela empirijska istraživanja ove vrste iskustava, koja pokazuju da ona nisu iskuljučivo patološka ili ezoterična pojava, niti da su tako retka, kako se ranije smatralo – zavisno od subpopulacije kod normalnih između 10 i 25% ljudi je imalo u životu vantelesna iskustva, a u nekim patološkim populacijama (npr. kod šizofrenih) čak 42% (po Metzinger, T., 2005, str. 64). U tom smislu razumno je pretpostaviti da se ovde radi o univerzalnom ljudskom iskustvu koje bi moglo biti osnova za folkpsihološki pojam duše kao entiteta povezanog sa doživljajem sopstva, a različitog od fizičkog tela.

Od jednog takvog svakodnevnog i mitološkog pojma duha je antička filozofija počela svoje mišljenje problema kojima se u savremenom kontekstu, na jedan tehnički sofisticiran način bavi filozofija duha. Da li je kod Grka postojao pojam svesti? U kom smislu su se grčki mislioci bavili problemom odnosa duše i tela, kako ga mi danas vidimo?

Ketlin Vilkis (Wilkes, K., 1984), američki filozof duha, tvrdila je da je pojam svesti jedva tri veka star evropski (Dekartov) izum i da reč svest u smislu u kome je danas koristimo ne postoji u većini ljudskih društava, što ukazuje, po njenom mišljenju, na to da ni fenomen svesti uošte ne postoji. Pojam svesti je defektan i odražava jednu iluziju novovekovne evropske filozofije, zato nije čudo što ga je nemoguće naći u prirodnim naukama i što one ne znaju kako bi pristupile fenomenu svesti. U naučnoj psihologiji i srodnim naukama je najbolje zaboraviti pojam svesti, te se vratiti Aristotelovskom pojmu *psyche*. Svest, po K. Vilkis, zapravo nije važna, u svakom slučaju, ona nije *explanandum* naučne psihologije.

Dok neki smatraju, poput K. Vilkis da kod Grka ne postoji jedinstveni termin koji bi odgovarao modernom pojmu svesti, kao ni diskusija problema psiho-fizičkog dualizma u savremenom smislu (npr. Hamlyn, D.W., 1968, Matson, W.I., 1966, Kahn, C., 1966), drugi (Hannay, A., 1990, Hardie, W.F.R., 1976, Ostefeld, 1987, vidi u Güzeldere, G., 1999, str. 50) tvrde da je kod Grka prisutno razlikovanje više socijalnog i etičkog (*syneidesis*) i psihološkog (*synaesthesia*) značenja svesti, na sličan način kao u sedamnaestom i osamnaestom veku, a da je problem duše i tela prisutan kod Platona i Aristotela na sličan način kao kasnije kod Dekarta. Ova debata je i dalje otvorena. Nije sasvim izvesno da li su Grci koristili termin *synaesthesia* u značenju primećivanja tj. svesnosti o doživljenom, ali je mnogo izvesnije da su koristili termin *syneidesis*

preveden na latinski kao *conscientia* u značenju savesti. Latinska reč *conscientia* se, inače, u Lokovo vreme u engleskom jeziku izdiferencirala u *consciousness* u značenju svest i *conscience* u značenju savest, dok je u romanskim jezicima ostala kao jedna reč sa dva značenja (franc. *conscience*, ital. *coscienza*). U nemačkom je monah Notke Tevtonac iz 10/11. veka za latinsko *conscientia* uveo reč *Gewissen* (bukvalni prevod *con(cum)-scientia*, *ge-Wissen* u značenju sa znanjem), koja do danas označava savest. Reč za svest (*Bewusstsein*) se u nemačkom pojavljuje znatno kasnije, početkom 18. veka kada je u filozofski diskurs uvodi nemački filozof Kristijan Volf, i to u značenju odlike koja nam omogućava da znamo da mislimo (svesni smo da mislimo).

Može biti da u antičko vreme nije postojao u savremenom smislu izdiferencirani pojam svesti, ali je začetak modernog psihološkog pojma svesti sadržan već i u pojmu savesti (*syneidesis*, *conscientia*). Savest se u najopštijem smislu odnosi na moralnu svest o sopstvenom lošem ponašanju i pretpostavlja postojanje unutrašnjeg svedoka kao i normativnog stava. Kod Grka, kao i kasnije u hrišćanstvu, postojalo je uverenje da su ovu instancu ugradili bogovi u čoveka da bi znao kada se loše ponaša prema drugima i da bi imao mogućnost za samokorekciju. U svakom slučaju je kod savesti reč o instanci koja poseduje moć samoposmatranja i samorefleksije i kroz to mogućnost samoregulacije, što nije daleko od savremenih metareprezentacionih teorija svesti po kojima svest nastaje tek kada postoji unutrašnje opažanje reprezentacionih sadržaja, tj. kada ovi bivaju „metareprezentovani“. Razlika je što se savest odnosila specifično na moralne sadržaje.³⁰

Iako nije sasvim jasno da li je i u kojoj formi u antičkoj filozofiji postojao neki pandan savremenom pojmu svesti, izgleda teško pobiti tezu da su kod Grka prisutni analiza pojma duše (*psihe*) i problema njenog odnosa prema telu i materiji, kao i monistička i dualistička rešenja problema koja nalikuju kasnijima.

U ovakvim promišljanjima uvek smo u opasnosti da antiku vidimo kao suviše udaljen i različit svet od našeg ili da, opet, preteramo u projektovanju naših aktuelnih pogleda u daleku prošlost. Sa jedne strane, čoveku su sopstveni duh, svest i mentalni procesi nešto

³⁰ Videćemo u jednom kasnijem poglavlju da se u nekim meditativnim tehnikama azijske provenijencije radi suštinski o instaliranju jedne instance unutrašnjeg svedoka ili neke vrste idealnog posmatrača, koji, za razliku od savesti (koja je u hrišćanstvu ponekad povezana sa idejom boga kao idealnog posmatrača), nema normativnu funkciju, već se, naprotiv, izričito radi o posmatranju svih sadržaja koji se pojavljuju u svesti, bez ikakvog procenjivanja i vrednovanja.

direktno dostupno, te je u svim velikim kulturama starog sveta postojala u nekom, manje ili više implicitnom ili eksplicitnom obliku, filozofija duha u sprezi sa introspektivno zasnovanom psihologijom. Ukoliko mnoge savremene naučne i filozofske discipline čija je problematika vezana za kasniji razvoj društava i tehnologije, tada izvesno nisu mogle postojati, očekivano je da su temeljni problemi koje razmatra filozofija duha danas, kao i osnovni pravci razmišljanja o njima, bili prisutni u grčkoj filozofiji.³¹ Sa druge strane, svako vreme ima svoje formulacije problema, kao i spektar plauzibilnih rešenja, jer su intelektualna klima i baza podataka i teorija od kojih se polazi različite. Tamo, na primer, gde su se Grci pitali u kakvom je odnosu duša prema telu, savremena filozofija duha postavlja na izoštren i fokusiran način pitanje na koji način možemo razumeti korelacije između subjektivnih aspekata svesti i moždanih stanja i procesa.

U antičkoj misli kao centralni pojam figurira pojam duše (*psyche*), koja se gotovo jednoznačno shvata u veoma širokom smislu kao *differentia specifica* živih bića. Ovaj pojam je blizak onome što Mecinger naziva folkpsihološkim protokonceptom duha (*pneuma*).³² Iako ovaj pojam tokom 6. i 5. veka p.n.e. doživljava semantičko širenje, u smislu da se o duši govori sve više kao o nosiocu subjektivnih emocionalnih stanja, mišljenja i moralnih vrlina, on zadržava svoju prvobitnu širinu. Duša podrazumeva uvek više od mentalnih, psihičkih ili moralnih aspekata, ona ostaje primarno nosilac vitalnih funkcija. Aristotelovo određenje psihologije, takođe, ukazuje na nauku mnogo šireg opsega od onoga što danas mislimo pod psihologijom. Psihologija je, naime, nauka o živim bićima, jer sva živa bića imaju dušu (*psyche*). Postoje duše različitih nivoa – najniža, čija je funkcija održavanje i razmnožavanje, koju poseduju i biljke, nešto viša,

³¹ Ovde treba napomenuti da su slični problemi, kao i čitav spektar rešenja postojali eksplicitno i u neevropskim filozofskim tradicijama i u ranijim vremenima, na primer, u indijskoj filozofiji. O tome će biti nešto više reči kasnije.

³² Izgleda da kod Grka ne postoji suviše oštro razlikovanje pojmova *pneuma* i *psyche*. Duh i duša bivaju na izoštren način diferencirani tek u monističkim idealističkim sistemima u kojima se i duša i telo smatraju emanacijom jednog nematerijalnog entiteta, duha. Duša pri tome može biti shvaćena, kao ponekad u indijskoj misli, kao suptilno energetsko telo fine građe, za razliku od fizičkog tela koje je grube građe. Duša ima takođe i značajan lični aspekt, povezana je sa doživljajem sopstva. I duša i telo su, međutim, u nekom smislu materijalni tj. manifestacija ili emanacija nematerijalnog duha. Apstraktni, nematerijalni duh ili bog izvor je svake manifestacije. Jedan takav pojam duha prisutan je, na primer, u indijskoj vedanti, u hrišćanskoj teologiji i u idealističkim filozofijama. Ovde naravno imamo u vidu englesku reč *spirit* kada govorimo o duhu, a ne *mind* kao u *Philosophy of mind*. Nemački i srpski jezik ne razlikuju lingvistički *spirit* i *mind*, pa se i ova filozofska disciplina naziva *Phiosophie des Geistes* tj. filzofija duha.

sa funkcijama percepcije i apeticije, koju poseduju životinje i ljudska duša koju odlikuju misao i razum.

U okviru predsokratovske filozofije duša se shvata na različite načine kod različitih filozofa, centralna pitanja su, međutim, zajednička – od kakve stvari je duša sačinjena i da li preživljava smrt tela. Ovde se već javlja proto-materijalizam kao jedna od mogućih filozofskih pozicija – pre svega kod atomista Leukipa i Demokrita. Demokrit vidi ljudsko biće kao agregat atoma različite vrste. Duševni atomi su posebno fini, okrugli i pokretljivi, ali, kao i ostali, materijalne prirode. Posle smrti organizma bivaju raspršeni, tako da ne postoji mogućnost da individualna duša perzistira posle smrti. Za Demokrita je, u skladu sa njegovim materijalizmom, vezano i stanovište koje bi danas mogli nazvati eliminativizmom u pogledu *qualia*: „slatko postoji po konvenciji, gorko po konvenciji, hladno, toplo po konvenciji, boja po konvenciji, uistinu postoje samo atomi i praznina“ (Diels-Kranz, 1951, str. 68, Fr 9).

Platon zastupa na najeksplicitniji način u grčkoj filozofiji jednu proto-dualističku koncepciju odnosa duše i tela. U dijalogu *Fedon*, koji se odvija u temi primerenom kontekstu Sokratovog poslednjeg susreta sa učenicima pred smrt, izvodi se argumentacija za verovanje u besmrtnost duše, koje je, kako iz ovog Platonovog dela saznajemo, bilo u Grka tog vremena neuobičajeno i manjinsko. Iz učenja o matempsihozi sledi da, ako duša preživljava smrt tela, ona mora biti nešto drugo od tela. Takođe, ukoliko duša može spoznati svet idealnih formi, koje ne postoje nigde u vidljivom materijalnom svetu, to je samo stoga što se duša ovih seća (grč. *anamnesis*), jer je pre rođenja već boravila u svetu ideja. Treće, čovekova duša je natčulni, čisto inteligibilni entitet i tako po svojoj prirodi bliska ovom višem nivou stvarnosti. Dušu je moguće filozofskim (kontemplativnim?) putem pročistiti od uticaja koje na nju ima telo i takva duša ima drugačiju sudbinu posle smrti od nepročišćenih duša – o tome se, doduše, govori samo kao o mogućnosti, a ne kao o izvesnosti. U *Državi* Platon iznosi poznatu teoriju o tri aspekta duše, od kojih su dve zajedničke ljudima i životinjama, dok je jedna – racionalna, specifična za ljudska bića, te navodi primere kako tri dela duše mogu biti u unutrašnjem konfliktu. Samo racionalni deo duše je, međutim, besmrtan i sasvim nezavisan od tela.

Dok Platon, svakako ne slučajno, bira otvorenost dijaloške forme koja kao takva ne inklinira dogmatizmu, ideje koje u dijalozima iznosi najčešće kroz lik Sokrata kasnije su

većinom interpretirane i tretirane kao doktrine. Platonovo delo je u svakom slučaju izvršilo neprocenjivi uticaj na kasniju evropsku filozofiju, što je britanski filozof i matematičar Alfred Nort Vajthed izrazio u često citiranom komentaru, da je najsigurnija opšta karakterizacija evropske filozofske tradicije, da se sastoji od jednog niza fusnota na Platona.

Aristotelovo stanovište poznato kao hilomorfizam (od *hyle* – materija i *morphe* – forma) je nešto poput srednjeg puta između materijalizma, koji tvrdi da je duša vrsta materije i dualizma, koji dušu smatra ontološki odvojenim entitetom, besmrtnom i nematerijalnom. Odnos duše prema telu je zapravo specijalni slučaj odnosa forme prema materiji. Forma nije entitet različite vrste od materije, već je način na koji je materija nečega (npr. skulpture) organizovana i strukturirana. Stanja duše jesu stanja tela, ali sa njima nisu identična, duša je forma tela i ona određuje vrste živih bića. Ovo stanovište se jasno razlikuje od modernog dualizma supstancija, a donekle je čak slično savremenim funkcionalističkim shvatanjima.³³ Duša je, međutim, prvi princip ili izvor (grč. *arche*) sveg života i ima primat nad telom kao forma nad materijom, jer je materija potencijalnost nečega što se aktualizuje kao to što jeste tek prisustvom forme. Aristotel se kolebao između stanovišta da duša, iako je različita od tela, ne postoji odvojeno od tela i stanovišta da je jedan aspekt duše (aktivni intelekt) odvojiv od tela i besmrtan.

Za antički svet je krucijalni momenat u shvatanju duše bio da je duša ono po čemu se razlikuju živa bića od nežive materije. Pitanje u kakvom odnosu je duša kao nosilac vitalnih i mentalnih funkcija u odnosu na fizičko telo, bilo je bez sumnje prisutno kod antičkih filozofa, kao i prototipski odgovori, koji do danas u nekom obliku figuriraju u okviru filozofije duha – materijalizam, dualizam, hilomorfizam.³⁴ Daleko je nejasnije da li su grčki mislioci u nekoj formi postavljali sebi pitanje o odnosu vitalnih i mentalnih funkcija prema svesti, kao i prema subjektivnom, introspektivno dostupnom prostoru i

³³ Hilari Patnam se eksplicitno poziva na Aristotela u predstavljanju funkcionalističkog stava – ono što funkcionaliste zaista interesuje je forma, a ne materija (Patnam, H., 2004, str. 105). Aristotelovo shvatanje duše je, međutim, kompleksno i teško uhvatljivo savremenim kategorijama, ova sličnost se ogleda u opštim obrascima mišljenja o problemu, a ne u ravni konkretnih formulacija.

³⁴ Na ovom mestu nam je, za naše svrhe, bilo bitno da samo skiciramo osnovne pravce razmišljanja o problemima duše i odnosa duše i tela. Helenistička i rimska filozofija, kao uostalom ni srednjovekovna skolastika nisu ponudile radikalno nova rešenja, već više elaboracije i varijacije ova tri bazična pristupa problemu.

elementarnoj samosvesti koji su pretpostavka za njihov pojam *syneidesis*, koji je pripadao prvenstveno domenu etike. Takođe, nije jasno da li se naše savremeno pitanje – da li svaki od aspekata duše poseduje izvesnu svest ili ne i kakvu vrstu svesnosti – uopšte postavljalo, ni kakav bi bio njihov odgovor. Interesantno je, takođe, da je u antičkim teorijama duha „glavni kandidat“ za specijalni nereducibilni status bio racionalni aspekt duše, valjda stoga što se po njemu čovek razlikuje najviše od životinje, dok su, kako ćemo kasnije videti, u savremenim teorijama duha to elementarni čulni fenomeni, *qualia*.

Na ovakvom horizontu grčke misli, pre svega Platonove i Aristotelove, uz judejsko-biblijske izvore, nastavljalo se viševjekovno sholastičko promišljanje problema duše i duha. Važnu sponu antičke i hrišćanske filozofije predstavljao je Aurelije Avgustin (sveti Avgustin) biskup iz Hipa u severnoj Africi iz 4/5. vek p.n.e. Pitanja u kojima je grčka misao bila veoma ambivalentna – da li je duša i kako povezna sa materijom i da li opstaje posle smrti – rešena su decidirano kod Avgustina tvrdnjom da je duša nematerijalna i besmrtna. To je stav koji kasnija hrišćanska teologija nikada nije dovodila u pitanje. Avgustin je kao sledbenik neoplatonističkog dualizma anticipirao Dekartov interakcionistički dualizam supstancija, čak sa sličnom argumentacijom (samosvest kao osnova sigurnosti u sopstvenu egzistenciju)³⁵. Kako je duša nosilac moralnih vrednosti i promenljiva, tj. može određenim spiritualnim praksama da se popravi i pročisti od greha, hrišćanski mislioci su se intenzivno bavili problemima savesti (*syneidesis*, *conscientia*). Kroz srednji vek se provlači i pitanje da li su i neracionalni delovi duše odvojivi i različiti od materije i besmrtni (dakle oni koje poseduju i životinje), ili je to slučaj samo sa racionalnim aspektom ljudske duše, koji se nesumnjivo sastoji od supstancije različite od materije. Imajući ovo u vidu, kasnije Dekartovo viđenje životinja kao mehaničkih automata lišenih duše, radikalniji je i

³⁵ Avgustinovi spisi (*Ispovesti*, *O slobodi volje*, *O trojstvu*), inače, otkrivaju osobu velikih introspektivnih sposobnosti, koja razmišlja takođe o problemima introspekcije (iako taj termin nije postojao do 17. veka) tj. kako duh posmatra samog sebe, zašto to ne čini sve vreme, da li se pri posmaranju podvaja u dva dela i sl. Njegovi spisi sadrže elemente jedne fenomenologije svesti, opise doživljaja vremena, volje i sopstva, problem kako možemo znati tuđa mentalna stanja (danas poznat kao *other minds problem*), te analizu čulnog opažanja u svetlu epistemološke rasprave o onome što će u novom veku biti poznato pod imenom primarnih i sekundarnih kvaliteta, a što je anticipacija savremenog problema epistemičkog statusa *qualia*. U ovom svetlu (čak i bez referiranja na više od 2000 godina stare azijske kontemplativne tradicije), tvrdnja K. Vilksa da su problemi svesti nesrećni izum sedamnaestovekovne evropske filozofije izgleda nam gotovo groteskno.

ekstravagantniji rez u odnosu na tradiciju od njegovog shvatanja misleće supstancije kao nematerijalne.

Grčka filozofija i hrišćanska teologija bile su snažne formativne sile novovekovnog zapadnog mišljenja o problemima duha, duše i svesti, koje predstavlja u pravom smislu začetak savremene filozofije duha. U 17. veku, upravo u vreme kada reč svest u savremenom psihološkom značenju počinje da ulazi u širu upotrebu, pojavio se u Evropi, međutim, i jedan novi epistemički modus – moderne eksperimentalne prirodne nauke, čiji je razvoj u naredna tri veka takođe uslovio nastanak i oblikovao savremenu filozofiju duha.

Dekart je ključna figura koja je svojim formulacijama usmerila dalji tok filozofskog promišljanja problema odnosa duha i tela, takođe filozof za koga se smatra da je prvi upotrebio reč *conscientia* u savremenom značenju svesti i oslobođenu njenog starijeg moralnog značenja (savest). Iako je istorija filozofije izabrala baš Dekarta kao tvorca novog pojma svesti, istina je da on u svom delu ni na jednom mestu ne definiše ovaj pojam, a termin *conscientia* zapravo koristi izuzetno retko, za razliku od termina *cogitatio*, koji je kod njega mnogo frekventniji. Ovim se bavi Boris Henig u knjizi „*Conscientia*“ kod Dekarta. Dekart pod mišljenjem (*cogitatio*) podrazumeva sve što se u nama dešava tako da smo toga svesni (*consciūs*), ukoliko o tome postoji u nama svest (*conscientia*). *Conscientia* dobija težinu u Dekartovom misaonom zdanju time što je definišuća odlika Dekartovog ključnog pojma *cogitatio* (vidi u Hennig, B., 2006).

Dekartovo odredjenje duha i tela kao dve nezavisne supstancije – misleće i rasprostrte (*res cogitans* i *res extensa*) – koje su u interakciji, predstavlja ključnu formulaciju modernog dualizma koja je, kako smo u prethodnom poglavlju videli, obeležila evropsku novovekovnu duhovnu istoriju. Radikalnu notu novoj formulaciji daje mehanicističko shvatanje životinje, ali i ljudskog tela, što potiče verovatno od Dekartove fascinacije usponom mehanike i fiziologije tog vremena (npr. otkriće refleksnog luka). Ljudsko telo potpuno pripada tom čisto materijalnom i mehaničkom domenu i tek je *post hoc* u interakciji sa dušom, *via* jedne male žlezde sa relativno centralnom pozicijom u mozgu, o čijoj funkciji u mentalnom životu ni sadašnja (a kamoli ondašnja!) fiziologija nema mnogo da kaže. Ovo rešenje je pogodovalo inauguraciji novog prirodnonaučnog pristupa, sada više ne samo u domenu nežive materije (fizika), već i domenu tela (biologija, medicina), ali je stvorilo trajno problem

kako objasniti interakciju dva potpuno različita domena (despiritualizovano telo i obestelovljeni duh). Drugo rešenje je bilo reći da dva domena i nisu u interakciji, poput Lajbnica, ali čak i ako bi nam se prestabilirana harmonija kao princip uređenja odnosa dva domena dopadala (a Lajbnicov dualizam je imao mnogo slabiji prijem u teorijama o duhu od Dekartovog), izgleda da ovo rešenje vodi u jednu atipičnu vrstu epifenomenalizma – shvatanja po kome svest nema nikakvu kauzalnu delotvornost u svetu.

U kakvom odnosu bi bili svest i duh u Dekartovoj filozofiji? Za Dekarta je izgleda svest, koju je shvatio kao vrstu svesnosti o sopstvenim mentalnim stanjima, suštinski sačinitelj svega mentalnog. Sama činjenica svesti je za Dekarta intuitivna samoočiglednost, kojom on u svom „Cogito ero sum“ okončava sumnju. Videli smo da kod Dekarta *conscientia* definiše *cogitatio*, a sama ostaje bez definicije. Da je pokušao da definiše sam pojam *conscientia*, verovatno bi definicija u krajnjem ishodu bila cirkularna. Nesvesna mentacija, koja je kasnije figurirala u okviru psihoanalize, Dekartu je verovatno bila nezamisliva. Dekartu se kao samoočigledna datost nameće zaključak da u duhu ne može biti ničega čega on nije svestan. Ideja transparentnosti duha je u osnovi zasnovana na nekoj vrsti implicitnog samoposmatranja³⁶, koje je Dekart očigledno primenjivao u svojim *Meditacijama o prvoj filozofiji*, te Huserl ne naziva slučajno Dekarta prvim fenomenologom.

Sličnu introspektivnu (iz ugla prvog lica) koncepciju duha zastupao je i Lok, empiričar, za razliku od racionaliste Dekarta. Za Loka, takođe, misliti znači biti svestan da mislimo, mentalno i svesno su nerazdvojni, a ideja da možemo misliti u odsustvu svesti mu izgleda sasvim nerazumna. U Lokovoj čuvenoj definiciji svesti (u kojoj koristi moderni termin *consciousness*) kao opažanja onoga što se dešava u čovekovom sopstvenom duhu (Lok, Dž., 1962, str.106), jasno je da je reč o modernom psihološkom pojmu svesti, bez primesa starijih moralnih konotacija koji je imao latinski pojam *conscientia*. To što se dešava u duhu jednog čoveka je privatno, drugi čovek ne može da opazi direktno da je on nečega svestan, već samo on sam. Interesantno je da, iako pripadaju različitim filozofskim tradicijama, Dekart i Lok pokazuju izvanrednu sličnost u osnovnom shvatanju svesti. Za razliku od Dekarta, Lok je bio nesklon metafizičkim

³⁶ Mislimo time – bez eksplicitno specifikovane metode samoposmatranja. Takvu vrsta spontanog samoposmatranja očigledno su vrlo često koristili engleski empiričari, ali ona je zapravo prećutno prisutna i mnogo šire u filozofiji.

temama, te se nije mnogo bavio problemom odnosa duha i tela, smatrajući da ljudski razum nije u stanju da ga reši. Bliža mu je bila empirijska studija sadržaja svesti, jer su konkretni sadržaji svesti po njemu dostupni introspektivnoj analizi. U tom smislu može se reći da je njegov rad preteča psihologije kao empirijske nauke. Mnogima od ranih psihologa bilo je blisko i Lokovo uverenje da su sve ideje (pod idejama, eng. *ideas*, engleski empiričari podrazumevaju sve sadržaje svesti, uključujući senzacije i opažaje) izvedene iz iskustva. Oni su, za razliku od Loka, koji je izvor ideja video u čulnim senzacijama i refleksiji (pod čime je podrazumevao operacije poput opažanja mišljenja, sumnje, verovanja, rezonovanja), zastupali često radikalniju verziju senzualizma, po kojoj su svi sadržaji svesti izvedeni iz elementarnih senzacija. Biljke po Loku nemaju elementarna iskustva – senzacije, pa ne možemo reći ni da imaju svest, dok životinje imaju senzacije, memoriju, pa i elementarni razum, ali, za razliku od čoveka, ne mogu da stvaraju opšte pojmove apstrakcijom. U tom smislu Lok, za razliku od Dekarta, smatra životinje svesnim bićima.

Izgleda da je Dekartu i Loku zajednička bila ideja o svesti kao refleksiji, svesnosti ili opažanja višeg reda, mada nije izvesno da je Lok u svojoj formulaciji da je svest opažanje onoga što se dešava u sopstvenom duhu imao u vidu isti nivo refleksije koji je Dekart imao u vidu u svom određenju refleksije, koje predstavlja najdirektniju anticipaciju savremenih metareprezentacionalnih shvatanja svesti: „Kad odrastao čovek nešto doživljava i istovremeno opaža da pre toga to nije doživljavao, ovaj drugi opažaj nazivam refleksijom i pripisujem ga samom intelektu, iako je on tako povezan sa senzacijom da se dešavaju istovremeno i izgledaju nerazdvojivo povezani jedan sa drugim.“ (iz Dekartovih pisama, citirano po Güzeldere, G., 1999, str. 12).

Novovekovna filozofija je dovela u fokus interesovanja problem razlikovanja tzv. primarnih i sekundarnih kvaliteta, tj. problem njihovog epistemološkog i ontološkog statusa, koji predstavlja istorijsku uvertiru za savremene *qualia* debate. Problem je postojao od ranije³⁷, a Lok je dao svoj doprinos diskusiji uvođenjem i definisanjem

³⁷ Već smo pomenuli Demokritovu anticipaciju ideje sekundarnih kvaliteta. U novom veku Galileo Galilej razlikovanje dve vrste kvaliteta koristi da bi eksplicitno suprotstavio svet materije (koji je predmet nauke) i unutrašnji svet osetljivih bića (koja to nije). On piše: „Mislim da ukusi, mirisi, boje i slično nisu više do imena, njihovo boravište je u telu sposobnom za osećaje; kada bi uklonili živa bića, koja ih osećaju, svi ovi kvaliteti bi nestali i bili poništeni.“ (citac po Kügler, P., 2002, str. 15).

Njutm u radovima iz optike govori o tome kako u svetlosnim zracima ne postoji ništa poput boje, oni samo nose u sebi neku vrstu sposobnosti da u čulnom organu izazovu doživljaj određene boje.

termina primarni i sekundarni kvaliteti. Primarni kvaliteti su po Loku odlike objekta koje su nezavisne od svakog posmatrača, kao što su čvrstina, ekstenzija, kretanje, broj i oblik. One postoje po sebi, mogu se sa sigurnošću odrediti i nisu zavisne od subjektivnih sudova. Sekundarni kvaliteti su odlike koje proizvode u posmatraču senzacije, kao što su boja, ukus, miris i zvuk i mogu se odrediti samo efektima koje imaju na posmatrača. Sekundarni kvaliteti su dakle esencijalno subjektivni.

Dejvid Hjum je napravio korak dalje od Loka u pravcu psihologije, smatrajući da filozofija treba da bude nauka o čoveku zasnovana na opservaciji i eksperimentu. Hjum je kasnijoj psihologiji ostavio u nasleđe zakone asocijacije, koji objašnjavaju kako materijal dobijen iz čula biva sintetisan i preoblikovan. Verovao je da i životinje poseduju misao i razum i slede zakone asocijacije poput ljudi. Zakonima asocijacije se, kako smo videli, intenzivno bavila kako rana introspektivna tako i bihejvioristička psihologija.

Hjum je empirizam doveo do krajnjih konsekvenci. Njegova „dekonstrukcija“ principa kauzaliteta zasnovana je u krajnjoj instanci na nekoj vrsti samoposmatranja. Pripisivanje kauzalnih relacija događajima počiva na *post hoc* suđenju, a ovo je psihološki uslovljeno moćima navike – s s obzirom na to da je u prošlosti događaj A sledio događaj B, mi očekujemo da će i u budućnosti to biti slučaj. Iz prirode uzroka ne možemo, međutim, zaključiti prirodu posledice, veza između uzroka i posledice je isustvena, kontingentna, a ne nužna. Ne samo objektivni kauzalitet, već ni materijalna, ni duhovna supstancija, ni bog, ni samostalno postojeće ja ili sopstvo nisu pošteđeni Hjumove konsekventne skepse. Ovim je u novovekovnoj misli radikalno podriven temelj svake metafizike i naravno teologije.

Tomas Hobs je bio jedan od prvih deklariranih materijalista i ateista u modernom smislu, koji negira postojanje bilo čega u svetu osim materijalnih tela, a mentalnu aktivnost svake vrste svodi na kretanje telesne i moždane materije.

Hobs takođe zastupa tezu da u stvarnosti ne postoji ništa što bismo mogli nazvati, na primer bojom, ona je pojava koju objekti izazivaju u mozgu.

Razlikovanje primarnih i sekundarnih kvaliteta kritikovao je u okviru empirističke filozofije na radikalnan način Džordž Berkli.

Najradikalniji među preddarvinovskim materijalistima bio je, verovatno, La Metri, francuski lekar i filozof. Saglasan sa Dekartovom idejom o životinji kao mašini, La Metri pravi korak dalje, te negira i čoveku postojanje duše, proglašavajući ga takođe za mašinu. Između čoveka i životinje ne postoji diskontinuitet, kada bi majmun naučio da govori, ne bi se mnogo razlikovao od čoveka – primećuje i pre Darvina La Metri. La Metri je bio svestan centralnog problema materijalizma – kako mašina može da bude svesna i da oseća – te je pokušao čak da na njega odgovori prilično neuverljivom *ad hoc* teorijom o iritabilnosti živog tkiva, tj. intrinzičkoj moći kretanja koja je ugrađena u svaki deo žive materije.

Materijalizam je u osamnaestovekovnih francuskih prosvetitelja, kao i u 19. veku kod Fojebaha, Marksa ili ruskih anarhista, bio tesno povezan sa ateizmom i nosio u sebi manje ili više naglašenu notu bunta protiv religioznih institucija koje legitimiraju postojeći socijalni poredak, te bio motor ideja promene, progressa ili čak revolucije.

Kantova kopernikanska revolucija u filozofiji se tiče odnosa subjekta i objekta. Hjumova radikalna skepsa ga je po njegovim sopstvenim rečima „probudila iz dogmatskog dremeža“, no za razliku od empiričara, Kant smatra da je iskustvo objekta oblikovano prirodom našeg uma, tj. apriornim kategorijama uma koje su nezavisne od iskustva; tako je spoznaja sveta uvek indirektna, strukture uma interpretiraju svako iskustvo i imaju aktivnu ulogu u oblikovanju iskustva, a ne obratno, kao kod empiričara. Stoga je ono što mi poznajemo svet fenomena, dok svet noumena (kakav je svet po sebi, *an sich*, nezavisno od čovekovog uma) leži van domašaja naše spoznaje.

Videli smo u prethodnom poglavlju da je Kant negirao mogućnost psihologije kao nauke o svesti, videći upravo svest kao jedini odgovarajući predmet psihologije, a ovaj, opet, kao principijelno rezistentan na merenje. Paradoksalno je da je upravo Kantovo shvatanje uma izvršilo veliki uticaj, najpre na devetnaestovekovnu psihologiju, a još više na kognitivnu psihologiju druge polovine dvadesetog veka, koja je pristupila istraživanju kognicije bez pozivanja na introspekciju, što Kantu nije bilo zamislivo. Savremena kognitivna psihologija tretira, naime, kogniciju sasvim u duhu Kantovog kritičkog prevladavanja empirizma i racionalizma. Istraživanja u kognitivnoj psihologiji pokazuju da je suštinska funkcija sveg mentalnog, počev od akta opažanja, u aplikaciji koncepta na senzorni input prilikom procesiranja informacija; za reprezentaciju su neophodni i pojam i senzorni input.

Put se posle Kanta račvao u dva suprotstavljena pravca, jedan je bio nemački idealizam, koji je gotovo bez ikakvog uticaja u kasnijem formiranju analitičke filozofije duha, dok je drugi, materijalizam, u ovome igrao značajnu ulogu, te ćemo mu posvetiti pažnju. Na misao devetnaestog veka, u smislu njenog zaokreta ka materijalizmu snažno su uticala zbivanja van same filozofije, pre svega Darwinov evolucionizam u biologiji. Darwinizam je bio impuls i ohrabrenje materijalistima, iako je ostavio mnoge probleme nerazrešenima. Darwinova teorija je otvorila dva problema emergencije³⁸ – šta je život i kako život nastaje iz nežive materije i šta je svest, te kako i u kom momentu evolucije prirodna selekcija vodi pojavi svesti kod životinja. Dok su u pogledu prvog pitanja materijalisti izišli uspešno iz sukoba sa vitalistima, u pogledu svesti je problem ostavljen zadugo po strani. Videli smo da je problem svesti možda čak kompleksniji od problema života, jer je teško zamisliti kako iz čisto materijalnih sistema može da nastane subjektivni aspekt svesti. Sam Darwin je bio sklon prilično vulgarnoj formi materijalizma, pitajući se, na primer, zašto bi misao kao moždana sekrecija (kao što je žuč izlučevina jetre) bila nešto posebno vredno divljenja u odnosu na gravitaciju kao odliku materije. Ovo mesto je Vilijem Džejms kritikovao kao promašenu analogiju, jer ništa od aktivnosti pojedinačnih organa ne podseća ni na najudaljeniji način na tok svesti koji bi pratio moždane materijalne sekrecije (James, W., 1899, str. 102–103). Savremenim filozofskim jezikom rečeno, nejasno je kako bilo kakva materijalna sekrecija može da poseduje fenomenalne i reprezentacione sadržaje.

Drugo značajno zbivanje u 19. veku koje je predstavljalo zaokret u pristupu duhu i svesti bilo je da se ovom predmetu pristupilo direktno, oruđima prirodnih nauka. Tako je nastala psihologija kao pretežno prirodna nauka o svesti, što je opisano u prethodnom poglavlju. Osnivači psihologije nisu bili decidirano ni materijalisti, ni idealisti, ni dualisti, izgleda da su prevashodno nastojali da psihologiju drže po strani od metafizičkih pitanja i posvete se proučavanju strukture i sadržaja svesti i njenog odnosa sa spoljašnjim materijalnim uslovima, kao i proučavanju korelacije svesnih događaja i nervnih procesa. Bilo je u psihologiji i disciplinama koje su na nju snažno uticale i onih koji su se deklarirali kao materijalisti, pomenimo ovde Frojda, Pavlova i većinu američkih bihejviorista. No, i oni koji su bili naklonjeni materijalizmu kao doktrini nisu do sredine dvadesetog veka zapravo mogli da ponude solidniju neurofiziološku

³⁸ Emergencija se u najopštijem smislu odnosi na način na koji u kompleksnim sistemima nastaju sasvim nove odlike.

empirijsku evidenciju kao potkrepljenje za svoje stavove. Pozivanje na mozak i moždane procese je bilo većinom deklarativno. Bihevioristi su pri tome mogli, svojim delimično antiteorijskim stavom, tretirajući O (organizam) u S-O-R istraživačkoj shemi kao „crnu kutiju“, a fokusirajući se na otkrivanje funkcionalnih zavisnosti S i R varijabli, da izbegnu spekulaciju o događanjima u nervnom sistemu i time se suoče sa činjenicom da o ovome ne poseduju skoro nikakvo empirijsko znanje. Pavlov je, međutim, iako po duhu i istraživačkom programu veoma blizak američkim bihevioristima, bio fiziolog, koji je, istražujući proces varenja, slučajno otkrio uslovni refleks i time prebacio svoja interesovanja na takozvanu „fiziologiju više nervne delatnosti“. U njegovim fiziološkim teorijama uslovljavanja je očigledno da svi teorijski fiziološki koncepti (pretpostavljeni centri ekscitacije i nervne veze u mozgu kojima je trebalo objasniti bihevioralne zakonitosti uslovljavanja) ne počivaju ni na kakvim fiziološkim činjenicama, već više predstavljaju *post hoc* prevođenje bihevioralnih činjenica na jezik fiziologije. Pavlovljeve fiziološke hipoteze bile su, drugim rečima, u to vreme neproverljive fiziološke spekulacije. Neurofiziološke tehnologije koje bi eventualno mogle da mere određene procese u mozgu tokom uslovljavanja u Pavlovljevo vreme nisu postojale čak ni na pomolu.

3.3. Novi materijalizam u savremenoj filozofiji duha

Materijalizam je u 20. veku, naročito od 50-ih godina u okviru filozofije duha, razvio konceptualni rafinman, profilisao se u čitav spektar podvarijanti i sigurno se etablirao kao većinska pozicija u ovoj disciplini. Dok su filozofi ranije bili naklonjeniji dualizmu, jer intuitivno izgleda plauzibilniji, situacija se, delom i pod uticajem burnog razvoja neuronauke, u drugoj polovini dvadesetog veka značajno promenila. Danas je za ovu grupu teorija uobičajeniji termin fizikalizam, jer se time zaobilazi činjenica da je fizika 20. veka dovela na različite načine koncept materije u pitanje.³⁹ Fizikalizam kao filozofska pozicija je forma ontološkog monizma, po kojoj sve što postoji može da se opiše fizičkim terminima. U svetu nema druge vrste stvari do fizičkih stvari, odnosno, u

³⁹ Neki filozofi koriste alternativno termine materijalizam i fizikalizam kao sinonime. To čini, na primer, hrvatski filozof Neven Sesardić u svojoj knjizi *Fizikalizam*, smatrajući da nije neophodno da definiše i razjasni pojam materije da bi zastupao materijalističku poziciju, samo zbog lingvističke činjenice da je naziv materijalizam izveden iz pojma materija (Sesardić, N., 1984).

krajnjoj liniji entiteta i zakonitosti o kojima govori fizika. Sve aspekte sveta moguće je objasniti fizičkim zakonima i ne postoje drugi kauzalni uzroci u svetu osim fizičkih. U tom smislu se i svi pojmovi koji se odnose na duh, svest i mentalna stanja odnose u krajnjoj liniji na određene fizičke odlike. U pozadini dvadesetovekovnog fizikalizma stoji Laplasova mehanicističko-deterministička slika sveta. Njegova klasična formulacija determinizma zasnovana je na principijelnoj predvidljivosti događaja na osnovu poznavanja svih sila u prirodi u datom trenutku i trenutnog položaja svih stvari u svemiru od strane nekog uma dovoljno moćnog da sve te podatke podvrgne analizi. Takav duh (kasnije nazivan često Laplasov sveznajući demon) bio bi u stanju da u jednoj formuli shvati kretanja svega i previdi sa savrešenom izvesnošću sva buduća stanja stvari. Fizikalizam, koji se specifično odnosi na mentalna stanja, tvrdio bi, takođe, da će jednom kada budemo imali sva znanja o moždanim procesima i stanjima, to biti dovoljno za posedovanje kompletnog znanja o mentalnim procesima i stanjima i za njihovu predikciju.⁴⁰

Termin fizikalizam javlja se već početka 20. veka i potiče od pripadnika Bečkog kruga logičkog pozitivizma Ota Nojrata, koji je pod fizikalizmom podrazumevao učenje da je jezik fizike univerzalni jezik nauke i da se, saglasno tome, svako znanje može svesti na tvrdnje o fizičkim objektima.

Pod uticajem Nojratovog fizikalizma Rudolf Karnap, takođe pripadnik Bečkog kruga, razvija učenje lingvističkog fizikalizma, koje je imalo izvesne sličnosti sa bihejviorizmom. Karnapova temeljna ideja je da transformiše metafizički problem odnosa duše i tela u naučni problem, tj. u problem filozofije jezika. U njenoj pozadini leži projekat konstituisanja univerzalnog jezika nauke koji treba da pokaže suštinsko jedinstvo nauka, projekta koji u sebi jasno nosi redukcionističku ideju. Karnap je zapravo najpre bio sklon fenomenalističkoj redukciji ne bi li se, pod uticajem Nojrata, u

⁴⁰ Poper umereno kritikuje Laplasovu tezu kao metafizičku i empirijski neutemeljenu. Njena suštinska slabost je zapravo u postuliranju neutelovljenog uma (demon). Kada bi utelovili Laplasovog demonu i učinili ga time delom fizičkog sveta, smatra Poper, takav fizikalni predviđač bi nužno bio u interakciji sa okolinom, kroz šta bi bar u izvesnoj meri uticalo na ono što predviđa. (Popper, K., 1950, str. 123). Nas Laplasov neograničeno inteligentni um, koji stoji negde van sveta o kome ima savršeno znanje podseća na „objektivno božje oko“, tj. ukazuje na ideju da u osnovi fizikalističkog determinizma stoji jedna metafizička ideja implicitna hrišćanskoj teologiji. Laplas bi, naravno, za razliku od ranih velikana prirodnih nauka iz 17. i 18. veka, koje smo u prethodnom poglavlju pomenuli, deciderano negirao bilo kakvu ideju boga u svom shvatanju univerzuma. Pitanje za nas ipak ostaje – nije li jedna takva teološka ideja „objektivnog“ posmatrača neophodna za konstituisanje i opravdanje determinističke i fizikalističke slike sveta.

članku „Fizikalistički jezik kao univerzalni jezik nauke“ iz 1931. u rekonstrukciji jezika nauke sasvim priklonio fizikalističkoj redukciji, jer je ovu smatrao pogodnijom, delom i zbog intersubjektivnog karaktera fizikalnog.⁴¹ Pošto u to vreme još nije bilo sasvim jasno gde psihologija pripada u Diltajevoj podeli na prirodne i duhovne nauke, Karnap uzima upravo psihologiju kao primer u svom projektu prevođenja. Svaka rečenica psihologije može se formulisati jezikom fizike ili, drugim rečima, sve psihološke rečenice opisuju fizička zbivanja, tj. fizičko ponašanje čoveka i drugih životinja (Karnap, R., 1932/33, str. 107). Karnapova briga je pre svega usmerena na jezik i on ostaje krajnje uzdržan u pogledu metafizičkih pitanja. Shvatanje fizikalizma kod Nojrata i Karnapa nije počivalo na metafizičkim tvrdnjama, niti je podrazumevalo eliminativnu redukciju fenomena intencionalnosti, već pre njegovu integraciju u diskurs empirijskih nauka.

Filozofski (ponekad nazivan i analitički ili logički) bihejviorizam Gilberta Rajla, motivisan je filozofskim pobijanjem dualističke pozicije, za razliku od psihološkog bihejviorizma kod koga su primarni motivi bili metodološki. Rajl kao svog centralnog oponenta vidi kartezijansku doktrinu „duha u mašini“ (*the Ghost in the Machine*), čije su ontološke i epistemološke pretpostavke zadugo važile kao dogme. Ona počiva po Rajlu na fundamentalnoj kategorijalnoj grešci koja nastaje kad se o duhu i materiji govori kao da su termini istog logičkog tipa. Psihološki iskazi ovde su zapravo pogrešno protumačeni, kao da se odnose na realna, konkretna stanja koja postoje u okviru nekog nefizičkog medijuma ili bar nekog specijalnog unutrašnjeg sveta koji je moguće izolovati od fizičkih procesa. Ispravljanje logičke geografije mentalističkih termina, a ne zastupanje neke nove ili stare metafizičke pozicije je Rajlov cilj. Psihološki iskazi u stvari ne opisuju ni nefizička ni fizička stanja, a idealizam i materijalizam su odgovori

⁴¹ Redukcionizam je filozofska pozicija po kojoj će dugoročno gledano biti moguće uspostaviti jedinstvo nauka, tako što će teorije svih nauka biti svedene na zajedničku osnovu, odnosno pojave koje proučavaju različite nauke biti reduktivno objašnjene. Reduktivna objašnjenja nastoje da pojave i zakone jedne nauke objasne činjenicama i zakonima druge nauke, koja je u odnosu na prvu fundamentalnija. Kod reduktivnih objašnjenja se, dakle, *explanandum* i *explanans* ne nalaze u istom naučnom domenu. Fenomenalistička i, daleko uobičajenija, fizikalistička redukcija imaju potpuno drugačiju osnovu redukcije. Fenomenalizam smatra da je sve smislaone iskaze moguće redukovati na iskaze o sopstvenom iskustvu, bilo to spoljašnje čulno ili unutrašnje introspektivno iskustvo, odnosno, da svi pojmovi koji se odnose na fizički spoljašnji svet imaju u svojoj osnovi izvesna mentalna stanja i preduslove. Fizikalistička redukcija nastoji da sve iskaze redukuje na iskaze o fizičkim stanjima i događajima koji su intersubjektivno dostupni. Svako znanje se more dovesti u vezu sa tvrdnjama o fizičkim objektima, te u fizikalističkom jeziku, u krajnjoj liniji, mentalni termini više neće figurirati.

na neadekvatna pitanja. Psihološki izrazi odnose se na ponašanje ili dispozicije za određene vrste ponašanja. Ako mentalne pojmove shvatimo kao dispozicione pojmove, nije nam više potrebna ideja da, pored fizičkog sveta, postoji neka unutrašnja pozornica u kojoj figuriraju zamišljeni mentalni događaji i mentalna stanja. Mentalni procesi i operacije su samo (isto što i) inteligentni, kognitivni ili voljni akti (učenje, prisećanje, zamišljanje, htenje); ne manifestacija nekih skrivenih mentalnih procesa, već sami ti procesi. Pogrešna je, na primer, ideja da je volja skriveni mentalni proces koji biva kroz telesnu akciju transformisan u fizički akt. Dispozicija hteti nešto je objašnjena ponašanjima koja su uključena u htenje. Postoje opservabilni kriterijumi na osnovu kojih upotrebljavamo ili korigujemo mentalne termine. Ne postoji skriveni entitet koji nazivamo duhom iza onoga što zovemo telom. Duh se sastoji od raznih sposobnosti i dispozicija koje objašnjavaju ponašanja. Kada o njima govorimo kao da su mentalni događaji, pravimo kategorijalnu grešku (Ryle, G., 1949, str. 11–24).

Rajlovo shvatanje mentalnih pojmova kao dispozicionih hvata neke vidove mentalnog života (inteligencija, volicija, crte ličnosti) uspešnije od drugih (trenutna stanja, neposredno iskustvo, svest, naknadne slike, bol i razni drugi oseti, sve ono za šta će kasnije biti skovan tehnički termin *qualia*). Rajl je pronašao vešt i domišljat način govora za neke kognitivne i volitivne akte, ali time nije uspeo da na uverljiv način ukine postojanje subjektivnih činjenica iskustva, za koje je većini i dalje izgledalo da se odnose na neki privatni, unutrašnji svet. Prihvatanje postojanja jednog takvog sveta nije, međutim, u narednim decenijama nužno značilo i pristajanje na dualističku poziciju.

Krajem pedesetih i šezdesetih godina dvadesetog veka pojavio se takozvani novi materijalizam, najčešće poznat kao teorija identiteta ili teze o psiho-fizičkom identitetu, čiji predstavnici su Alin Plejs, Džon Smart, Herbert Fajgl, Dejvid Armstrong i Dejvid Luis.⁴² Za razliku od lingvističke, te bihejviorističke kritike dualizma Karnapa i Rajla, predstavnici teze o psiho-fizičkom identitetu zastupaju jednu eksplicitno realističku, fizikalističku metafiziku. Mentalistički termini su za njih legitimni i predstavljaju nešto više od dispozicionih pojmova, tj. pukih tendencija ka određenim vrstama ponašanja.

⁴² Preteču teze o identitetu mentalnih i fizičkih događaja moguće je naći u psihologu Edvinu Boringu, autoru decenijama čuvene *Eksperimentalne psihologije*. U knjizi *Fizičke dimenzije svesti* iz 1933. on iznosi ideju da je duh-telo korelacija takva da zahteva identifikaciju. Perfektna korelacija je isto što i identitet, tj. dva događaja koja se uvek zajedno dešavaju u isto vreme i na istom mestu, bez temporalne i spacijalne diferencijacije moramo shvatiti ne kao dva događaja već kao jedan.

Ovi termini se odnose na realno postojeća mentalna stanja, koja mogu biti i kauzalno delotvorna. Osobnost novog materijalizma je u njegovoj provokativno formulisanom tvrdnji da su dve grupe stanja, događaja i procesa *de facto* identične – mentalna stanja su fizička stanja. Pojava teze o psiho-fizičkom identitetu u filozofiji ne koincidira slučajno sa pojavom nove paradigme u psihologiji – kognitivne psihologije, kao ni sa početkom burnog razvoja neurofiziologije kao nauke. Izgleda da svaki trenutak u razvoju nauke ima svoju filozofiju. Novi materijalisti nemaju, kao ni predstavnici kognitivne psihologije, više potrebu da filozofski opravdavaju odbacivanje mentalističkih termina. Dok je bihejvioristički fizikalizam pokušao da iziđe na kraj sa mentalnim domenom njegovim svođenjem na ponašanje, koje je u krajnjoj liniji zamislivo kao nešto fizičko, teoretičari identiteta redukuju mentalne procese na moždane procese. I sam bihejviorizam smatraju grubom formom materijalizma, koja ukida unutrašnju pozornicu (Armstrong, D., 2004, str. 36). Teza identiteta generalno tvrdi da pored fizičkih stanja, procesa i događaja ne postoji neka posebna klasa mentalnih stanja, događaja i procesa, te da fizičke teorije i zakoni opisuju adekvatno ne samo ponašanje već i celokupni mentalni život. Pošto su mentalni i fizički procesi identični, njihove kauzalne interakcije postaju veoma lako objašnjive, što je na prvi pogled privlačno, jer je objašnjenje kauzalnih interakcija upravo neuralgična tačka svakog dualizma. Teza identiteta nalazi formulu koja je prihvatljiva, sa jedne strane naivno zdravorazumskom, realističkom verovanju u kauzalnu delotvornost mentalnih stanja, sa druge strane, uverenju o kauzalnoj zatvorenosti fizičkog sveta, na kome počivaju prirodne nauke. Ona tvrdi da se ovde zapravo radi o tome da su jedna fizička stanja u interakciji sa drugim fizičkim stanjima. Rešenje izgleda elegantno i jednostavno, sem ako nije suviše jednostavno! Pitanje koje je nužno usledilo je – šta zapravo znači identitet dve, pojavno i dalje tako različite stvari, kao što su duh i mozak. Osim toga, mentalistički jezik je u toj meri prožet dualističkim pretpostavkama da se moramo zapitati kakvo značenje ima fizikalistička interpretacija iskaza koji sadrži mentalni termin. Kakav je logički status identiteta koji postulira teorija i da li je on samo kontingentno istinit ili mora biti nužno istinit?

Teoretičarima identiteta je ispočetka u prvom redu bilo bitno da pokažu da njihova teza, koja je u izvesnom smislu nova i radikalna formulacija materijalizma, predstavlja razumnu naučnu hipotezu, koja može biti logički ispravna, tj. kao što nije nužno istinita, nije ni nužno lažna.

Plejs u svom članku „Da li je svest moždani proces?“ iz 1956. (Plejs, A.T., 2004) polazi od logike slične Boringovoj, smatrajući da, ukoliko je moguće introspektivna posmatranja objasniti pozivanjem na moždane procese sa kojima su u korelaciji, onda je moguće poistovetiti dve grupe procesa. Plejs primećuje da se iskazi o mentalnim slikama i osetima ne mogu svesti na iskaze o moždanim procesima; oseti se mogu opisati i bez ikakvog znanja o moždanim procesima, a dve vrste iskaza se, takođe, proveravaju na različite načine. Ovo ipak nije po njemu razlog za odbacivanje teze o identitetu iz logičkih razloga. Odbacivanje je posledica nerazlikovanja „je“ definicije (gde je reč o nužnim iskazima) i „je“ kompozicije u iskazima poput „Svest je određeni moždani proces“ (gde se radi o kontingentnim iskazima, koji se moraju proveravati posmatranjem). Kod univerzalnih kontingentnih iskaza obično važi da se pojmovi koji su logički nezavisni odnose na ontološki nezavisne entitete, ali postoje i izuzeci. Svest i moždani procesi su tako logički nezavisni, ali se na osnovu toga ne može tvrditi njihova ontološka nezavisnost. Plejs se poziva na slične primere iz nauke kao što su „Oblak je raspršena masa čestica“ ili „Munja je kretanje električnih naboja“. Introspektivno ispitivanje principijelno ne može otkriti nervni impuls, jer su za ovo potrebne posebne procedure posmatranja, isto kao što je slučaj i sa munjom i kretanjem električnih naboja. Tek sistematska korelacija dva skupa posmatranja i to u sklopu korpusa naučne teorije navodi nas u ovim slučajevima da tvrdimo da su dva događaja identična, u smislu kompozicije, sačinjena od iste stvari.

Na sličan način razmišljaju Fajgl u članku „Mentalno i fizičko“ iz 1958. i Smart u članku „Oseti i moždani procesi“ iz 1959. Oba autora ukazuju na to da izrazi koji ne moraju imati isto značenje mogu referirati na istu stvar. Kao što izrazi zornjača i večernjača nemaju sasvim isto značenje, ali se odnose na isti objekat, na Veneru, tako i senzacije i moždani procesi nisu dve stvari nego jedna.

Smart smatra da se u slučaju oseta i moždanih procesa ne radi samo o odnosu prostornog i vremenskog kontinuiteta, već da ovde moramo da govorimo o identitetu u strogom smislu reči. U protivnom, kada kažemo da su oseti povezani sa moždanim procesima, onda to implicira da su oni nešto „povrh i iznad“ moždanih procesa, jer nešto ne može biti povezano samo sa sobom. Tezom o identitetu ne tvrdi se da iskaz o osetu i iskaz o moždanom procesu imaju istu logiku i značenje, već da iskazom o osetu, ukoliko govorimo o nečemu, onda je ono o čemu govorimo moždani proces.

Smart ne vidi zašto bi jedino oseti bili izostavljeni iz fizikalističke slike sveta, kao neka vrsta „nomoloških privezaka“ (*nomological danglers*) za koje je krajnje nejasno za kakve bi zakone bili „privezani“. On ovde koristi Fajglov termin, tako da se odnosi na „privezane“ entitete, a ne zakone za koje se privezuju entitete kao kod Fajgla. Smartov *credo* sastoji se u tome da je najjednostavnije pretpostaviti da su oseti ništa drugo i ništa povrhu moždanih procesa i nastoji da pokaže da ova teza, ukoliko ništa drugo, poseduje sasvim dovoljno uverljivosti (Smart, Dž. Dž., 2004, str. 17–20).

U članku „Priroda duha“⁴³ Dejvid Armstrong smisao identiteta objašnjava razlikovanjem sopstvenog shvatanja pojma dispozicije od bihejviorističkog. Bihejviorizam je pokušao da iziđe na kraj sa činjenicom da mentalni procesi ne moraju da se manifestuju u ponašanju uvođenjem dispozicija, u smislu tendencija ili sklonosti koje ne moraju biti manifestne.

Kod Rajla, međutim, posedovanje dispozicionalnog svojstva ne znači nalaziti se u nekom posebnom stanju ili pretrpeti neku posebnu promenu, već samo sklonost da se u određenim okolnostima manifestuje određeno ponašanje. Za Armstronga je dispozicija identična sa aktuelnim fizičkim stanjem nekog objekta, koje je razičito od manifestacije, i koje je zapravo uzrok ili kauzalni faktor, koji pod odgovarajućim okolnostima dovodi do određene manifestacije (na primer ponašanja). Ovakvo shvatanje dispozicija je sličnije shvatanju dispozicija u prirodnim naukama.⁴⁴ Bihejviorističko objašnjenje mentalnih procesa Armstrong smatra nedovoljnim i veoma neprirodnim. Kada naime mislim, a pri tome ništa ne činim, znam da se nešto stvarno odigrava u meni. Bihejvioristi su u pravu kada smatraju da su duh i mentalna stanja logički povezani sa ponašanjem, ali tako, smatra Armstrong, što su mentalna stanja uzrok ponašanja. A intrinzička priroda ovog uzroka je u fizičkim stanjima nervnog sistema (Armstrong, D., 2004, str 35–40).

Pored rehabilitacije pojma mentalnog stanja i njegove interpretacije u skladu sa tezom identiteta, Armstrong u ovom članku iznosi i osnov za kasnije metareprezentacionalne

⁴³ Primitimo da je pomeranje težišta sa logičke na ontološku problematiku primetno već u naslovima ključnih radova od Rajlovog „Pojam duha“ (*The Concept of Mind*) ka Armstrongovom „Priroda duha“ (*The Nature of Mind*)

⁴⁴ Armstrong daje primer lomljivosti kao dispozicije stakla. Fizika će nastojati da otkrije u čemu je intrinzička priroda ove dispozicije i možda doći do zaključka da je određeni raspored molekula stakla to što ga čini podložnim lomljenju. To stanje stakla će onda biti identifikovano sa lomljivošću.

teorije svesti. Biti svestan iz perspektive prvog lica, primećuje Armstrong, mnogo je više od činjenice da se u nama nešto odigrava što je prikladno da izazove određene vrste ponašanja. Svoju tezu Armstrong ilustruje klasičnim primerom automatske vožnje na dugim relacijama. Jedan nivo opažajnih i mentalnih procesa postoji i u ovom stanju. Pa ipak, iz unutrašnje perspektive znamo, da se vozač može u jednom momentu prenuti i shvatiti da je veći deo puta vozio bez svesti o tome šta je radio, ili čak da je u bilo kom smislu bio nečega svestan. Šta je dakle to što mu je, momenat ranije, u stanju automatizma nedostajalo? Bihejviorističko objašnjenje mentalnih procesa može biti dovoljno da objasni automatsku vožnju ili opažanje i selektivno ponašanje kod životinja, ali mu potpuno nedostaje odgovor na prethodno pitanje. Armstrongov odgovor je: „svest u smislu opažanja ili saznavanja nekog stanja našeg sopstvenog duha“ (Armstrong, D., 2004, str. 43). To je svest ili iskustvo u Lokovom ili Kanatovom smislu, svest kao nešto slično opažanju. Kant je govorio o unutrašnjem čulu kojim svako može da posmatra sopstvenu svest i da opaža ono što se u njoj zbiva. Ukoliko shvatimo svest kao unutrašnje opažanje, onda je možemo objasniti na isti način na koji to činimo sa čulnim opažanjem; jedno unutrašnje stanje upravljeno je na drugo unutrašnje stanje, a ne prema okolini. Svest o sopstvenim mislima i emocijama nam omogućava selektivno ponašanje prema sopstvenim stanjima duha, sposobnost da se diskriminativno odnosimo prema njima. Ovo „unutrašnje oko“ može biti zaklopljeno kao u slučaju automatske vožnje.

Ova vrsta logičke analize svesti ne isključuje po Armstrongu fizikalističko objašnjenje. Fizikalizam je i dalje plauzibilna opcija, ukoliko unutrašnja stanja o kojima je reč⁴⁵ identifikujemo sa fizičkim stanjima nervnog sistema. U tom smislu, možemo reći da je svest „osmatranje jednog dela našeg centralnog nervnog sistema od strane njegovog drugog dela. Svest je samoosmatrajući mehanizam u centralnom nervnom sistemu.“ (Armstrong, D., 2004, str. 44)

Armstrong je ovim preteča jedne, kako u filozofiji duha, tako i u kognitivnoj psihologiji i u neuronauci do danas veoma popularne sprege fizikalizma i reprezentacionalizma. Klasična kognitivna psihologija, na primer, počiva na pojmu mentalne reprezentacije i matematički, prirodnonaučno primenjenom pojmu informacije. Pri tome ona pokušava da zaobiđe tradicionalne epistemološke probleme (šta reprezentuju reprezentacije,

⁴⁵ Ovde možemo reći u nešto kasnijoj formulaciji: reprezentaciona ili metarepresentaciona stanja.

odlike spojašnjeg ili unutrašnjeg sveta, postoje li *a priori* i nezavisno od subjekta date odlike sveta koje kognitivni sistem ekstrahuje i rekonstruiše kroz proces reprezentacije, pitanje ispravnosti, tj. adekvatnosti mentalnih reprezentacija), te antinomije metafizičkog realizma, sa jedne, i idealizma i subjektivizma, sa druge strane, priklanjajući se jednom više naturalističkom i empirijskom shvatanju reprezentacije.⁴⁶ No, iako se kognitivna psihologija ne bavi eksplicitno metafizičkim razmatranjima, ona ipak implicitno shvata duh u kontekstu jedne, doduše, kompleksne i sofisticirane varijante realizma, kao „ogledalo prirode“ (Rortijev izraz) i takođe, kao deo fizičkog sveta. U tom smislu je opšta pretpostavka poput Armstrongove o logičkoj opravdanosti pretpostavke o identitetu unutrašnjih reprezentacionih stanja i stanja nervnog sistema sasvim dovoljna radna hipoteza za potrebe kognitivne psihologije.⁴⁷

Mogućnost da zamislimo da je nosilac reprezentacionih sadržaja mozak (što je u skorije vreme uslovalo pojavu neurobioloških realističkih modela reprezentacije), kao i povezivanje koje pojam reprezentacije omogućava sa veštačkom inteligencijom (s obzirom na to da reprezentaciona stanja ne poseduju samo biološki već i veštački sistemi), čini shvatljivom heurističku vrednost i shodno tome popularnost pojma reprezentacije u nauci.

Kasnije reprezentacionalističke teorije u filozofiji duha (bilo jednostavne ili teorije drugog reda, tj. metarepresentacionalističke) često zastupaju materijalistički i naturalistički orijentisani filozofi, iako reprezentacionalizam ne stoji ni u kakvoj nužnoj vezi sa materijalizmom i redukcionizmom. Reprezentacionalne teorije duha počivaju na jednog dugoj tradiciji u filozofiji koju možemo pratiti od Aristotela, preko Dekarta, Loka, Kanta, Brentana, Džejmsa, da pomenemo samo neke ključne orijentire. Intuicija je u osnovi da duh u sebi reprezentuje različite aspekte stvarnosti, čime se instalira jedan unutrašnji prostor, za koji je tipična metafora unutrašnja pozornica (ili, recimo, unutrašnja sudnica u slučaju savesti!) na kojoj reprezentacije imaju sopstvenu unutrašnju dinamiku nezavisno od onoga što je reprezentovano.

⁴⁶ Sam koncept mentalne reprezentacije je moguće koristiti u slabom i jakom smislu. U slabom smislu je to veoma raširen i prihvatljiv koncept koji se odnosi naprosto na činjenicu da je kognicija uvek o nečemu, da joj je inherentna intencionalnost i da, na neki način, reprezentuje različite aspekte sveta, kao što mapa predstavlja izvesnu teritoriju. U užem i jačem smislu, pojam reprezentacije podrazumeva pristajanje uz određene epistemološke i ontološke stavove.

⁴⁷ I u okviru kognitivne nauke postoje sumnje u valjnost opisa kognicije u reprezentacionalnim terminima (vidi fusnotu 8 u drugom poglavlju)

Logika savremenih materijalistički orijentisanih reprezentacionalista je da svesne fenomene objasne (i time svedu) na već postojeće reprezentacione termine, tj. da fenomenalne sadržaje svesti interpretiraju kao intencionalne, odnosno reprezentacione sadržaje. Ukoliko doživljajni kvaliteti nisu vrsta za sebe, kako oni tvrde, već reprezentacioni sadržaji, tj. produkt procesa reprezentacije nekih odlika spoljašnjeg sveta ili unutrašnjih telesnih stanja, a reprezentaciona stanja fizička stanja nervnog sistema, onda subjektivni doživljajni kvaliteti (kasnije *qualia*) ne predstavljaju nikakav problem za materijalističku ontologiju. Ovakva shvatanja zastupaju na primer Fred Drecke i Majkl Taj. Opisivanje fenomenalnih sadržaja kao reprezentacionih, te teza da se priroda svesnih stanja i kvalitativnih odlika iscrpljuje time što reprezentuju svet, motivisani su ontološkom ekonomičnošću. Videćemo kasnije da je ova teza kritikovana, sa jedne strane pokušajem da se pronađu čisto čulni fenomenalni sadržaji koji ništa ne reprezentuju, sa druge strane pokazivanjem da i u velikom broju reprezentacionih stanja postoji jedan intrinzički doživljajni aspekt koji sam po sebi nije reprezentacioni.

Osnovni koncept metareprezentacionalnih teorija (*higher order theories*) su reprezentacije drugog i višeg reda. Ove teorije generalno opisuju fenomenalne sadržaje kao reprezentacije drugog reda – jedno mentalno stanje postaje svesno stanje time što neko drugo stanje višeg reda biva na njega usmereno.⁴⁸ To drugo stanje može se na dva načina interpretirati – kao opažanje ili mišljenje. Gore opisano Armstrongovo shvatanje svesti spada u teorije opažanja višeg reda – svest je naime opažanje onoga što se dešava u nama, u duhu Lokove definicije. Opažajni model procesa introspekcije je tradicionalno bio preferiran jer je intuitivno plauzibilan, tj. odgovara načinu na koji u svakodnevnom govoru opisujemo ovu vrstu doživljaja. No, kada ga ispitamo izbliza, ubrzo postaje jasno da se ovde radi samo o metafori opažanja i unutrašnjeg čula, jer je nemoguće pokazati o kakvom opažajnom procesu i modalitetu bi se ovde radilo, još manje je moguće naći bilo šta što bi bilo nalik nekom čulnom organu, koji bi bio medijum ovakve vrste opažanja. Druga vrsta teorija (poput teorije Dejvida Rozentala) nastoji da ovaj problem izbegne uvodeći u igru misli, odnosno kognicije drugog reda.

⁴⁸ Ovo je ujedno i najslabija tačka metareprezentacionalnih teorija. Nije, naime, *prima facie* ni najmanje jasno zašto bi jedno stanje automatski postalo svesno time što jedno drugo stanje višeg reda biva na njega usmereno, niti to biva na uverljiv način objašnjeno. Zašto bi upravo stanje drugog reda činilo da stanje prvog reda postane svesno, a ne neko drugo zamislivo metastanje n-tog reda, neko stanje koje mu prethodi.

Rozental tako tvrdi da neko moje mentalno stanje postaje svesno kada postane sadržajem odgovarajuće vrste misli drugog reda, koje utvrđuju da se sada upravo nalazim u toj određenoj vrsti stanja. Za ovu formu metareprezentacije neophodno je pojmovno mišljenje koje hvata i apstraktne, a ne samo konkretne odlike stanja prvog reda. Ukoliko je fenomenalno doživljavanje produkt kognicije drugog reda, tj. pojmovna forma metareprezentacije, ovakva teorija mora tvrditi da životinje nemaju svesno doživljavanje, što je u najmanju ruku kontraintuitivno. Dalji problem je u tome što misli drugog reda, koje čine sadržaje mentalnih stanja svesnim, same ostaju neprozirne. Tek misli trećeg reda mogu učiniti misli drugog reda transparentnim, tj. dostupnim svesti. Praćenje ovakvog lanca metareprezentovanja (ko je mislilac misli višeg reda...) vodi u *regressio ad infinitum*.

Na ovom mestu bilo nam je stalo samo da pokažemo kako se u najopštijim crtama reprezentacionalističko poimanje duha odnosi prema savremenom materijalizmu. Nezavisno od ovoga, reprezentacionalna i metareprezentacionalna shvatanja duha i svesti imaju široku upotrebu u psihoterapiji kao heuristička oruđa, jer nam omogućavaju da opišemo razne vrste mentalnih i svesnih sadržaja, klase apstraktnih ili konkretnih intencionalnih predmeta, različite formate (npr. jezički, slikovni itd.), te npr. prelaz od nesvesnih ka svesnim mentalnim reprezentacijama i promenu njihovih kauzalnih odlika, koju ova nova dostupnost racionalnoj kontroli omogućava. Ovom pitanju ćemo se vratiti u sledećem poglavlju, koje se bavi tretmanom problema svesti u psihoterapiji kao disciplini. Na pojam reprezentacije vratićemo se takođe u 8. odeljku ovog poglavlja, jer je ključan za razumevanje samosvesti, introspektivne svesti i problema perspektive prvog lica, što će biti predmet ovog odeljka.

Eliminativni materijalizam je ekstremna i uprkos ekstravaganciji (ili baš zbog nje) popularna varijanta materijalizma koju danas u najčistijoj varijanti zastupaju Pol i Patriša Čerčland, Danijel Denet i Džordž Rej. Kao preteče se pominju obično Ričard Rorti i Paul Fajerabend. Reduktivni fizikalizam teorije identiteta je samo donekle kompatibilan sa eliminativizmom,⁴⁹ ali se od njega i veoma razlikuje, pre svega svojom

⁴⁹ Ukoliko su mentalna stanja identična sa fizičkim, može se u sledećem koraku eventualno reći i da mentalna stanja zapravo ne postoje. Eliminativizam se delom pojavio kao reakcija na teškoće sa kojima se susrela teza identitea u pokušaju objašnjenja odnosa mentalnog i fizičkog. Iako se dva sistema opisa (mentalistički i fizikalistički) odnose na isti aspekt stvarnosti, još uvek ostaje pitanje zašto postoje uopšte dva sistema opisa i sumnja da je to pokazatelj da se možda ipak radi o donekle različitim fenomenima. Za eliminativiste ovaj problem naprosto ne postoji – odnos mentalnog i fizičkog je odnos nepostojećeg i

blagonaklonošću prema zdravorazumsko realističkom shvatanju mentalnih stanja. Eliminativni materijalizam, nasuprot tome tvrdi da je naše zdravorazumsko razumevanje duha, mentalnih stanja i svesti (tj. ono što se danas obično naziva folk psihologijom) pogrešno, štaviše, da čitave klase mentalnih stanja za koje većina ljudi veruje da postoje, uopšte i ne postoji.⁵⁰ Njihovo nepostojanje eliminativisti izvide iz njihove neprecizne definicije, te stoga nemogućnosti neuronauke da pronade njihovu koherentnu neuralnu osnovu. Oni će vremenom izaći iz upotrebe, kao što se u nauci to već desilo sa pojmovima duša, flogiston ili etar, na primer. Naša pojmovna shema je istorijski plastična, a savremeni problemi duha rezultat su toga da smo još uvek uhvaćeni u zbunjujući kartezijanski način govora. Valjanost psiholoških koncepata zapravo možemo procenjivati po tome u kojoj meri su reducibilni na neurobiološki nivo.⁵¹ Čerčlandovi su pre svega eliminativisti u pogledu propozicionalnih stavova (verovanja, želje...)⁵², a Denet u pogledu *qualia*.

Ukoliko svest, čulni utisci, mentalna stanja poput želja, uverenja, namera zapravo ne postoje, pred eliminativistima stoji pitanje: o čemu onda govorimo kada govorimo o tome, na šta se odnosi naša introspekcija. Pol Čerčland bi odgovorio da je introspekcija naprosto direktno posmatranje moždanih stanja (Churchland, P., 1985).⁵³

postojećeg. Mentalistički sistem opisa je samo zastareli i zbunjujući način govora o fizičkim stanjima, koji će razvojem neuronauke otpasti.

⁵⁰ Pol Čerčland polazi od toga da je folk psihologija prednaučna implicitna teorija, čija valjanost se može porediti u pogledu eksplanatornih i prediktivnih moći sa savremenim naučnim teorijama. Pošto se u tom poređenju folk psihologija pokazuje kao inferiorna, treba je zameniti neurološkim objašnjenjima. O ovome postoje različita mišljenja. Fodor, na primer, takođe smatra da folk psihologija jeste teorija, ali po njemu, uspešna teorija. Nama se čini da bi folk psihologija teško mogla da zadovolji minimalne preduslove da bi mogla da se smatra koherentnom teorijom.

⁵¹ U ekstremnoj formulaciji ovog neurobiološkog imperijalizma, mogli bi reći da su psihološki koncepti koji izgledaju nereducibilno izlišni, jer se ne odnose ni na šta postojeće, a oni koji su reducibilni, biće zamenjeni preciznijim neurobiološkim određenjima te stoga, takođe, postati izlišni.

⁵² Propozicionalni stavovi su mentalna stanja koja osobu dovode u relaciju sa nekom propozicijom. Osoba može prema propoziciji imati različite stavove – verovanje, želja, nada itd. Obično se smatra se da su propozicionalni stavovi najjednostavnije komponente misli.

⁵³ Ukoliko pođemo od toga da su moždana stanja jedino što stvarno postoji, onda se introspekcija, naravno, može odnositi samo na moždana stanja. Princip kauzalne zatvorenosti fizičkog sveta takođe nije ničim ni najmanje ugrožen, jer osnovna premisa eliminativizma tvrdi da ništa van fizičkog sveta i ne postoji. Eliminativizam je u sleđenju principa štedljivosti toliko jednostavan da njegov jedini problem izgleda da je u tome, što je svaki problem već od početka uklonjen. U ekstremnim formulacijama, eliminativističke teze su tako jake i neoborive, jer sadrže cirkularnost i *petitio principii*.

Eliminativizam kao opcija ukida potrebu za redukcijom, jer je *explanandum*, koji bi fizikalisti hteli da reduktivno objasne, ovde već eliminisan iz fizikalističke slike sveta. Vratimo se sada na momenat reduktivnom fizikalizmu i njegovoj sudbini u filozofiji duha. Redukcionizam generalno sledi logiku pojednostavljenja i povezivanja različitih naučnih disciplina, pokušavajući da pronađe premošćujuće zakone kojima se entiteti o kojima govori jedna teorija mogu poistovetiti sa entitetima druge teorije. Njegov krajnji ideal je jedinstvo nauke i znanja.⁵⁴ Van ovog redukcionističkog konteksta fizikalizam u psihologiji i filozofiji ne izgleda naročito zanimljivo i inspirativno.

Klasična Fodorova kritika redukcionizma i ideje jedinstva nauke sa funkcionalističkog stanovišta iz 1974. (Fodor, J., 2004) postala je u narednim decenijama gotovo opšte prihvaćeno mesto u filozofiji duha i psihologiji. Fodor smatra da je teza o opštosti fizike (koja tvrdi da su svi predikati specijalnih nauka ujedno i predikati fizike, ali ne i *vice versa*) različita od teze o jedinstvu nauka. Ova druga teza je mnogo jača i manje plauzibilna. Možemo zastupati tezu da su svi događaji kojima se bave nauke fizički događaji i istovremeno braniti autonomiju specijalnih nauka u odnosu na fiziku. Njihova autonomija počiva na tome što proučavaju zakonitosti i odlike višeg reda, koje nisu reducibilne na zakonitosti i odlike nižeg reda. Po Fodoru, takođe, ne moramo biti dualisti da bismo bili mentalisti – domen mentalnog ima svoju autonomiju u odnosu na fiziku, kao što je i psihologija u odnosu na fiziku autonomna nauka.

Ovim je Fodor među prvima pokrenuo pitanje da li je svaki materijalizam nužno redukcionistički. Već u toku prve dve decenije posle pojave teze identiteta, ponuđena je čitava paleta opcija koje se u različitom stepenu udaljavaju od nje, a od kojih se mnoge deklarativno priklanjaju materijalizmu, odbacujući pri tome eksplicitno redukcionizam. Ovo distanciranje u odnosu na klasičnu tezu identiteta postalo je moguće uvođenjem razlikovanja između fizikalizma tipova (*type-physicalism*) i fizikalizma instanci (*token-*

⁵⁴ Koliko redukcionistička logika delovala jasno, pitanje je u kojoj meri je ona relevantna u kontekstu aktuelnog razvoja naučnih disciplina. Danas je utisak da je na delu pre specijalizacija različitih naučnih domena, koji uvode niz novih pojmova i postuliraju entitete čiji ontološki status nije ni izbliza jasan. Nije čak ni zamislivo kako bi svi ovi pojmovi (koji očigledno igraju neku ulogu u istraživačkim projektima različitih empirijskih disciplina) mogli da se svedu recimo na pojmove fizike. Redukcionizam više nalikuje vrsti prilično glomaznog i neplauzibilnog programa projektovanog u daleku budućnost, pa je možda umesnije postaviti pitanje od kakve je koristi takav jedan ideal u aktuelnoj naučnoj praksi od postavljanja pitanja konačne izvodivosti redukcionističkog projekta.

physicalism). Rani reduktivni fizikalizam teze identiteta bio je, pre svega, filzikalizam tipova, u smislu tvrdnje da se mentalni događaji mogu grupisati u tipove i da svakom tipu mentalnih događaja odgovara određeni tip neuralnog događaja u mozgu. Osećaju bola odgovara na primer paljenje C-tipa nervnih vlakana u mozgu. Ukoliko između mentalnog stanja M1 i neuralnog stanja N1 postoji perfektna korelacija u svim vremenima, onda su stanja M1 i N1 tipski identična.

Kritika ove vrste fizikalizma pojavila se već 60-ih i 70-th godina pre svega u radovima, najpre Hilarija Patnama, a potom Džerija Fodora, koji uvode princip multiple realizacije kao principijelnu negaciju identiteta tipova. Jedan tip mentalnog stanja može biti realizovan u mnogim različitim fizičkim sistemima. Veliki broj životinja izgleda da je u stanju da doživi bol, iako ima nervni sistem potpuno različit od čovekovog. Korak dalje, možemo da zamislimo da i fizički sasvim različiti sistemi, koji ne poseduju nikakav nervni sistem (Marsovci, roboti), mogu imati bol kao mentalno stanje. Mentalna stanja se, drugim rečima, mogu realizovati u različitim fizičkim sistemima. Za razliku od fizikalizma tipova, koji je inkompatibilan sa tezom multiple realizacije, fizikalizam instanci kao znatno liberalnija varijanta fizikalizma ne zahteva da mentalni događaji imaju stabilne fizikalne korelate, tj. da budu tipski identični sa specifičnim moždanim stanjima, već se zadovoljava tvrdnjom da za svako mentalno stanje postoji neko fizičko stanje sa kojim je ovo identično.

Rasprave o multiplim realizacijama bile su uvod u funkcionalizam, koji je od sedamdesetih godina dominantan pogled na duh i mentalna stanja, kako u filozofiji duha, tako i u kognitivnoj psihologiji. Rani zagovornici funkcionalizma bili su Hilari Patnam⁵⁵, Džeri Fodor i Danijel Denet. Funkcionaliste malo interesuje pitanje da li su mentalna stanja fizička ili nefizička, njihov suštinski konstitutivni element je njihova funkcionalna odnosno kauzalna uloga (ono što rade) u odnosu na druga interna, mentalna stanja i na ponašanje. Fizikalistička teza identiteta je za funkcionaliste irelevantna, jer se oni malo interesuju za *hardware* (fizički supstrat mentalnih stanja), a suštinski za duh kao *software* koji je principijelno moguće instalirati i u sasvim drugačijem medijumu (*hardware*) od neuralnog (npr. u elektronskom). Pošto su mentalna stanja (uverenja, misli, želja) identifikovana i iscrpno okarakterisana svojom

⁵⁵ Patnam spada u filozofe koji tokom života menjaju mišljenje o različitim temama kojima se bave. Tako je on kao osnivač funkcionalizma, koji je formulisao njegove osnovne principe, kasnije postao kritičar funkcionalizma.

funkcionalnom ulogom, ona se mogu na funkcionalno izomorfan način realizovati na raznim nivoima i u raznim sistemima. U ovom smislu je fizikalizam tipova inkompatibilan sa funkcionalizmom, jer tvrdi da je ono što karakteriše mentalna stanja njihova fizička (neuralna) priroda. Fizikalizam instanci, kao i svaki drugi slabiji oblik fizikalizma koji bi tvrdio da mentalna stanja moraju biti realizovana u nekom fizičkom medijumu, može biti kompatibilan sa funkcionalizmom. Iako funkcionalistički program ne zahteva priklanjanje određenom ontološkom stavu, većina funkcionalista su opredeljeni fizikalisti. Duh može imati funkcionalnu realizaciju u mozgu, ali je principijelno zamislivo da se realizuje u bilo kakvoj vrsti supstancije, pa i nematerijalne. Zapravo je pitanje supstancije za funkcionalistu poput Patnama irelevantno i zastarelo pitanje koje blokira poduhvat istraživanja duha. Patnam smatra da nas zapravo i ne interesuje istinski od kakve stvari je sastavljen naš duh, već je istinski važno pitanje koje stoji iza toga – pitanje autonomije našeg mentalnog života, koje sa prvim nema nikakve veze („Mogli bismo biti napravljeni od švajcarskog sira i to ne bi bilo važno!“ vidi u: Patnam, H., 2004, str. 93). Mentalnost je za Patnama stvarno i autonomno obeležje našeg sveta, a njena fizičko-hemijska realizacija sa stanovišta psihologije akcidentalna. Na ovom nivou jedino relevantna je funkcionalna analiza mentalnog koja omogućava apstraktniji nivo opisa pomoću strukturalnih odlika višeg reda. Objašnjenje mentalnog na nivou krajnjih konstituenata (atoma, neurona...?) ili predviđanje na makro nivou na osnovu apsolutnog poznavanja mikro nivoa od strane nekog sveznajućeg Laplasovskog „demon“ bili bi možda kolosalni, ali u krajnjoj liniji nekorisni i nepotrebni poduhvati. U okviru mentalnog domena kao autonomnog, na osnovu funkcionalnih odlika višeg reda, moguće je neuporedivo jednostavnije doći do objašnjenja i predviđanja. (upor. npr. Patnam, H., 2004)

Jednu eksplicitno nereduktivnu formu fizikalizma instanci formulisao je Donald Dejvidson u svom članku iz 1970. „Mentalni događaji“, uvodeći pojmove anomalnog monizma i supervenijencije. U članku Dejvidson izlaže tri principa koja prihvata, a koji uzeti zajedno ne čine konzistentnu celinu i pokušava da ih pomiri. Prvi princip odnosi se na dvosmerne kauzalne interakcije između mentalnih i fizičkih događaja. Drugi princip se odnosi na nomološki karakter uzročnosti, tj. da događaji povezni uzročno posledičnom vezom potpadaju pod stroge determinističke zakone. Treći princip kaže da, iako mentalni događaji jesu uzrokovani fizičkim, domen mentalnog ne podleže strogim determinističkim zakonima na osnovu kojih je moguće predvideti mentalne događaje,

drugim rečima, mentalni domen je anomalan. Između fizičkog i mentalnog domena ne postoje premošćujući psiho-fizički zakoni koji bi bili neophodni za redukciju. U tom smislu i termin anomalni monizam predstavlja suprotnost nomološkom monizmu; iako postoji samo jedna supstancija, mentalni događaji su konceptualno i nomološki ireducibilni. Donaldsonov pokušaj pomirenja ova tri principa je kompleksan i kontraverzan, te su u narednim godinama usledile kritike i revizije ovih shvatanja. Za one koji nisu bili sigurni da on zastupa fizikalizam, Dejvidson je formulisao tezu supervenijencije. Supervenijencija (eng. *supervenience* – oslanjanje) je pojam koji opisuje odnos mentalnih i neuralnih događaja: mentalni se oslanjaju (*supervene*) na neuralne, ali se na ove ne mogu svesti. Mentalni nivo zavisi od neuralnog, jer se promena na tom nivou može desiti samo ukoliko se desi promena na neuralnom nivou.⁵⁶ Tako se za bol može reći da se oslanja na aktivaciju C-vlakana, ali ne da je bol isto što i aktivacija C-vlakana.

Emergentizam je još jedna forma nereduktivnog materijalizma koji je sličan tezi o supervenijenciji, ali koji dozvoljava postojanje više slojeva stvarnosti, koji superveniraju jedan na drugi, umesto da predstavljaju obrasce jednog jedinog bazičnog sloja. Slojevi su genuino novi u odnosu na one na koje se oslanjaju. Emergentne odlike, ipak, posedujući izvestan stepen nezavisnosti u odnosu na bazične odlike i njihove konfiguracije, ne poseduju u odnosu na ove nezavisnu egzistenciju. Začetnik emergentizma u 20. veku je britanski filozof Čarli Danbar Broud, a najpoznatiji zastupnik u filozofiji duha je Džon Serl. Serl zastupa jednu formu emergentizma koja je poznata i kao biološki naturalizam. Ovo stanovište dozvoljava postojanje dvosmernih kauzalnih veza i po nekima se graniči sa dualizmom odlika, mada Serl sebe ne smatra dualistom odlika.⁵⁷

Ukoliko se, opet, prihvati ireducibilnost mentalnog, ali mu se odriče kauzalna delotvornost (ako se tvrdi da se kauzalne interakcije odvijaju samo u jednom pravcu, od mozga ka svesti, tako da princip kauzalne zatvorenosti nije narušen), dobijamo

⁵⁶ Opšta postavka supervenijencije glasi: skup odlika A se oslanja na skup odlika B kada je nemoguće da dođe do promene u skupu A, a da se ne desi promena u skupu B. No, skupovi odlika A i B nisu time identični.

⁵⁷ Na ovom mestu želeli smo da predstavimo u prvom redu čistiji oblik materijalizma, tj. fizikalizma – reduktivni fizikalizam – stanovište o identitetu tipova i eliminativni fizikalizam. Finese u rešenjima koje nudi savremena ontologija svesti i njihove međusobne razlike pobrojaćemo sistematski u sedmom odeljku ovog poglavlja.

stanovište poznato kao epifenomenalizam. I epifenomenalizam može biti (mada ne mora) forma nereduktivnog fizikalizma, ili biti sa ovim bar kompatibilan. Ovakvu fizikalističku vrstu epifenomenalizma zastupao je u 19. veku engleski biolog i Darwinov sledbenik Tomas Haksli u kontekstu teze da su životinje automati. Ostala je poznata njegova metafora o svesti kao nusproduktu jednog mehanizma na koji sama nema nikakvu moć delovanja, kao što je para nusprodukt rada parne mašine, bez efekta na samu mašinu.

Emergentizam i druga nereduktivna shvatanja duha poput Dejvidsonovog nastoje da budu kompatibilni sa fizikalizmom, ali to tvrđim fizikalistima ponekad izgleda neuverljivo. Tvrđnja da svi entiteti superveniraju na neki fizički entitet ne izgleda im dovoljno jakom da bi ovakva stanovišta smatrali fizikalizmom. Najpoznatiju kritiku nereduktivnog fizikalizma dao je Džegvon Kim. Njegova kritika odnosi se kako na funkcionalizam, tako i na tvrdnje antiredukcionista o kauzalnoj delotvornosti mentalnih događaja.

Savremeni fizikalizam deo je projekta naturalizacije duha, koji počiva na uverenju da je najracionalnije u metafizičkim pitanjima prikloniti se ideji koja je izgleda implicitno prisutna u prirodnim naukama. Prirodne nauke su demonstrirale impozantnu uspešnost, između ostalog i u pronalaženju prirodnih uzroka za pojave koje su u okviru hrišćanske teologije bile objašnjavane nematerijalnim uzrocima. Otuda bi poslednji izazov prirodnih nauka bio da i sve mentalne pojave koje je kartezijanski rez ostavio sa one strane prirodnog (tj. u okviru teologije) prevedu nekom formulom na svoju stranu. Fizikalistima ponekad izgleda više leži na srcu odbrana neke od ovih formula za prevođenje nego dubinsko istraživanje i razumevanje fenomena svesti i duha.⁵⁸ Evo par primera kako oni tipično obrazlažu svoj *credo*. Armstrong (Armstrong, D., 2004) polazi od toga da je aktuelni napredak molekularne biologije i neurofiziologije omogućio zasnivanje jedne teorije o čoveku u isključivo fizičko-hemijskim kategorijama. Nauka je postigla viši stepen saglasnosti od bilo koje druge discipline i ima metod razrešavanja

⁵⁸ Upadljivo je da se njihov govor o fizici izgleda uvek odnosi na njutnovsku, a ne kvantnu fiziku i njene različite interpretacije, njihovo pozivanje na telo na kartezijansku mehanicističku sliku tela, a pozivanje na mozak na stariju statičnu sliku o mozgu daleko pre otkrića neuroplasticiteta.

spornih pitanja, pa je razumno dati joj prednost i priznati poseban autoritet, smatra Armstrong.⁵⁹

Smart smatra da nema nikakvih filozofskih argumenata koji bi nas primorali da budemo dualisti i da je vera da nam nauka omogućava da osete sagledamo kao fizičko-hemijske mehanizme i sve mentalno svedemo na zakone mehanike legitimna za filozofa, ako ni zbog čega onda zbog Okamovog brijača.⁶⁰ Zašto oseti ne bi bili naprosto moždani procesi određene vrste a ne samo korelati moždanih procesa, pita se Smart (Smart, Dž., 2004). On je svestan da teza identiteta nije u domenu naučno-empirijske proverljivosti i da se ne može rešiti nijednim eksperimentom, te da je epifenomenalizam neoboriv. Njegovi kriterijumi opredeljivanja za fizikalizam nisu u empirijskim činjenicama koje bi ga potvrđivale, već u tome da je ekonomičnije i jednostavnije rešenje i više u duhu nauke.

Sve prethodno opisane filozofske pozicije – fizikalizam u raznim varijantama, funkcionalizam i reprezentacionalizam – polaze od istog epistemičkog modusa kao i prirodne nauke, koji se danas obično naziva perspektiva trećeg lica (tj. na perspektivi trećeg lica zasnovana metodologija). Utoliko su sve prikazane opcije principijelno kompatibilne sa fizikalizmom, čije polazište je da jednu prirodnu nauku postavi kao meru svih stvari i fenomena.

Moguće je da su nagli razvoj kognitivne i neuronauke i prateća materijalistička euforija 60-ih i 70-ih isprovocirali neke filozofe da nađu nove i uverljivije načine da artikulišu svoju intuitivnu odbojnost prema fizikalističkom imperijalizmu, istovremeno se distancirajući od kartezijanskog supstancijalizma i tradicionalnog idealizma. Tako je nastao jedan novi koncept subjektivnosti i iskustva, vezan za fenomenalnu svest (kako se svest i svesni fenomeni doživljavaju iz ugla prvog lica) i za takozvani saznajno povlašćen položaj subjekta u odnosu na sopstvena mentalna stanja. O tome smo već govorili na kraju prethodnog poglavlja kao o jednom od dva lica svesti. Svest u ovom

⁵⁹ Ovaj argument smatramo problematičnim. Pitanje je u kojoj meri je on činjenički tačan – u kojoj meri naučnici, naročito iz različitih disciplina zbilja dele isti pogled na svet, kao i da li je stepen saglasnosti zbilja veći (i posebno da li bi trebalo da je veći) u nauci nego u nekim disciplinama iza kojih na primer stoje dogmatske ili autoritarne institucije, kao na primer crkve.

⁶⁰ Okamov brijač je metodološki princip rešavanja problema i gradnje teorija, koji je formulisao britanski sholastički filozof Vilijem od Okama koji glasi da od većeg broja hipoteza treba izabrati onu koja sadrži najmanji broj pretpostavki.

subjektivnom aspektu pojavila se kao centralni problem novog materijalizma. Videćemo da su se kroz diskusiju o ovom aspektu svesti izdiferencirala posebna pitanja pojmovnog, epistemičkog i ontološkog reducibiliteta. Intenzitet debate je naterao obe strane, redukcioniste i antiredukcioniste, da izoštre svoja shvatanja i da precizno lokalizuju problem. Ovim ćemo se pozabaviti u narednim odeljcima. Uverenja smo da nijedna od gore opisanih teorija nije uspela da uhvati tu subjektivnu dimenziju duha na pravi način. U tom smislu nam se svest čini centralnim problemom unutar problema odnosa duše i tela, koji, složili bi se ovde sa Tomasom Nejgelom, bez svesti nije naročito zanimljiv. Svest je, međutim, ono što standardno formulisani problem odnosa duše i tela čini istinski zamršenim, Nejgel bi rekao čak nesavladivim ili beznadežnim (Nejgel, T., 2004).

3.4. Novo shvatanje subjektivnosti („Kako je biti“ – problem ili šta čini činjenicu fenomenalne svesti istinski teškim problemom za materijalizam)

Još 1965, u jeku uspona novog materijalizma, Tomas Nejgel istupa kao jedan od prvih filozofa duha koji eksplicitno izražava svoju odbojnost prema fizikalizmu. U članku „Fizikalizam“ on piše: „Fizikalizam mi izgleda nadasve odbojnim. Odbojnost opstaje, uprkos mom sadašnjem uverenju da je fizikalistička teza tačna; nakon pobijanja uobičajenih prigovora fizikalizmu u koje sam i sam ranije verovao, odbojnost je preživela. Njen izvor dakle mora biti negde drugde.“ (Nagel, T., 1965, str. 355). Iz ove još neodređeno formulisane odbojnosti, Nejgel je u narednim godinama razvio stav prema fizikalizmu koji konsekventno zastupa do danas. Njegov članak „Kako izgleda biti slepi miš?“ iz 1974. spada u najčitaniju literaturu iz filozofije duha (Nejgel, T., 2004). Nejgel u ovom članku na intuitivno pristupačan način razvija jedno, kasnije veoma uticajno, shvatanje subjektivnosti, u smislu subjektivnih, doživljajnih aspekata mentalnih stanja, o kojima znamo samo iz ugla prvog lica. Ovi doživljajni aspekti mentalnih stanja bivaju na dobar način obuhvaćeni Nejgelovim izrazom „kako je biti“ u nekom mentalnom stanju.

Sušтина Nejgelove primedbe redukcionizmu sastoji se u tome da redukcionisti koriste razne primere redukcije iz prirodnih nauka, ne bi li, po analogiji, rasvetlili odnos metalnih fenomena i mozga, no pri tome ne dotiču centralnu osobinu svesti i svesnih

fenomena. Analiza funkcionalnih i intencionalnih stanja, te kauzalna uloga iskustva u ponašanju ne iscrpljuje analizu svesnih stanja – svako moguće redukcionističko objašnjenje je, naime, saglasno i sa odsustvom svesti u smislu u kome Neigel o njoj misli. Mi zapravo nemamo u ovom trenutku ni predstavu kako bi objašnjenje fizičke prirode svesti trebalo da izgleda, smatra Neigel (Neigel, T., 2004, str. 108). Da bi redukcija uopšte bila zamisliva, ona bi se morala zasnivati na preciznoj analizi onoga što se želi redukovati, a fizikalističke analize koje Neigel ima u vidu izostavljaju nešto što je upravo suštinski bitno za fenomen svesti, te time problem svesti biva od početka pogrešno postavljen. Ono što je izostavljeno je upravo subjektivni karakter mentalnih fenomena. Fenomenalna obeležja su nešto što možemo isključiti u objašnjenju fizičkih i hemijskih fenomena,⁶¹ no u slučaju svesti, upravo ta jedinstvena subjektivna tačka gledišta sačinjava njihovu centralnu odliku, te nije jasno šta bi ovde redukcija zapravo značila, tj. šta bi jedna fizikalistička teorija trebalo da objasni. Reći za neki organizam da ima svesno iskustvo, znači za Neigela da je moguće reći kako izgleda biti taj organizam. Većina nas pretpostavlja da i drugi organizmi, recimo sisari, poseduju elementarna svesna iskustva. Ovde Neigel uvodi čuveni primer⁶² koji jasno ilustruje razliku između subjektivne i objektivne koncepcije stvarnosti, što je, inače, jedna od centralnih tema njegovog celokupnog filozofskog opusa. Slepí miševi imaju čulni aparat različit od našeg, utoliko što opažaju putem sonara ili eholokacije – rastojanje, veličinu, oblik, kretanje i sastav predmeta detektuju na osnovu odbijanja od predmeta fino moduliranih, visokofrekventnih krikova koje sami ispuštaju. Ova vrsta opažanja različita je u toj meri od bilo kog našeg čula da ne možemo da stvorimo predstavu kako je biti slepi miš. Ključna Neigelova tvrdnja je da principijelno ne postoji metod koji bi nam omogućio da to saznamo. Iz našeg sopstvenog ljudskog iskustva možemo, na osnovu neke vrste uživljavanja (empatije), pokušati da zamislimo kako bi bilo jednim takvim čulom opažati svet tj. da ekstrapoliramo svoj sopstveni slučaj na slučaj slepog miša. Naša imaginacija imaće, međutim, uvek ograničeni domet – ona može dotaći

⁶¹ Ona, kao što smo videli u prethodnom poglavlju, i bivaju isključena u novovekovnim prirodnim naukama; fizičke teorije u svojim početnim premisama napuštaju subjektivnu tačku gledišta, tj. način na koji se predmet ispitivanja pojavljuje svesnom subjektu.

⁶² Denet bi ovakve primere nazvao „intuicionim pumpama“ (*intuition pump*). Intuicione pumpe su misaoni eksperimenti, smišljeni da angažuju intuiciju prilikom razmišljanja o filozofskim problemima. Denet ponekad koristi termin u pežorativnom, a ponekad u pozitivnom smislu. Intuicione pumpe mogu, naime, da nas zavedu, sugerišući određena rešenja, jer su druga rešenja nezamisliva, a mogu i da unaprede razumevanje složenih problema.

pitanje kako bi meni izgledao svet kad bih se ponašala kao slepi miš, ali to nam i dalje malo pomaže da shvatimo kako slepom mišu izgleda da bude slepi miš. Drugim rečima, mi smo kao ljudska bića ograničeni sopstvenim čulnim sposobnostima i sopstvenim iskustvenim pojmovima. Nejgel namerno bira ekstreman primer; slepi miš je biće veoma različito od čoveka, pored toga biće sa kojim ni na koji način ne možemo komunicirati o tome kakvo iskustvo ima. Manje drastičan slučaj imamo kod ljudi koji su gluvi ili slepi od rođenja, te im je priroda auditivnog i vizuelnog iskustva nedostupna, isto kao što ni nama nije dostupan subjektivni karakter njihovog iskustva. Sličan problem se pojavljuje u psihoterapiji u pokušaju psihoterapeuta da shvati neka neobična i ekscentrična iskustva ljudi sa kojima radi, a koja sam nije imao. Tako se neki od njih odlučuju da probaju razne droge da bi eventualno bolje razumeli prirodu doživljaja stvarnosti (shizofrenog ili drugog) svojih klijenata. Čak i u radu sa sasvim običnim ljudima, pred psihoterapeutom se stalno iznova postavlja pitanje: kako klijent doživljava situaciju (kako je biti u njegovoj situaciji iz njegovog ugla). Kako je priroda doživljavanja kompleksna i jednim svojim delom prevazilazi mogućnost verbalizacije, psihoterapija je razvila čitav instrumentarijum komunikativnih veština koje stoje na raspolaganju psihoterapeutu za premošćavanje ovog jaza. Videćemo u sledećem poglavlju da su empatija i raport⁶³ centralne odrednice psihoterapijskog procesa.

Nejgel ukazuje na centralni problem redukcionističkih obrazaca mišljenja o svesti. Imati svest odnosi se prevashodno na subjektivni karakter iskustva, na to da nekako izgleda biti određeni organizam.⁶⁴ „Kako izgleda“ tip činjenica uključuje uvek određenu tačku gledišta, a ona ostaje tajna u svakom istraživanju fizičkog funkcionisanja organizma.

⁶³ Rapport (fr. *rapport*) je termin u psihoterapiji, naročito razvijen u hipnoterapiji Milтона Eriksona i neurolingvističkom programiranju, koji se odnosi na vezu, odnos zasnovan na poverenju između psihoterapeuta i klijenta i način uspostavljanja te veze, kroz proces verbalne i neverbalne komunikacije.

⁶⁴ Da li ima smisla pitati se kakva su stvarno moja iskustva, tj. fenomenalne odlike svesti, nezavisno od toga kako se pojavljuju? U nauci redukcija jednog nivoa iskaza i teorija na drugi nivo, pre svega je korak ka razumevanju prave prirode proučavane pojave. U slučaju fenomenalne svesti (sama grčka reč *faínómenon* odnosi se na pojavu, vidljivo, ono što se čulima može opaziti, dok je njena suprotnost *noumenon*, ono što je pojmovno mišljeno), čija je suština u „kako izgleda biti neko biće ili biti u nekom mentalnom stanju“, ne možemo na isti način pojavno redukovati na neku suštinu iza pojave, a da time ne eliminišemo u startu fenomenalnu svest kao predmet proučavanja. Zato je, po našem mišljenju, eliminativizam jedini konsekvantan oblik redukcionizma (u kome doduše ostaje da se razjasni da li postoji i u čemu je razlika između eliminacije i redukcije). Problem koji se ovde javlja, za razliku od drugih primera redukcije iz prirodnih nauka je u tome što, ukoliko napustimo subjektivnu, iskustvenu tačku gledišta, time nećemo bolje razumeti prirodu ljudskog iskustva, već ćemo samo izgubiti predmet istraživanja.

Razumevanje tačke gledišta drugog bića je moguće samo u onoj meri u kojoj nam je to biće slično. Ovde Nejgel ne misli u prvom redu na privatna individualna iskustva dostupna jednom pojedincu, već na tipove fenomenoloških činjenica specifične za vrstu. Naučnik sa Marsa bi mogao da shvati objektivnu prirodu duge, munje ili oblaka, ali ne i njihovu subjektivnu fenomenologiju. Nauka nastoji da pojave opiše ne na osnovu neposrednih čulnih utisaka, već ukazujući na njihove opštije odlike koje su obično matematički opisane i to je ono što bi neko inteligentno biće sa drugačijim čulnim aparatom moglo da shvati.⁶⁵

Nejgel ne tvrdi da je fizikalizam nužno pogrešan, već da je to pozicija koju ne možemo tačno ni razumeti, jer trenutno nemamo predstavu o tome kako bi mogla biti isitnita. Reći da su mentalna stanja stanja tela samo je prividno jasno, dok ustvari ne znamo u kom smislu bi to trebalo da bude istinito, tj. šta tačno znači reč „su“. Iz takvih iskaza možemo u najbolju ruku shvatiti da dve vrste stanja konvergiraju ka istoj stvari, no identifikacija ostaje nešto tajanstveno, ukoliko ne posedujemo teorijski okvir koji bi nam pokazao kako su dve vrste stvari povezane, tj. kako mentalni i fizikalni termini mogu referirati na istu stvar. Analogije sa teorijskim identifikacijama iz drugih oblasti nauke ovde nisu primenljive i stvaraju samo privid razumevanja. I kad protumačimo referenciju mentalnih događaja na fizičke, preostaje uvek jedan subjektivni događaj putem koga se obezbeđuje ova referencija.

Svoj čuveni esej Nejgel završava spekulativnim predlogom pokušaja izgradnje jedne objektivne fenomenologije, koja bi težila objektivnijem razumevanju samog mentalnog (umesto da mentalno objektivizira kroz referenciju na moždane procese). Njen cilj bi bio da razvije pojmove i metod kojima bi omogućila, bar u izvesnoj meri, opis

⁶⁵ U ovakvim tvrdnjama, smatramo, ne bi trebalo preterivati. Ukoliko naučnu objektivnost shvatimo u smislu mogućnosti formalizacije i što je moguće veće nezavisnosti od našeg specifičnog ljudskog čulnog aparata, onda je dobro imati u vidu da je nezavisnost ljudske nauke od ljudskog perceptivnog sistema nešto što se ne može prihvatiti *a priori*, već tek treba istražiti. Interesantan primer nudi nemački biofizičar Gerold Bajer (Baier, G., 2001) koji, polazeći od toga da gotovo 90 % objektivne medicinske dijagnostike počiva na metodologiji i aparaturi koja se zasniva na vizuelnom čulnom kanalu, kod ljudskih bića izrazitio dominantnom, pokušava da razvije jednu alternativnu, auditivnu dijagnostiku, u čiju preciznost (dijagnoza epileptičnog napada na primer) smo se lično uverili, prilikom jedne demonstracije u okviru muzičkog festivala „Dijalozi“ u Salcburgu (6. 12. 2009.). Oslanjanje na vizuelni modalitet je ipak kod čoveka toliko dominantno da izgleda da gotovo nikome nije palo na pamet u nekoliko vekova razvoja medicine da razvije metodologiju zasnovanu na nekom drugom modalitetu. Nama se, u najmanju ruku, ne čini samoočiglednim, kao na primer Nejgelu, da bi inteligentna bića sa sasvim drugačijom čulnom organizacijom (npr. neki inteligentni slepi miševi sa Marsa!) razvila nauku koja bi nama ljudima bila u potpunosti razumljiva.

subjektivnog karaktera iskustva koji bi bio razumljiv i bićima koja ne bi bila u stanju da dožive takva iskustva. Tako bi, na primer, bili u stanju da makar delimično osobi slepoj od rođenja objasnimo kako izgleda imati čulo vida u svakom slučaju na način bolji nego što sada možemo. Nejgel veruje da bi pre ili kasnije dospeli u ćorsokak, ali ipak smatra da bi sam pokušaj mogao da nam pomogne da bolje razumemo strukturu sopstvenog iskustva. To je nešto što obično i ne pokušavamo, upravo zbog lakoće opisivanja i nedostatka distance koju nam omogućavaju subjektivni pojmovi.⁶⁶ Nejgelova nada je da bi ovi objektivnije opisani aspekti iskustva možda čak omogućili da pitanja o fizičkoj osnovi iskustva dobiju razumljiviji oblik. U protivnom, ne možemo ni postaviti problem odnosa duha i tela, a da ga u isti mah ne zaobiđemo, smatra Nejgel (Nejgel, T., 2004, str. 119).

Nejgel je ovim dotakao centralni problem svake teorije svesti – šta je zapravo njen epistemčki cilj, šta želimo da znamo o svesti, tj. što nastojimo da objasnimo. U čemu se sastoji problem svesti? Fizikalisti izgleda da uglavnom izbegavaju rasvetljavanje ovakvih pitanja, no ako ga postavimo, nailazimo na problem već na prvom koraku. Biti svestan (ne biti svestan nečega, već u smislu svesnosti kao takve) izgleda kao pojmovni *primitivum* koji nije podložan analizi. Ne postoji necirkularna definicija svesti; izgleda da je svesnost intrinzička odlika mentalnih stanja koja nije pojmovo reducibilna, jer se ne može izvesti iz jednog dubljeg nivoa opisa pomoću pretpostavljenih bazičnijih entiteta – neurona, informacija, funkcionalnih odnosa. Ukoliko pojam fenomenalne svesti ne možemo tačno da definišemo, ne možemo da razumemo ni šta bi zapravo bio *explanandum* u jednoj teoriji svesti, kao što ne bismo mogli ni da objasnimo vanzemalcima o čemu uopšte govorimo kada upotrebljavamo tu reč.⁶⁷

Problemom šta čini svest zagonetkom bavi se u istoimenom članku iz 1995. godine švajcarski filozof Peter Bieri (Bieri, P., 2006) u sličnom duhu kao Nejgel. Do zagonetke

⁶⁶ Ova Nejgelova ideja je, smatramo, veoma vredna pažnje i jednom takvom mogućnošću „objektivne fenomenologije“ bavićemo se u naredna dva poglavlja. Umesto jedne spekulativne, akademske „objektivne fenomenologije“, kakvu je, moguće, Nejgel imao u vidu i kakva nije imala mnogo izgleda da bude realizovana, bavićemo se pokušajima koji vode u sličnom pravcu iz domena psihoterapije i kontemplativnih tradicija, u kojima potreba za ovakvom objektivizacijom subjektivnih iskustava nastaje u praktičnom kontekstu prenošenja sopstvenih iskustava drugim ljudima.

⁶⁷ U tom smislu ne bismo umeli da objasnimo naučnicima sa druge planete, koji sami ne poseduju fenomenalnu svest, u čemu je uopšte problem o kome toliko raspravljamo, kao u mentalnom eksperimentu koji smo opisali u uvodnom poglavlju.

svesti dolazimo uvek kada se interesujemo za aspekt mentalnog koji je povezan sa subjektivnim doživljavanjem, jer svesna stanja ne postoje naprosto na neki objektivni način, već tako što ih doživljavamo na određeni način (postoji nešto kao što je „kako je biti u tim stanjima“), što je nemoguće razumeti iz fizikalno-funkcionalnih uslova.

Da bi artikulisao šta u fenomenu svesti ostaje nejasno, Biri se poziva na Lajbnicovu fantaziju⁶⁸ o šetnji kroz mozak kao po vodenici i osavremenjuje je (kod Biri je to fabrika). U Biri jevoj varijanti nas kroz džinovsku fabriku vodi savremeni neuronaučnik, koji predusretljivo pokušava da odgovori na naša pitanja. Eksperiment ima sledeći tok. Pošto nam je neuronaučnik detaljno objasnio anatomiju i fiziologiju mozga, te ulogu koju pojedini delovi mozga igraju u kognitivnim procesima, mi pokušavamo da saznamo gde se tu nalazi doživljajni subjekat (po čijem mozgu šetamo) sa svojom unutrašnjom perspektivom. Vodič nam najpre nudi odgovor da njega ne treba tražiti na nekom posebnom mestu u fabrici; doživljajni subjekt je pre fabrika u celini. To međutim nije zadovoljavajući odgovor, jer ništa u arhitektonici niti funkcionisanju „fabrike“ kao celine ne izgleda da čini doživljavanje nužnim u većoj meri nego delovi fabrike. Vodič zatim pokušava da nas uveri da ovde imamo posla naprosto sa prirodnom zakonitošću da, kada određeni procesi u „fabrici“ bivaju aktivirani, osoba po čijoj glavi se šetamo nešto doživi. Opet, iako ne sumnjamo da takva zakonitost postoji, ne možemo da vidimo šta je to u elektrohemijским reakcijama koje posmatramo što čini nužnim da osoba u čijoj smo glavi upravo doživljava baš bol ili baš žutu boju. Korak dalje, pitanje o konkretnim kvalitetima iskustva je povezano sa opštijim pitanjem – zbog zbog čega su uopšte procesi i reakcije u „fabrici“ praćene doživljavanjem. Vodič pokušava da nam objasni da određene međuzavisnosti u fabrici još uvek nismo dobro razumeli, te nam stoga doživljavanje bola ili boje izgleda misteriozno, no nama pada teško da zamislimo da bi bilo kakvo detaljnije znanje o fizičkim procesima u fabrici pomoglo da razumemo prirodu njihove veze sa doživljenim kvalitetima. Vodič nam sugerše da ni šetnjom kroz dijamant ne bismo stekli saznanje o svim složenim odlikama dijamanta. Ova analogija nam, međutim, nije uverljiva, jer se systemske odlike fizičkih sistema kao što je dijamant mogu izračunati i tačno predvideti iz elemenata, odlika elemenata i njihovog poretka. Iz činjenica fizičkog i funkcionalnog ustrojstva mozga ne možemo, međutim,

⁶⁸ Ovde se takođe radi o nečemu što bi Denet nazvao intuicionom pumpom. Lajbnicova intuicija je vrsta modalne intuicije, odnosi se, naime, na to šta bi bilo kada bismo mogli da kao neka vrsta nano-biča šetamo kroz mozak.

na sličan način da „izračunamo“ doživljajne kvalitete kao neku pretpostavljenu sistemsku odliku. Nemogućnost njihovog dedukovanja, predviđanja ili spravljanja iz elemenata, za koje tvrdimo da su im u osnovi, ostavlja nas sa sumnjom da će nam ovakve analogije unaprediti razumevanje doživljavanja.

Pomalo iritiran, vodič nam može predložiti da kovarijansu određenih moždanih procesa i subjektivnih doživljajnih kvaliteta naprosto prihvatimo kao *factum brutum* bez daljeg objašnjenja; zato što nismo navikli na činjenicu da su te dve vrste fenomena povezane prirodnom zakonitošću (slične vrste, kao što je, na primer, gravitacija) priroda veze svesti i doživljavanja sa mozgom nam deluje misteriozno. No, čak i ako prihvatimo ovaj *factum brutum*, teško se možemo odvići od čuđenja, jer ne vidimo kako je ova prirodna zakonitost povezana i uklopljena u sistem drugih zakona poznatih iz fizičkih nauka.

Na kraju vodič pokušava da unapredi naše razumevanje uz pomoć apstraktnog dijagrama koji čini preglednim funkcionisanje inače preterano kompleksne materijalne arhitekture fabrike, uveravajući nas pri tome da bi se takva funkcionalna arhitektura mogla replikovati i u nekom drugačijem materijalnom medijumu. Nama ovaj apstraktniji plan prezentacije međutim ne pruža odgovor na naše pitanje – ne uspevamo da vidimo ništa jasniju povezanost između funkcija i doživljavanja, nego što smo videli između struktura i doživljavanja. Na kraju, vodič nam ukazuje još i na to da ono što vidimo da se odigrava u „fabrici“, moramo shvatiti u njegovoj povezanosti sa dešavanjima u ostatku tela i okruženju. Odmah shvatamo da je kognitivni sadržaj svega što se dešava u „fabrici“ povezan sa okolinom, ali nas je interesovao doživljajni sadržaj, čije razumevanje, kao ni čiji smisao postojanja ne možemo da izvedemo iz ma koliko kompleksne strukture relacija unutar fabrike i između fabrike i njenog okruženja.

Biri na kraju šetnje primećuje da zagonetnost nekog pitanja može poticati iz naših prevelikih očekivanja, te da je pokušaj da razumemo prirodu odnosa mozga i doživljavanja možda himera. Zaista, možemo se zapitati, nije li pitanje – zašto su određeni fizikalno-funkcionalni procesi u mozgu uopšte praćeni svesću (*hard problem of consciousness*) – podvarijanta, iz ugla filozofije duha, prilično neplodnog metafizičkog pitanja – zašto uopšte postoji nešto, a ne ništa (ponekad poznato kao pitanje fakticiteta, nem. *die Frage der Faktizität*). Ovo bi, naravno, bio jednostavan način za fizikaliste da „teškom problemu svesti“ otpišu relevantnost. Biri smatra da zagonetku svesti nećemo moći tako lako da ostavimo po strani, jer je subjektivni

doživljajni svet, koji nismo uspeli da razumemo u gore opisanom mentalnom eksperimentu, nešto što nam leži na srcu više od bilo koje druge stvari. Ideja da je on nešto prividno, iluzorno i beznačajno, beskorisni višak u fabrici iz koje se upravlja ponašanjem (konsekventno kauzalna objašnjenja ponašanja nemaju, zapravo, nikakvu potrebu za uvođenjem doživljajnog subjekta!) rađa u nama utisak temeljnog otuđenja u odnosu na sopstveni život. Zato pitanje o prirodi veze doživljavanja i ponašanja i doživljavanja i njegove fizikalne osnove neće naprosto otpasti niti izgubiti na značaju, smatra on. Ukoliko prihvatimo da problem subjektivnog doživljavanja nije fiktivni problem i on nam uprkos tome izgleda nerešiv, onda je verovatno, nastavlja Biri, da smo za sada na pogrešnom putu u pristupu problemu i pokušajima rešenja (Bieri, P., 2006, str. 48–50).

I Neigel i Biri razotkrivaju u svojoj argumentaciji probleme u naizgled koherentnom fizikalističkom pogledu na svet, a koji nastaju u pokušaju da on obuhvati i sve aspekte duha i svesti. Taj pokušaj nas uvek iznova ostavlja sa neprijatnim osećanjem nedostatnosti ili čak promašaja. Tu leži koren polarizacije u *qualia* raspravama, čije okončanje nije izgledno. Da li uvažiti činjenicu postojanja fenomenalnih, subjektivnih odlika iskustva, iako ne znamo kako da im pristupimo onim što uobičajeno nazivamo naučnim metodom ili pribeći eliminativizmu, koji je zapravo najkonsekventnija alternativa, ima, želimo još da primetimo, praktične posledice. Posle tridesetak godina rata oko *qualia*, plus pogleda unazad na istoriju psihologije kao nauke⁶⁹, nismo skloni da verujemo da je moguće naći definitivne, čisto logičke, niti čisto empirijske argumente za jedan ili za drugi stav. Odluka za ili protiv *qualia* u našoj slici sveta treba da uključi i dublje promišljanje konsekvenci jednog i drugog stava. Dok se konsekvence u oblasti psihologije ograničavaju na izbor istraživačkih programa, metoda i vrste

⁶⁹ Filozofija duha je zapravo u izoštrenom i analitički čistijem obliku postavila pitanja i dileme sa kojima se nosila psihologija od samih početaka, u pokušaju da postane empirijska nauka, po uzoru na prirodne nauke. U zaključku poglavlja o svesti kao predmetu psihologije videli smo da savremeni pristupi svesti u kognitivnoj psihologiji govore o svesti na način koji zaobilazi fenomenalnu svest (*P-consciousness* po Bloku) ili „težak problem“ svesti (*hard problem* po Čalmersu). Procesi koje proučava kognitivna psihologija iz ugla trećeg lica (u okviru funkcionalne ili reprezentacionalne paradigme) većinom imaju, pored funkcionalnog i reprezentacionalnog aspekta, i svoju doživljajnu, fenomenalnu stranu, koja biva naprosto ignorisana u istraživačkim programima.

činjenica koje ćemo smatrati relevantnim, konsekvence u oblasti psihoterapije su, videćemo, neizbežno i etičke.

Pomenimo na kraju još da je Biri inače poznat u filozofiji duha i po tome što je izoštrio problem mentalne uzročnosti u takozvanoj „Birijskoj trilemi“ u svojoj knjizi *Analitička filozofija duha* iz 1981 (Bieri, P., 1981). Trilema sadrži tri stava, od kojih je svaki, na prvi pogled, plauzibilan; samo dva od njih mogu, međutim, istovremeno biti tačna. Problemi svesti proizlazi iz toga što ne možemo, kako bismo možda hteli, da prihvatimo sva tri stava. Ovi stavovi su: 1) mentalni fenomeni su ne-fizički fenomeni 2) mentalni fenomeni su kauzalno delotvorni u domenu fizičkih fenomena 3) domen fizičkih fenomena je kauzalno zatvoren. Istinitost bilo koja dva od ova tri stava povlači odbacivanje trećeg. Videćemo kako njihove različite kombinacije imaju kao rezultat ontološke pozicije kao što su fizikalizam, interakcionistički dualizam i epifenomenalizam.

3.5. *Qualia* – atomi fenomenalne svesti?

Pojam *qualia* (sing. *quale*, pl. *qualia*) uveo je u filozofski diskurs 1929. godine Klerens Ajrving Luis u knjizi *Duhovi i svetski poredak* (Lewis, C.I., 1929). Istinsku popularnost ovaj pojam doživeo je, međutim, tek u poslednjih tridesetak godina. Alternativni termini sa gotovo identičnim značenjem koji su prisutni u savremenoj filozofiji duha su sirovi oseti (eng. *raw feels*), čulni kvaliteti (*sensory qualities*), fenomenalne odlike (*phenomenal properties*), iskustveni kvaliteti (*qualities of experience*) ili „kako je biti...“ („*What it is like...*“). Pogled u istoriju filozofije na početku ovog poglavlja otkrio nam je da pojam koji je skovao Luis i koji je poslednjih decenija postao predmet živih rasprava ima dugu tradiciju. Njegova preteča je pre svega pojam sekundarnih kvaliteta, koji je, kao i *qualia* nastao prvenstveno u anglosaksonskoj filozofiji i to, interesantno je primetiti, u doba formiranja modernih prirodnih nauka.

Pod pojmom *qualia*, ukratko, podrazumevaju se fenomenalne odlike prvog reda⁷⁰, subjektivni kvaliteti, u prvom redu čulne svesnosti, koji su jednostavni i nedeljivi, dakle

⁷⁰ Odlike prvog reda su odlike koje pripadaju objektu (a ne odlikama tog objekta, poput odlika drugog reda) i omogućavaju njegovu klasifikaciju. Klasičan primer odlika prvog reda su izvesne fizičke odlike (kao što je aktivacija određenog slozaja neurona), dok su odlike drugog reda tipično funkcionalne odlike.

neka vrsta fenomenalnih atoma. Ideja o traganju za najjednostavnijim sačiniteljima svesnog doživljavanja mnogo je starija od Luisa. Ona se naročito provlačila kroz engleski empirizam i njegovo učenje o prostim i složenim idejama, te zakonima asocijacije. Naslednik ove tradicije bila je rana introspektivna psihologija, posebno strukturalističkog tipa. Suština njenog programa sastojala se, kao što smo prikazali u prethodnom poglavlju, u traganju za elementarnim sadržajima svesnog doživljavanja. Donekle sličnu logiku sledile su, međutim, neke, gotovo dve hiljade godina stare, Abidarma budističke škole, pokušavajući da iz introspektivnog ugla sastave taksonomiju bazičnih faktora svesti. Ideja analize duha do konačnih nedeljivih konstituenata – atoma, veoma je, dakle, stara, ali je naročit zamah dobila usponom fizike i hemije u 19. veku, koje su uspele da ponude empirijski zasnovanu taksonomiju fizičkih stanja. Rani psiholozi su, vođeni tom inspiracijom, poverovali u mogućnost taksonomizacije unutrašnjih stanja koja bi bila introspektivno proverljiva.

Vek kasnije, savremena filozofija duha iznova i iz svog ugla stavlja pod lupu najprimitivnije, najelementarnije sačinitelje iskustva koji se ne daju dalje analizirati. U svim pomenutim tradicijama, koliko po svemu drugom bile različite, postoji slaganje da je paradigmatičko ispoljavanje fenomenalne sveti oset (senzacija). Ovde se misli na jednostavne senzacije poput boje, mirisa, telesnih senzacija, zvuka i sl. Postoji još jedan razlog zašto su upravo senzacije dospale u centar filozofskih rasprava o fenomenalnoj svesti na kraju dvadesetog veka. Posmatranje toka svesti otkriva brojne različite sadržaje – misli, predstave, sećanja, namere, voljne akte, emocije. Svi ovi sadržaji mogu se analizirati kao mentalne reprezentacije, u čemu je kognitivna psihologija napravila ogromne uspehe. Svi oni takođe mogu biti uspešno podvrgnuti funkcionalnoj analizi. Reprezentacionalistička i funkcionalistička analiza mogu se sprovesti potpuno objektivno, sledeći eksplanatorne modele prirodnih nauka, bez ikakve reference na fenomenalnu svest i unutrašnju perspektivu. One su podjednako dobro primenjive u oblasti veštačke inteligencije, gde svest ne figurira ni u pozadini kao neka moguća „skrivena varijabla“. Pored toga, mentalne reprezentacije i procesiranje informacija uopšte ne moraju biti, a često i nisu, svesni. Korak dalje, kognitivno nesvesno dobrim

Ove se odnose na relaciju odlika prvog reda, na primer na funkcionalnu strukturu mozga. Razlika ova dva nivoa sagledavanja bila je ilustrovana u Birijevoj „šetnji kroz mozak“.

delom i ne može biti osveščeno – generalni je stav kognitivne nauke, kao što smo videli u prvom poglavlju. Kod čoveka, gore pomenuti mentalni sadržaji kada su svesni, imaju i fenomenalni aspekt. Postoji nešto kao što je „kako je misliti određene misli, izvoditi voljni akt, zamišljati neku scenu“. To što se njihov kognitivni, intencionalni sadržaj može analizirati nezavisno od fenomenalnog sadržaja stvara utisak da se ovaj poslednji bez ikakvih posledica može zanemariti, što je u aktuelnim istraživačkim strategijama redovno i slučaj. Kod senzacija se pak fenomenalni kvalitet pojavljuje u najčistijem i u najjednostavnom vidu, nekada čak bez reprezentacionog sadržaja.⁷¹ Oset izgleda da i ne postoji van svoje pojavnosti; teško je, naime, zamisliti šta bi oset uopšte mogao biti van onoga što izgleda da jeste.

Pogledajmo sada šta pojam *qualia* znači za njegovog tvorca C. I. Luisa. *Qualia* su za Luisa neka vrsta subjektivnih univerzalija, kvalitativne odlike koje je moguće razlikovati od odlika objekta, a koje se ponavljaju u različitim doživljajima, koje je moguće, dakle, ponovo prepoznati od jednog do drugog iskustva. Zbog svoje čisto subjektivne prirode, *quale* je direktna i intuitivna datost, nepodložna grešci. Po tome se razlikuje od odlika objekta – pripisivanje neke odlike objektu je posledica akta suđenja, koji može biti pogrešan. Dalje, isti *quale* može u jednoj konkretnoj interpretaciji biti znak za različite objektivne odlike, takođe različita *qualia* mogu biti znak iste objektivne odlike.⁷² Kako su *qualia* subjektivne odlike, ne poseduju imena u uobičajenom smislu, već ih moramo označiti opisno preko izraza poput: „izgleda kao...“. *Qualia* su neizreciva, jer se mogu razlikovati od osobe do osobe, a da ne postoji mogućnost da tu činjenicu otkrijemo. Jedino što možemo je da ih lokalizujemo u iskustvu (*experience*), tj. da specifikujemo uslove njihovog ponovnog javljanja ili njihove relacije sa drugim odlikama. (prema izvodima iz Luisove knjige iz 1929. u zborniku *Filozofija duha: fenomenalna svest*, Metzinger, T., 2006 str. 121, prevela sa nemačkog IH).

⁷¹ Elementarne senzacije iz unutrašnjosti tela, bolovi, elementarni vizuelni fenomeni pri neadekvatnoj stimulaciji (kao fosfeni koji nastaju pritiskom na kapke) ili posle dužeg vremena provedenog u mraku i drugim uslovima senzorne deprivacije možda i još neorganizovane senzacije iz različitih modaliteta koje doživljavaju bebe po rođenju.

⁷² Ovde Luis ukazuje naprosto na činjenicu da između fizikalnih i fenomenalnih odlika ne postoji odnos 1:1. To je nešto sa čim se ponekad susrećemo u svakodnevnom iskustvu, a pokušaji ustanovljivanja korespondencija između jednostavnih čulnih kvaliteta i odlika fizičke stimulacije u psihologiji opažanja takođe su redovno otkrivali da je taj odnos pre kompleksan i nesistematičan nego nalik na 1:1 odnos (vidi npr. čitavu oblast iluzija u opažanju).

Klasični Luisov pojam *quale* odnosi se, da rezimiramo, na formu mentalnog sadržaja koja poseduje subjektivne kriterijume identifikacije, tj. na osnovu kojih introspektivno prepoznavamo njihov transtemporalni identitet. *Quale* je pored toga maksimalno jednostavna vrsta sadržaja, bez unutrašnje strukture, koja je direktno (epistemički neposredovano), intuitivno doživljena i nepodložna analitičkom rašlanjavanju u bilo kakvoj mogućoj mreži odnosa. Takvo određenje *qualia* je specifično i daleko od toga da nailazi na opštu prihvaćenost kod onih koji ovaj pojam koriste. Najproblematičnija odlika *qualia* je njihova pretpostavljena intrinzičnost,⁷³ dakle nerelacioni karakter, tj. invarijantnost u odnosu na kontekst. Na ovome počiva i njihov pretpostavljeni transtemporalni identitet.

Brojna istraživanja u oblasti psihologije opažanja, ukazuju da je takve dekontekstualizovane «atome» sa intrinzičkim odlikama teško moguće ustanoviti – oseti, naprotiv, pokazuju visok stepen senzitivnosti u odnosu na kontekst. Još 30-ih godina dvadesetog veka ovim problemom su se bavili geštalt psiholozi (Kofka, Verthajmer, Keler npr.), podrivajući atomističke koncepcije duha rane strukturalističke psihologije. Fenomeni koje su ustanovili i opisali, kao što su odnos figure i pozadine, konstantnost opažanja boje, oblika, veličine i lokaliteta, te fenomen transpozicije, ukazuju na to da se percepcija prvenstveno odnosi na relacije, a ne na nepromenljive kvalitete, koji od jedne do druge situacije mogu biti prepoznati kao isti. Danas je to opšte mesto koje egzemplifikuju brojne vizuelne iluzije koje su poznate već iz školskih udžbenika. Pored toga što su zabavne, one su i teorijski relevantne, jer nam ukazuju na principe organizacije percepcije i mozga, a u našoj konkretnoj diskusiji na nešto o prirodi *qualia*.

Možda je za problem prirode *qualia* na ovom mestu interesantno pomenuti i takozvani *Ganzfeld* (nem. celo polje) efekat. To je fenomen vizuelne percepcije do koga dolazi prilikom gledanja u uniformno obojeno polje u, za ovakav eksperiment posebno napravljenom aparatu (npr. celo vizuelno polje je ispunjeno jednom istom nijansom

⁷³ Postoji već neslaganje oko toga šta se smatra pod intrinzičkim odlikama – naglasak može biti na tome da su to unutrašnje ili esencijalne ili kvalitativne odlike. Intrinzičnost podrazumeva obično vezanost odlike za samu stvar, iz čega sledi njena izvesna nezavisnost u odnosu na spoljašnju sredinu. Ekstrinzičke odlike, nasuprot tome, zavise potpuno ili delimično od nečeg drugog, te su podložne promeni izmeštanjem u drugačije okruženje.

crvene boje). Umesto da dođe do stabilizacije crvenog *quale* (tj. da vidimo postojano crveno), dolazi posle otprilike 3 minuta do gubljenja viđenja, neke vrste slepila. Ono što se u *Ganzfeld* eksperimentima dešava je desaturacija, tj. gubljenje kvaliteta obojenosti, tako da je jedino što od crvene boje ostaje njena svetlina (to što ispitanici vide posle 3 minuta je više nalik magli nego, kako naivno zamišljamo slepilo, crnilu). Ovaj eksperiment ukazuje takođe na relaciju prirodu opažanja – potpuni nedostatak diferencijacije u celokupnom vizuelnom polju, dovodi do gubitka opažanja boje.

Luisova tvrdnja da je moguće ponovno identifikovati određeni *quale* od jedne iskustvene situacije do druge, takođe je podložna empirijskoj kritici. Mogućnost simultane diskriminacije u *qualia* domenu daleko prevazilazi mogućnost njihovog sukcesivnog prepoznavanja, što je posledica ograničenja memorije (*memory constraint*). Mogućnost rekognicije postoji zapravo samo kod veoma ograničenog broja *qualia*. Tako je, na primer, prosečnom čoveku moguće razlikovati oko 1400 različitih visina tonova, dok može da prepozna samo oko 80 kategorija visina tona (Burns, E.M. & Ward, W.D., 1982). Slične nalaze prezentuje Harvič u vizuelnom domenu – u pogledu sposobnosti diskriminacije i rekognicije različitih tonova boje (Hurvich, L., 1981). Iz ovakvih empirijskih nalaza možemo zaključiti da mi ni izbliza ne raspoložemo fenomenalnim pojmovima niti kategorijalnim sistemom za sve *qualia* koje smo u stanju da doživimo i razlikujemo i da nam stoga nedostaju introspektivni kriterijumi identiteta potrebni za njihovu reidentifikaciju. Fenomenalni svet daleko je prostraniji, dublji i bogatiji od onoga što je moguće verbalno izraziti. Neizrecivošću (eng. *ineffability*) *qualia* bavi se naročito američki filozof duha Dajana Rafman i, videćemo niže, polazeći od ove odlike *qualia* razvija antimaterijalistički argument nove generacije (Raffman, D., 2006).

Iz ugla savremenih empirijskih nalaza u psihologiji, teško je govoriti o *qualia* u Luisovom smislu, kao o transtemporalnim, u odnosu na kontekst invarijantnim esencijama. No, videćemo u petom poglavlju ovog rada, one se ne pojavljuju kao takve ni u starim kontemplativnim tradicijama, koje su svest ispitivale isključivo introspektivno, iz ugla prvog lica, kao ni u čuvenom opisu toka svesti Vilijema Džejmsa.

Intrinzičnost *qualia* je svakako njihova najviše osporavana odlika. U literaturi se diskutuje, međutim, još nekoliko interesantnih odlika *qualia* koje na ovom mestu želimo da predstavimo.

Homogenost Pod homogenošću *qualia* podrazumeva se odlika jednostavnih senzacija da se pojavljuju kao kontinuirane, bez granulariteta; ponekad se govori o ultraglatkoći *qualia* (eng. *ultra-smoothness*). *Qualia* su u svojoj jednostavnosti bez unutrašnje strukture. Doživljeni prostor boje, na primer, poseduje kvalitet gustine (između dve zelene tačke vidimo takođe zeleno). Odavde nastaje problem granulariteta (eng. *grain problem*) kojim se posebno bavio američki filozof Vilfrid Selers. Problem se odnosi na inkompatibilnost dva nivoa opisa u pokušaju reduktivnih objašnjenja *qualia* – sa jedne strane imamo aktivaciju pojedinačnih neuralnih elemenata kao osnovu viđenja boje (fizički nivo), sa druge strane, doživljaj kontinuiteta i homogenosti boje (fenomenalni nivo). Za nešto što samo po sebi nema unutrašnju strukturu, izgleda da je teško pronaći neuralni korelat u moždanim strukturama koje izgledaju granularno organizovane. Homogenost danas međutim ne izgleda kao fatalni problem za fizikalizam, ali u svakom slučaju, ova odlika *qualia* postavlja problem koji neurofiziološke teorije tek treba da reše.

Transparentnost Transparentnost svesti je fenomenološka metafora za činjenicu da naše subjektivno doživljavanje (pre svega u domenu čulnog opažanja) odlikuje vrsta naivnog realizma; imamo utisak da opažamo direktno stvarnost, a ne našu subjektivnu reprezentaciju stvarnosti. Samo za svesna stanja se može reći da su transparentna (razna svesna stanja, kao na primer prilikom mišljenja, predstavljanja, lucidnog sanjanja i sl. nisu transparentna), dok nesvesna stanja ne mogu biti ni transparentna ni netransparentna. Transparentnost se dakle u prvom redu odnosi na jednostavne, senzorne sadržaje svesti.

Ponekad se transparentnost označava kao kartezijska izvesnost. Dekartov *cogito ergo sum* oscilira zapravo između dva donekle različita pojma transparentnosti – fenomenalne i epistemičke. Epistemička transparentnost se odnosi na tvrdnju da je nemoguće varati se o sadržajima sopstvene svesti.⁷⁴ Fenomenalna transparentnost se

⁷⁴ Epistemička transparentnost je povezana sa pitanjem autoriteta u domenu *qualia*. Da li bi, na primer, imalo smisla diskutovati sa nekim ko kaže da vidi plavo, da li ispravno upotrebljava fenomenalni pojam „plavo“ za doživljaj koji trenutno ima. Da li je zamislivo da bi korišćenjem objektivne metodologije (na primer snimajući neki proces u mozgu te osobe) mogli doći do zaključka da ta osoba zapravo ne vidi

odnosi na osećaj sigurnosti i potpune izvesnosti u pogledu sadržaja sopstvene svesti, koja je obično prisutna u svesnom doživljaju. Epistemička transparentnost se može dovesti u pitanje, fenomenalna transparentnost predstavlja naprosto opis jedne odlike svesti, koja se, naravno, može različito interpretirati.

Pojam transparentnosti u ovom drugom smislu uveo je u filozofiju Džordž Edvard Mur 1903, opisujući fenomen na sledeći način: „ Izgleda da važi sasvim uopšteno, da nam ono, što čini oset plavog mentalnom činjenicom, izmiče; to izgleda, ako smem da upotrebim metaforu, transparentno – gledamo kroz i kroz i ne vidimo ništa drugo nego plavo. Možemo biti ubeđeni da je to nešto, ali šta je to, mislim da ni jedan filozof još nije jasno spoznao. U momentu kada pokušamo da fiksiramo pažnju na svest i da jasno vidimo šta je ona, izgleda da ona nestaje: izgleda kao da pred sobom nemamo ništa do same praznine. Ako pokušamo da uhvatimo oset plavo, jedino što možemo videti je plavo – drugi element kao da je prozračan (eng. *diaphanous*). Uprkos tome, možemo ga razlikovati, kada dovoljno pažljivo posmatramo i znamo da tu postoji nešto što se može tražiti.“ (Moore, G. E., 1903. str. 446, prevela sa engleskog IH)

Prezentnost Prezentnost ili *de-nunc* karakter *qualia*, odnosi se na to da se *qualia* uvek doživljavaju u jednom „sada“, van sadašnjeg trenutka *qualia* takoreći ne postoje. Iz perspektive prvog lica, sve što se pojavljuje, pojavljuje se u sadašnjem vremenu. To doživljajno sada Vilijem Džejms opisuje u *Principima psihologije* u poglavlju koje se bavi percepcijom vremena, ne kao nesto oštro poput noža, već više kao sedlo, čija površina ima izvesnu širinu na kojoj sedimo, gledajući u dva vremenska pravca, prošlost i budućnost (James, W., 1899, str. 609). Iz perspektive trećeg lica, međutim, fizički svet se pojavljuje kao lišen sadašnjosti (takođe prošlosti i budućnosti), kao da postoji van vremena (nešto poput boga svetog Avgustina!). Fizikalistički opisi nemaju nikakvu vremensku specifikaciju, iz njih ne možemo saznati šta je „sada“.

Neizrecivost Neizrecivost *qualia* (eng. *ineffability*, nem. *Unaussprechlichkeit*) odnosi se na činjenicu da nam mnoge *qualia* nisu dostupne u kognitivnom smislu, to jest, da nismo u stanju da o njima formiramo pojam, da ih pretočimo u lingvističku formu i da ih saopštimo drugima. Ovde mislimo u prvom redu na, gore već pomenuto, bogatstvo

plavo nego neku drugu boju. Kako bi izgledala argumentacija obe strane, ukoliko bismo ušli u diskusiju sa tom osobom oko toga šta ona zaista vidi.

qualia sveta, koje je moguće doživeti i unutar koga je moguće vršiti fine diskriminacije, ali ne i kategorizacije. Ne samo što ne možemo stvoriti pojam o tome „kako je biti slepi miš“, već ne možemo stvoriti ni pojmove o dubini i suptilnosti sopstvenog doživljajnog sveta. Ono što možemo je da, na pitanje kako je biti u nekom stanju, pokušamo da damo opisni odgovor, služeći se metaforama.

Ukoliko je jedan deo *qualia* domena neuhvatljiv rečima, on se principijelno ne može izvesti iz privatnog u javni prostor verifikacije. Utoliko on izgleda da izmiče nauci i analitičkoj filozofiji duha. U psihoterapiji i sličnim disciplinama, pokušaj govora u unutrašnjim, subjektivnim doživljajima postavlja se kao problem komunikacije. Na raspolaganju nam stoji samo ograničeni broj fenomenalnih pojmova, koji su verbalno usidreni, pri tome je i kod njih jedan deo značenja subjektivan.

Dajana Raffman smatra da su memorijsko ograničenje, o kome smo gore pisali, i neizrecivost *qualia*, koja je posledica toga, dovoljan empirijski razlog da tvrdimo da je materijalizam neplauzibilan, čak i nezavisno od stava koji imamo o prirodi takozvanih fenomenalnih činjenica. Ona ima ovde u vidu danas dominantnu grupu materijalističkih teorija o duhu – reprezentacionalističke teorije, koje tvrde da su u osnovi fenomenalne svesti i *qualia* mentalne reprezentacije, te da je sve čega smo svesni zapravo intencionalni sadržaj reprezentacija (pri čemu nismo svesni samog procesa reprezentovanja). U tom smislu, iskustvo crvene boje je aktivacija reprezentacije crvene boje u mozgu. Po njima ne postoje nikakve subjektivne činjenice, već samo različiti tipovi znanja. Nemogućnost kategorizacije i reidentifikacije brojnih nijansi iskustva koje se mogu opaziti i diferencirati u raznim čulnim modalitetima, ukazuje međutim na to da za njih nemamo nikakve fenomenalne pojmove tj. kodirane pojmovne reprezentacije i da je jedini način komunikacije o njima ostenzija. Bogatstvo iskustva izgleda da daleko prevazilazi konceptualne resurse. (Raffman, D., 2006)

Esencijalna subjektivnost *Qualia* su vezana za subjektivnu perspektivu prvog lica, stoga su principijelno nepodložne objektivizaciji. Sa ovim je povezana njihova privatnost; *qualia* nisu javno dostupna, pripadaju svesnom subjektu, koji je za sopstvena *qualia* vrhovni autoritet. O ovoj odlici neće dalje biti reči na ovom mestu, pošto je ona u fokusu diskusija u odeljcima 4, 6 i 8.

Prezentnost, transparentnost, neizrecivost i esencijalna subjektivnosti su ujedno i najinteresantnije odlike *qualia*, od najvećeg značaja, takođe za probleme svesti u

psihoterapiji. Na diskusiju o odlikama *qualia* vratićemo se i u 5. i 6. Poglavlju, koja se bave metodama prvog lica.

Na kraju, valja pomenuti da neki savremeni filozofi negiraju da takav fenomenalni *primitivum* kao što su *qualia* uopšte postoji. Danijel Denet zastupa najradikalniju varijantu ovog stava u svom čuvenom članku „Quining⁷⁵ *qualia*“ iz 1988. Ovaj pojam počiva na zastarelim metafizičkim intuicijama iz tradicije Rene Dekarta, smatra Denet. Dekart je izgleda u svojoj metodičkoj sumnji propustio da sumnja upravo u ono što je Denetu najsumnjivije. Postojanje *qualia* izgleda očigledno, dok je zapravo ovaj pojam pun protivrečnosti i ne korespondira ni sa čim u realnosti. Stoga ga je moguće bez posledica po naše znanje o svetu ukinuti, smatra Denet (Dennet, D., 1988). U tom slučaju u potpunosti otpada i potreba njihove eksplanacije. Ono što Denet u članku zapravo u prvom redu kritikuje je tradicionalni (nalik Luisovom) koncept *qualia* kao intrinzičkih, nepromenljivih, homogenih entiteta. Da tako nešto, na taj način, ne postoji u svesti – sa tim se možemo lako složiti. No, da li takvi monadični entiteti postoje bilo gde u prirodi? Zašto bi u svesti trebalo očekivati fenomenalne atome modelirane po uzoru iz devetnaestovekovne fizike? Eliminacija *qualia* i svesti iz naše slike sveta je, međutim, dvostruko atraktivno – kontraintuitivne i ekstremne teze su probitačne i skreću na sebe veliku pažnju javnosti; drugo, one lišavaju materijaliste teških problema da objasne, na primer, kako objektivno definisani moždani procesi mogu da stvore subjektivne odlike (ili da budu identični sa njima), te zašto neki moždani procesi imaju fenomenalne odlike (i to sasvim specifičnog kvaliteta), dok ih drugi moždani procesi nemaju i sl. Strategija eliminacije je stoga prevagnula poslednjih decenija u filozofiji duha nad klasičnim materijalističkim pristupima. Treba još reći da, pošto se *qualia* ne mogu individuirati funkcionalno, preko svoje kauzalne uloge, izgleda da empirijske nauke ne znaju šta bi sa njima, a jedan korak dalje od toga je da je ono što se ne može ispitivati naučnim metodama, najbolje shvatiti kao nepostojeće.

Naš stav u naredna dva poglavlja će biti, naprotiv, da je pojam *qualia* neophodan i koristan (pri tome ćemo se fokusirati na psihologiju i psihoterapiju, mada postoje i

⁷⁵ Termin „quining“, odnosno „to quine something“ izum je samog Deneta, koji je inače tvorac brojnih eponima. Ovaj je izveo iz imena svog učitelja, američkog filozofa i logičara Vilara van Orman Kvajna (Quine) i dao mu sledeće značenje: „odlučno poricati egzistenciju ili relevantnost nečemu realnom ili značajnom.“ Ovo je samo jedan od primera iz satiričnog leksikona eponima koji je pod naslovom *Filozofski leksikon* Denet objavio 1978.

mnoge druge oblasti gde je koristan), sasvim nezavisno od njegovog nerešenog ontološkog statusa, te da se ne može bez posledica eliminisati. Pitanje da li je moguće empirijski proučavati domen *qualia* i da li je zamisliva jedna nauka o *qualia* je teško ali izazovno, i njemu ćemo se vratiti u petom poglavlju, jer se pitanje odnosi zapravo na mogućnost nauke koja koristi metode prvog lica i kombinaciju metoda prvog i trećeg lica (tj. fenomenologije i neurofenomenologije).

Rasprava o epistemološkom i ontološkom statusu fenomenalne svesti koja sledi, fokusirala se oko problema *qualia*, jer, ukoliko na ovom nivou složenosti postoji problem njihovog pojmovnog određenja ili pak problem njihovog reduktivnog objašnjenja, onda nije izgledno da ćemo te probleme uspeti da zaobiđemo ni kad je reč o složenijim sadržajima svesti, kao što su percepti, emocije, intencije, doživljaj sebe i odnosa sa drugim ljudima i brojni drugi, do kojih nam je, moguće, više stalo nego do jednostavnih senzacija.

3.6. Epistemološki problem *qualia*

Epistemička asimetrija je spoznajnoteorijski problem teorija svesti koji nastaje usled toga što o svesnim doživljajima, za razliku od svih fizikalnih stanja i moždanih stanja, znamo ne samo iz spoljašnje već i iz unutrašnje perspektive. To stvara utisak da o svesnim procesima posedujemo vrstu introspektivnog znanja koje nam je direktno dostupno iz ugla prvog lica, tj. da nam posedovanje unutrašnje, subjektivne perspektive omogućava spoznajno privilegovani položaj u odnosu na sopstvene svesne procese. Fenomenalna svest je taj subjektivni fenomen sa direktnim povlašćenim pristupom sopstvenim sadržajima. Ukoliko je o svesnim procesima moguće znanje iz dve suštinski različite perspektive – perspektive prvog lica (direktno znanje) i perspektive trećeg lica (indirektno znanje, kakvo imamo o svim drugim fenomenima koje proučavaju nauke), postavljaju se dva pitanja. Prvo se odnosi na to ko je spoznajnoteorijski autoritet o činjenicama svesti, doživljajni subjekat ili objektivna nauka. Drugo pitanje se odnosi na to u kakvoj su vezi ove dve perspektive. Oba pitanja poseduju izuzetnu teorijsku i praktičnu relevantnost. U ovom poglavlju ćemo se fokusirati više na teorijske aspekte problema, dok ćemo u sledećem poglavlju pokazati detaljno zašto smatramo da je vrsta

odgovora na upravo ova pitanja od presudnog značaja za ono što će se smatrati ispravnom terapijskom intervencijom.

Dok se u ovom odeljku bavimo epistemološkim problemima fenomenalne svesti, a u sledećem ontološkim, treba imati u vidu da je ovo razlikovanje, koliko opravdano, toliko i uslovno. Ukoliko tvrdimo, na primer, da je subjektivno znanje posebna forma znanja o činjenicama, tome može (mada ne mora nužno, kako ćemo kasnije videti) biti vrlo blizu gledište da postoje nefizikalne činjenice subjektivnog karaktera, o kojima principijelno ne možemo imati potpuno znanje putem empirijskog istraživanja kakvo poznaju prirodne nauke. Tako se, na primer, Nejgel, o kome smo prethodno pisali, na jednom mestu u svom članku (Nejgel, T., 2004, str. 112) deklariše kao realista u pogledu subjektivnog, jer veruje da postoje iskustvene činjenice koje su van domašaja ljudskih pojmova i koje ne zavise od istinitosti iskaza koji se mogu izraziti ljudskim jezikom.

Jedna od centralnih tačaka u diskusiji epistemološkog problema *qualia* je argument nepotpunog znanja (eng. *incomplete knowledge argument*), koji je razvio australijski filozof Fred Džekson u članku iz 1982. godine (Džekson, F., 2004). Po Džeksonu, fizikalnim informacijama koje nam pružaju fizičke, hemijske i biološke nauke (uključujući i informacije o kauzalnom delovanju određenih procesa u nervnom sistemu i određenih događaja u prošlosti na aktuelne mentalne procese) ne iscrpljuju se sve odlike sveta. Fizikalizam nešto izostavlja i usled toga ne može da nam ponudi kompletnu sliku sveta. Džekson se, zastupajući ovakav stav, deklariše kao „kvalitativno izopačena osoba“ (eng. *qualia freak*), tj. neko ko ozbiljno shvata postojanje kvalitativnih svojstava. On smatra, međutim, da može da pokaže da je odbacivanje fizikalizma iz tog ugla više od neargumentovane intuicije. Pošto je sporna stvar šta je kome intuitivno očigledno (na primer, onome što „qualia freaks“ smatraju očiglednim, fizikalisti poriču očiglednost), Džekson preuzima da razvije epistemološki argument za svoj stav, te da ga uporedi sa drugim argumentima protiv fizikalizma.

Džeksonov prvi mentalni eksperiment odnosi se na fiktivnu osobu Freda, koja može da vidi jednu boju više (kao zaista drugačiju i posebnu) od drugih ljudi, mada možda ne poseduje za nju neko posebno ime. Ne samo što Fred, zahvaljujući tome, uspeva da napravi razlikovanja koja nama ne polaze za rukom, već i njegov fizikalni aparat može pokazati razlike (on može, na primer, imati drugačije vrste čepića na mrežnjači od nas!).

Sve znanje koje nam mogu pružiti različita naučna ispitivanja Freda ostavljaju nas i dalje pred misterijom – kako izgleda ta nova boja koju Fred vidi. Kada bismo mogli da presadimo sebi Fredov optički sistem, saznali bismo nešto novo, smatra Džekson (Džekson, F., 2004, str. 123).⁷⁶

Drugi Džeksonov mentalni eksperiment o fiktivnoj neuronaučnici Meri predstavlja još čistiji argument za epistemološku ireducibilnost *qualia*. Meri poseduje kompletno znanje o nervnom sistemu i neurofiziološkim procesima vezanim za opažanje boja, ali je sama od rođenja živela u crno beloj sobi, te nije nikada imala prilike da vidi boje. Pitanje koje se postavlja je da li će Meri, kada iziđe jednog dana iz svoje ahromatske sobe i prvi put vidi obojeni svet, saznati nešto novo. Ukoliko smatramo da će Meri saznati nešto novo (u odnosu na kompletno neurofiziološko znanje o opažanju boja iz ugla trećeg lica, koje je već posedovala), onda bi iz toga sledilo da je fizikalizam nepotpun, tj. da sve fizikalne informacije nisu sve informacije.

Džekson smatra da je epistemička asimetrija jači argument protiv fizikalizma od modalnih argumenata (o kojima ćemo pisati u narednom odeljku) i „kako izgleda biti“ argumenata, iako je sa ovima kompatibilan. Modalni argument protiv fizikalizma odnosi se, ukratko, na logičku mogućnost postojanja organizama (u nekom od mogućih svetova), koji su nam identični u svakom fizičkom pogledu, ali se od nas suštinski razlikuju po tome što nemaju svesni mentalni život. Modalni argument počiva, smatra Džekson, na jednoj intuiciji koja nije opšte prihvaćena. Njemu lično je prihvatljiva, ali pre kao posledica njegovog epistemološkog argumenta da su kvalitativna svojstva izostavljena iz fizikalističke slike sveta, nego kao osnova po sebi za odbacivanje fizikalizma. Naročito stoga, smatra on, što se fizikalizam danas zastupa kao kontingentna a ne kao nužna istina.

„Kako izgleda biti“ tip argumenta protiv fizikalizma, koji je, kako smo videli, razvio Tomas Neigel, Džekson takođe smatra različitim od svog epistemološkog argumenta. Po njemu, mi ne možemo ni na osnovu fizikalnih, ni na osnovu drugih informacija

⁷⁶ Ovde Džekson navodi kao preteču ovog svog mentalnog eksperimenta roman H. G. Velsa *Zemlja slepih*, koji nas u jačem obliku postavlja pred isti problem – čovek koji ima čulo koje drugi nemaju (osoba sa vidom u zajednici potpuno slepih ljudi), čak i uprkos svojim postignućima (koja mu drugi doduše priznaju kao takva, ne dovodeći ih u vezu sa posedovanjem novog čula), biva ismejan. Drugi nisu u stanju ni da zamisle da bi moglo postojati neko čulo, kakvo je njima potpuno nedostupno, a koje mu omogućava drugačija postignuća.

otkriti kako izgleda biti Fred „iznutra“, jer nismo Fred; možemo samo saznati nešto više o njemu, kao na primer, kako izgleda ta nova boja koju on vidi. Džekson, ipak, ovde priznaje da se ne radi o suštinskoj razlici, već razlici u opsegu znanja. Ako bi fizikalizam bio tačan, smatra Džekson, sledeći, po našem mišljenju, sličan tok razmišljanja kao Nejgel, ne bi nam trebala nikakva imaginacija i ekstrapolacija znanja o sopstvenom doživljavanju na Freda, da bismo razumeli Fredov doživljajni svet; tu informaciju bismo zapravo već imali. Očigledno je, međutim, da je ne posedujemo.

Džekson na kraju, pomalo iznenađujuće, vodi svoj zaključak o ireducibilnosti kvalitativnih svojstava u pravcu epifenomenalizma – ne postoji, po njemu, dobar razlog da smatramo da su kvalitativna svojstva kauzalno delotvorna u odnosu na fizički svet. Moguće je ipak da ona utiču na druga mentalna stanja. Nijedan od uobičajeno navođenih razloga zašto bi kvalitativna svojstva morala biti delotvorna u fizičkom svetu nema dovoljnu snagu za Džeksona. To što jedan događaj sledi drugi (npr. reakcija izbegavanja bola sledi oset bola) ne implicira kauzalnu vezu među njima, u smislu koji je još Hjum imao u vidu. Drugo, ideja da su se kvalitativna svojstva morala razviti tokom evolucije zato što su doprinosila opstanku, nije Džeksonu ubedljiva; danas znamo da ne doprinose sve odlike živih bića opstanku – neke su naprosto nusproizvodi evolucije – smatra Džekson. U tom smislu su *qualia* samo nusproizvodi izvesnih moždanih procesa, koji jesu korisni za opstanak. Pošto kvalitativna svojstva i ponašanje po Džeksonu nisu ni u kakvoj direktnoj vezi, moguće je da su i jedno i drugo uzrokovani nečim trećim, što mogu biti fizički moždani procesi. Kvalitativna svojstva nisu po ukusu mnogih, jer ostaju kao vrsta neprirodne izrasline – ona ništa ne čine, ništa ne objašnjavaju, te mnogima izgleda da stvaraju samo nepotrebnu misteriju, jer ostaje nejasno kako se uopšte uklapaju u naučni pogled na svet. Ali time što su beznačajne za opstanak, ne znači da ne postoje, smatra Džekson. Fizikalizam je suviše optimističan u pogledu naše moći shvatanja mesta svesti i duha u opštoj shemi stvari; koliko god uspešna, ova teorija nešto izostavlja. Džekson je pre pesimista u pogledu naše mogućnosti da artikulišemo obuhvatnu sliku o svetu i našem mestu u njemu i sklon verovanju da postoji slepa mrlja u našem razumevanju stvarnosti.

Džeksonov argument nepotpunog znanja i mentalni eksperiment o neuronaučnici Meri postali su, naravno, predmet rasprava u filozofiji duha koje traju do danas. Fizikalisti pokušavaju da odgovore na pitanje šta Meri nije znala živeći u ahromatskoj sobi, te šta je saznala, iziživši iz nje – na način koji im omogućava da izbegnu svaku moguću

dualističku implikaciju i ostanu pri svojim temeljnim ontološkim uverenjima. Pri tome su moguće različite opcije. Jedna je tvrditi da bi posedovanje istinski kompletnog neurofiziološkog znanja o opažanju boja omogućilo Meri da unapred tačno zna šta će doživeti kada napusti ahromatsku sobu. U tom smislu, Meri ne bi saznala ništa novo, a subjektivno iskustvo boje nije ništa više od kompletnog funkcionalnog znanja o procesima opažanja boja. Ovo je eliminativistička opcija koju smo opisali u odeljku 3, na primeru Čerčlandovih i Deneta. Druge moguće reakcije fizikalista su da tvrde da Meri ne stiže nikakvo novo činjenično znanje (tj. znanje o fenomenalnim činjenicama), već jednu novu sposobnost predstavljanja ili pak da razvija novi modus predstavljanja starih činjenica (fizikalnih činjenica o kojima je već posedovala znanje). Nećemo na ovom mestu ulaziti u detalje fizikalističkih objašnjenja Meri eksperimenta, jer su ona suštinski izvodiva iz nekoliko načina fizikalističkog ophođenja sa fenomenalnom svešću, koje smo već opisali u trećem odeljku ovog poglavlja.

Argument nepotpunog znanja postavlja pred fizikalizam težak problem, ali treba imati u vidu da on ne može da opovrgne fizikalizam kao metafizičku doktrinu.⁷⁷ Skloni smo, međutim, da se složimo sa Fleneganom (Flanagan, O., 1992, str. 98–100) da bi slučaj Meri mogao da opovrgne lingvistički fizikalizam, u smislu tvrdnje da se sve fizičko može izraziti i adekvatno obuhvatiti jezicima fizičkih nauka. O ontološkim konsekvencama Džeksonovog argumenta biće dalje reći u sledećem odeljku.

Problem koji je postavio Džekson – postoji li privilegovana forma znanja o fenomenalnim stanjima, koju možemo steći samo kad sami doživimo ta stanja – u prvom redu je, međutim, epistemološki problema *qualia*. Na ovom mestu želimo da još ukratko predstavimo Levinov argument eksplanatornog jaza (eng. *explanatory gap argument*), koji ukazuje na relevantnost ovog epistemološkog problema za filozofiju nauke.

Džozef Levajn u članku „Eksplanatorni jaz“ (Levine, J., 1983) izražava sumnju da se materijalizam (on ima u vidu tezu psiho-fizičkog identiteta⁷⁸) može opovrgnuti

⁷⁷ Uverenje koje ćemo zastupati u ovom radu je da savremene formulacije metafizičkih doktrina u filozofiji duha (bilo fizikalističkih ili nefizikalističkih) nisu podložne falsifikaciji nikakvim naučnim metodama koje danas poznajemo, koliko god neke od njih insistirale na svojoj privrženosti prirodnim naukama i veri u moć prirodnih nauka da ponude kompletnu sliku stvarnosti.

⁷⁸ Pošto argument eksplanatornog jaza postavlja teške principijelne probleme za materijalizam i fizikalizam, najradikalnija varijanta fizikalizma – eliminativizam, predstavlja njegovu konsekventniju

modalnim argumentima, ali smatra da eksplanatorni problem svesti ostaje, čak i u slučaju da usvojimo metafizičku poziciju, po kojoj su *qualia* u osnovi reducibilne tj. identične sa nekim fizičkim odlikama.

Redukciju u prirodnim naukama opravdavaju njene eksplanatorne moći. Materijalizam, međutim, ne pruža objašnjenje mentalnog u terminima fizičkog. Objašnjenje pretpostavlja da se *explanandum* može dedukovati iz *explanansa*, što nikada nije slučaj između mentalnih i fizičkih stanja. Korelacija između aktivacije C-vlakana ili nekog funkcionalnog stanja F i doživljaja bola, na primer, ne ukazuje ni na kakvu intrinzičku vezu, koja bi mogla da učini drugo razumljivim iz prvog. Usled nepostojanja takve intrinzičke veze, nemamo načina da utvrdimo ni meru sličnosti tj. različitosti u fizičkoj ili funkcionalnoj organizaciji u odnosu na našu, koja bi takođe mogla da bude osnova mentalnog stanja bola. Zato principijelno ne možemo znati da li bića drugačija od nas imaju određena kvalitativna stanja ili ne, niti možemo da, na bilo koji nezavisan način, utvrdimo da li su određene psiho-fizičke identifikacije tačne. Upravo iz ovog eksplanatornog jaza, smatra Levajn, rađaju se razne modalne intuicije koje mnogima na prvi pogled izgledaju plauzibilno (Levine, J., 1983, str. 354–61).

Iako Levajn smatra da je eksplanatorni jaz jaz u našem razumevanju prirode, a ne nužno u samoj prirodi, ostaje uvek mogućnost i da je on posledica genuinog jaza u prirodi stvari. Epistemološka posledica Levajnovе argumentacije je, međutim, izvesnija – ukoliko ne postoji način da utvrdimo da li je bilo koja tvrdnja o psiho-fizičkim identifikacijama tačna, moramo se suočiti sa činjenicom da postoji granica u našem razumevanju svesnih fenomena iz njihovih fizičkih preduslova tj. korelata. Ukoliko se fenomenalna svest i kvalitativne odlike iskustva, vezane za perspektivu prvog lica, principijelno opiru pokušaju da budu objašnjene bilo kakvim fizikalnim činjenicama, onda one predstavljaju granicu primene prirodnonaučnog modela objašnjenja.

varijantu od teze psiho-fizičkog identiteta. Radikalni eliminativizam može jednostavno da negira postojanje eksplanatornog jaza, jer po njemu nema ni između čega da postoji jaz.

3.7. Ontološki problem *qualia*

Pored logičkih i epistemoloških argumenata⁷⁹ za ireducibilitet *qualia*, u savremenim filozofskim diskusijama prisutna je još jedna vrsta argumenta, nazvana obično modalnim argumentom. Modalni argument počiva na modalnim intuicijama i operiše pojmom mogućeg sveta (eng. *possible world*). Pojam mogućeg sveta predstavlja instrument filozofskog mišljenja sa dugom tradicijom, koji pomaže preciznijem postavljanju pitanja, koji, međutim, ne nailazi na opšte prihvatanje.⁸⁰ Mogući svet je zamisliv (eng. *conceivable*, nem. *vorstellbar* ili *denkbar*), otuda se takođe modalni argument ponekad u literaturi označava kao *conceivability argument*. O zamislivosti se govori, ne u smislu neke neobuzdane fantazije, već u smislu mogućnosti da ga na koherentan, logički neprotivrečni način opišemo i mislimo. Tako neki savremeni filozofi duha govore o zamislivosti takozvanog „filozofskog zombija“⁸¹, sistema koji je funkcionalno izomorfna čoveku, sem što mu nedostaje svesno iskustvo ili mu nedostaju bar neka od svesnih stanja koja mi posedujemo (kompletan ili parcijalan zombi), ne u smislu mogućnosti njegovog aktuelnog postojanja u našem svetu, već mogućnosti njegovog postojanja u nekom (bar jednom) od mogućih svetova. Argument zamislivosti ili modalni argument koriste neki od savremenih antiredukcionistički orijentisanih

⁷⁹ Logički i epistemološki argumenti ne mogu se striktno razdvojiti. Logički se odnose u prvom redu na prirodnu naučnog objašnjenja. Pošto fizikalna objašnjenja mogu da objasne samo strukturu i funkciju (u smislu kauzalne uloge) nekog fenomena, a pojam svesti se u suštini odnosi na subjektivno iskustvo i njegove fenomenalne odlike (*qualia*) čije postojanje nije izvodivo iz strukture i funkcije moždanih procesa, nijedna fizikalna teorija ne može *in principio* da objasni svest. Epistemološki argumenti se u prvom redu odnose na gore opisani argument nepotpunog znanja. Videli smo da se ova dva tipa argumenta susreću u Levinovom shvatanju eksplanatornog jaza.

⁸⁰ Mi smo skloni da visoko vrednujemo ulogu modalnih intuicija u mišljenju. Misлити znači eksplicirati sopstvene intuicije, od kojih su mnoge modalnog tipa (naročito u kreativnom mišljenju i rešavanju problema); misлити u filozofiji ili nauci znači pokušati, uz to, pronaći i logičke i/ili empirijske argumente koji podržavaju sopstvene intuicije ili govore protiv mogućih suprotnih intuicija. Potpuno priklanjanje fakticitetu, empiriji i *bottom up constraints* pristupu sužava horizont razmišljanja o problemima, te nas čini podložnim delovanju „kolektivne hipnoze“ – stavovi koji su iz nekog razloga trenutno u modi mogu nam se lako učiniti kao jedino mogući i zatvoriti nas za drugačije prostore mišljenja o problemu.

U sledećem poglavlju ćemo videti da u psihoterapijskoj situaciji modalne intuicije i modalni način mišljenja, naročito u pristupima koji su fokusirani na rešenja, (eng. *solution focused*) kao što je, na primer, pristup Stiva de Šejzera i Inso Kim Berg, predstavljaju ključ uspešnih psihoterapijskih intervencija i nastojaćemo da pokažemo zašto je tako.

⁸¹ Ovde je reč o mentalnom eksperimentu, u tom smislu se govori o filozofskom zombiju. Filozofski zombi je, ukratko, replika čoveka kojoj nedostaje svest, tj. perspektiva prvog lica.

filozofa kao argument protiv fizikalizma, no ovaj tip argumenta, primenjen na problem odnosa duše i tela, koristio je eksplicitno još Dekart, doduše sa sasvim drugačijim naglaskom od savremenih antiredukcionista. Tako Dekart u šestoj meditaciji, iz činjenice da je moguće jasno i razgovetno razlikovati dve stvari, izvodi zaključak da su te dve stvari različite, bar u smislu da je bog u stanju da ih razdvoji. „Sa jedne strane imam jasnu i razgovetnu ideju sebe kao stvari koja samo misli i ne proteže se, sa druge strane imam razgovetnu ideju o telu koje se samo proteže i ne misli, izvesno je da sam ja (to jest moja duša koja me čini onim što sam), potpuno i istinski različit od mog tela, i da mogu biti ili postojati bez njega.“ (Dekart, R., 2012, str. 60). Dekartov modalni argument je po formi veoma sličan modalnom argumentu savremenih antiredukcionista, iako je po sadržaju gotovo suprotan. Dok Dekart tvrdi mogućnost postojanja *res cogitans* bez *res extensa*, danas je popularno tvrditi obratno, da je moguće da u nekom od svetova postoji čovekova fizikalna ili funkcionalna replika koja ne poseduje fenomenalnu svest (dakle, *res extensa* bez *res cogitans*, možda onako kako je Dekart zamišljao životinje).

Druga razlika koju savremeni antiredukcionista (od kojih su mnogi takođe skloni dualizmu) pokazuju u odnosu na Dekarta je što je ovaj zastupao dualizam supstancija,⁸² dok većina dualista danas govori o dualizmu odlika. Ukratko, dualizam supstancija tvrdi da, pored fizičkih, postoje i nezavisni, nematerijalni entiteti koji su nosioci fenomenalnih odlika, dok dualizam odlika zastupa tezu da, pored fizičkih odlika, postoje i fenomenalne odlike, koje, međutim, ne moraju počivati na nekoj nematerijalnoj nosećoj supstanci, već se, naprosto, principijelno ne mogu reduktivno objasniti iz logičko semantičkih i epistemoloških razloga.

Vratimo se mentalnom eksperimentu filozofskog zombija. Zombija možemo zamisliti kao fizikalnog dvojnika, kao što je to učinio australijski filozof Kempbel u svojoj knjizi *Telo i duh* još 1970. (Campbell, K., 1970), ili, što je danas mnogo uobičajenije, kao funkcionalno izomorfno dvojnika, čija je kauzalna, ali ne nužno i fizička struktura identična čovekovo, kao što čine Blok i Fodor (Block, N., & Fodor, J., 1972), Blok

⁸² Dualizam supstancija je danas retka pozicija među filozofima. Najpoznatiji savremeni zastupnici dualizma supstancija su britanski filozofi Ričard Svinbern i Džon Foster. Naziv Fosterove knjige iz 1991. (*The Immaterial Self: A Defence of the Cartesian Dualist Conception of the Mind*) jasno govori o njegovoj poziciji – dualizam kartezijanskog tipa, smatra on, održiv je i u kontekstu savremene nauke i dominantnog fizikalizma .

(Block, N., 1978) Šumejker (Shoemaker, S., 1975) ili Dejvid Čalmers, za čije ime se verovatno u najvećoj meri vezuju zombi-eksperiment i modalni argumenti. Filozofski zombi počiva u osnovi na takozvanom argumentu odsutnih *qualia* (eng. *absent qualia argument*), koji Blok među prvima koristi kao argument protiv funkcionalizma u svom članku „Problemi sa funkcionalizmom“ iz 1978.⁸³ Ovaj argument obično ima sledeću formu: ukoliko su funkcionalna i fenomenalna stanja identična (kako tvrde funkcionalisti), ona moraju biti u svim logički mogućim⁸⁴ svetovima identična. Za svaki svesni sistem zamisliv je funkcionalno izomorfni dvojniki koji ne poseduje fenomenalne, doživljajne odlike. *Ergo*, funkcionalizam je netačan.

Ključna razlika između zombija i čoveka pojavljuje se dakle tek iz ugla prvog lica. Spolja gledano, iz ugla trećeg lica, zombi je identičan čoveku, jer je njegovo ponašanje (uključujući i verbalno ponašanje, dakle i izveštavanje o doživljajnim odlikama, koje zapravo ne poseduje) identično. Unutrašnja perspektiva međutim ne postoji kod zombija, ne postoji ništa poput „kako je biti zombi“.

Argumentu odsutnih *qualia* sličan je nešto slabiji argument invertovanih *qualia* (*inverted qualia argument*), koji iznosi, iako ne pod tim modernim imenom, još Džon Lok, u svom *Ogledu o ljudskom razumu*. On se odnosi na mogućnost da jedna određena fizička ili funkcionalna organizacija ne mora nužno biti povezana sa određenom vrstom fenomenalnih sadržaja. Moguće je naime zamisliti, na primer, da neko on nas poseduje u svom subjektivnom, doživljajnom prostoru invertovani spektar boja, tj. da tamo gde ostali opažaju plavo, on opaža žuto. Pri tome bi ta osoba, zahvaljujući svojoj istoriji učenja u socijalnom kontekstu, takođe koristila reč „plavo“ tamo gde i mi, samo što bi

⁸³ Fenomenalna mentalna stanja su se pojavila kao problem za funkcionalizam, jer se ne mogu iscrpno opisati svojom kauzalnom ulogom; uvek izgleda da preostaje jedna posebna vrsta čisto fenomenalnih sadržaja koja nije dotaknuta čisto funkcionalnim opisima.

⁸⁴ Kada govorimo o mogućim svetovima koji se pojavljuju u modalnim argumentima, možemo imati u vidu logički moguće svetove (*logically possible worlds*), koji predstavljaju skup modela moguće stvarnosti, koji su zamislivi bez protivrečnosti. Uža kategorija su nomološki mogući svetovi (*nomologically possible worlds*), koji moraju biti zamislivi u okviru prirodno naučnih zakonitosti koje poznajemo u našem svetu. Iskazi o nomološkim mogućnostima su sadržajno ispunjeniji i jači od iskaza o logičkim mogućnostima. Ponekad se govori i o metafizički mogućim svetovima (*metaphysically possible worlds*), pri čemu pitanje da li je prostor metafizički mogućih svetova identičan ili ne sa prostorom logički mogućih svetova ostaje otvoreno za različite interpretacije. Kod argumenta odsutnih *qualia* i zamislivosti zombija reč je uvek o metafizičkoj, a ne aktuelnoj mogućnosti. Zombiji bi u nekoj drugoj vrsti sveta od naše mogli postojati, bar u univerzumu koji je fizički identičan našem ali u kome ne postoji svest.

njeno subjektivno, doživljajno značenje bilo drugačije nego naše – za nju bi plavo imalo subjektivni kvalitet koji za ostale ima žuto. Pitanje je kako bi bilo moguće utvrditi da ta osoba ima invertovani subjektivni doživljaj boja, tj. kako bismo mogli da znamo da ona vidi žuto kada kaže da vidi plavo i kada mi vidimo plavo. Odgovor je da ne postoji način da to saznamo. U tom smislu je problem invertovanih *qualia* parcijalni aspekt problema postojanja svesti kod druge osobe (*other minds problem*). Nikakva količina fizikalnih informacija o drugoj osobi iz ugla trećeg lica ne može otkriti da druga osoba ima invertovani spektar boja, kao što ne može rešiti ni problem postojanja svesti druge osobe. Nije moguće zamisliti kakve fizičke informacije bi povlačile logički zaključak da druga osoba ima svest u smislu *qualia* ili neko specifično *quale*.

Sledeći korak bi bio postaviti isto pitanje iz ugla prvog lica – kako znam da ja sama ne posedujem invertovani spektar boja (tj. da drugi vide boje invertovano u odnosu na mene), ili u još drastičnijoj formulaciji – kako znam da ja sama nisam zombi (tj. da drugi poseduju neku drugačiju i istinsku vrstu unutrašnje svesnosti, dok ja samo verujem da sam svesna, dok to zapravo nisam). Ukoliko zamislimo da su fenomenalne odlike potpuno „razvezane“ od funkcionalnih odlika, u smislu segregacionističke intuicije⁸⁵, onda je zapravo potpuno nemoguće dati odgovor na ovakva pitanja. Iz tog razloga, problem odsutnih ili invertovanih *qualia* iz fizikalističkog i funkcionalističkog ugla može izgledati kao pseudoproblem. Slično, sa ovog stanovišta teški problem svesti (*hard problem*) – zašto uopšte postoji fenomenalna svest umesto da se svi kognitivni procesi naprosto odvijaju „u mraku“ – takođe se pojavljuje kao pseudoproblem.

Sada, kada smo u odeljcima od 4 do 7 prikazali ključne antiredukcioniističke argumente, pogledajmo spektar mogućih odgovora na njih, te kako se iz njih konstituišu tipične pozicije koje je moguće zastupati u savremenim diskusijama o ontološkom statusu fenomenalne svesti i *qualia*.

Fenomen svesti se *prima facie* ne uklapa u sliku sveta koju su stvorile prirodne nauke u poslednja tri i po veka. Dualizam supstancija koji je izgledao kao sasvim prikladno

⁸⁵ Pod segregacionističkom intuicijom (vidi npr. Gizeldere u: Block, N., Flanagan, O., Güzeldere G., 1997, str. 11) podrazumeva se, u filozofiji duha raširen stav da, ukoliko se pođe od kauzalne karakterizacije svesti, onda se svest tretira kao esencijalno nefenomenalna i da, ukoliko se pođe od fenomenalne karakterizacije svesti, onda se ona shvata kao esencijalno nekauzalna. Alternativa tome bi bila integracionistička intuicija, po kojoj ono što svest čini kao svest nije moguće okarakterisati nezavisno od onoga kako svest izgleda, i ono kako svest izgleda nije moguće shvatiti nezavisno od onoga što svest čini. O ovome će biti još reči u kasnijim poglavljima.

rešenje za 17. vek teško kome još izgleda uverljiv; pitanje mesta svesti u prirodnom poretku je na kraju dvadesetog i početkom dvadeset i prvog veka ponovo otvoreno.⁸⁶ Čalmers u svom čuvenom eseju „Svest i njeno mesto u prirodi“ iz 2002. smatra da stojimo pred izborom da revidiramo ili naše shvatanje svesti ili naše shvatanje fizičkog sveta (Chalmers, D., 2002). Prvi pravac razmišljanja je fizikalizam, pre svega redukcionističkog tipa, o čijem razvoju smo pisali u odeljku 3. Drugi pravac razmišljanja je heterogeniji i najbolje je da ga nazovemo jednostavno antiredukcionizmom.

Problem mesta svesti u prirodi (ontologije svesti) diskutovao je još 1925. godine Č.D. Broud, u pokušaju da napravi obuhvatnu taksonomiju mogućih shvatanja odnosa svesti i fizičkog sveta, te je opisao 17 mogućih rešenja ovog problema. Čalmers smatra da je razvoj naših saznanja u poslednjih 75 godina redukovao broj plauzibilnih rešenja na 6, koje obeležava slovima od A do F. Od toga su rešenja A, B i C redukcionistička, jer smatraju da za objašnjenje svesti nije neophodno proširivanje fizikalističke ontologije, dok rešenja D, E i F smatraju da je fizikalističku ontologiju neophodno proširiti ili je reformulisati da bi se približila mogućnosti objašnjenja svesti. U odeljku tri već smo opisali materijalistička rešenja, koja danas uživaju veliku popularnost; sada ćemo pogledati pored njih i mogućnosti antiredukcionističkih rešenja koja Čalmers označava sa D, E i F.

Vrlina Čalmersove taksonomije je u tome što izostrava tipove mišljenja o problemu, zanemarujući različite formulacije i nijanse; stoga ćemo joj posvetiti nešto prostora. To nam omogućava da vidimo, sa jedne strane, kako obrasci modernog mišljenja mogu da se trasiraju do svojih istorijskih preteča, o kojima je bilo reči u prvom odeljku ovog poglavlja; sa druge strane, koliko uverljivo oni izgledaju danas, u svetlu savremenih naučnih saznanja (u smislu njihove nomološke mogućnosti). Broj mogućih filozofskih pozicija u ontologiji svesti je relativno ograničen i može se izvesti iz odnosa prema stavovima gore opisane Birijeve trileme (pitanje identiteta mentalnih i fizičkih

⁸⁶ Kada kažemo ponovo, mislimo u odnosu na vreme nastanka prirodnih nauka u sedamnaestom veku, kada je trebalo integrisati novi pogled na prirodu i svet sa još uvek dominantnim hrišćanskim shvatanjima. Videli smo u prethodnom poglavlju kakvu je ulogu odigrao Dekartov dualizam u tom poduhvatu. Buran razvoj nauka u 20. i 21. veku doveo je, međutim, u pitanje, kako tradicionalne koncepte materije, tako i tradicionalne koncepte duha.

fenomena, pitanje kauzalne delotvornosti mentalnih fenomena i pitanje kauzalne zatvorenosti fizičkog sveta).

Materijalizam A-tipa po Čalmersovoj taksonomiji već smo detaljno opisali u trećem odeljku ovog poglavlja. U ovu kategoriju spadaju eliminativizam i vrsta funkcionalizma slična logičkom bihejviorizmu. Zajedničke su im tvrdnje da epistemički jaz⁸⁷, kao ni teški problem svesti (*hard problem*), ne postoje, da je zombi nezamisliv, a argument nepotpunog znanja pogrešan, jer ne postoje nikakve fenomenalne istine koje Meri nisu bile dostupne u ahromatskoj sobi; susrevši se sa svetom boja ona stiče u najboljem slučaju jednu novu sposobnost. Svest se u potpunosti može opisati u funkcionalnim ili u bihejvioralnim terminima⁸⁸ i samo tako ima smisla govoriti o svesti, ili pak ovaj termin treba potpuno odbaciti. Najveći problem ovakvih stanovišta je u tome što negiraju ono što je *prima facie* očigledno. Kontraintuitivnost ne bi morala biti *per se* fatalna po jednu filozofsku poziciju, ukoliko se za nju mogu pronaći jaki nezavisni argumenti. To međutim izgleda da kod materijalista A-tipa nije slučaj; oni kao glavne argumente navode analogije iz istorije nauke, od kojih ni jedna, kako pokazuju detaljnije analize (vidi npr. o tome Neigelovu u 4. odeljku) ne uvažava specifičnost problema svesti.

Materijalizam B-tipa prihvata postojanje epistemičkog jaza između fizičkog i fenomenalnog, negirajući istovremeno postojanje ontološkog jaza. Filozofski zombi je zamisliv, ali ne i metafizički moguć. Meri nije poznavala neke fenomenalne istine, ali one se u krajnjoj liniji odnose na fizičku stvarnost koja im je u osnovi, što znači da ona, kada napusti svoju crno belu sobu, uči o starim činjenicama na novi način. Materijalisti B-tipa takođe prihvataju distinkciju teškog i lakog problema svesti, ali smatraju da ona ne reflektuje ontološku distinkciju. Obično predstavnici ovog tipa materijalizma pretpostavljaju neku vrstu identiteta fenomenalnih stanja sa fizičkim odnosno funkcionalnim stanjima, kao što smo videli u prikazu ovih shvatanja u trećem odeljku ovog poglavlja. Videli smo takođe da se pretpostavka identiteta opravdava obično analogijama iz drugih naučnih oblasti. Problematičnost ovakve argumentacije je u tome što je karakter epistemičkog jaza u slučaju svesti različit od mogućeg epistemičkog jaza u drugim naučnim oblastima. U svim ostalim slučajevima radi se o empirijskom

⁸⁷ Čalmers koristi u svom članku termin *epistemic gap*, pa ćemo to slediti u opisu njegove taksonomije. U literaturi smo obično sretali, počev od Levina, termin *explanatory gap*.

⁸⁸ Premisa u osnovi je da objasniti funkcije i dispozicije znači objasniti sve, ne postoji nikakav dodatni *explanandum*.

identitetu koji je moguće dedukovati iz kompletnog fizičkog znanja o svetu. U slučaju svesti je njen identitet sa fizičkim stanjem epistemički primitivan, dakle *ad hoc* pretpostavljen, jer ga ne možemo dedukovati iz kompletnog fizičkog znanja.⁸⁹ Ukoliko se međutim radi o primitivnom principu, onda izgleda da imamo posla sa fundamentalnim zakonom prirode, a kako ovi povezuju uvek distinktno odlike, iz toga bi moglo slediti nešto što bi materijalisti B-tipa svakako hteli da izbegnu, tj. da je svest odlika različita od fizičkih odlika. Tvrdnja da se radi o primitivnim identitetima, bez ikakve nezavisne evidencije, u ovom slučaju je *ad hoc* tvrdnja i motivisana potrebom da se opravda materijalizam, smatra Čalmers. Na dubljem nivou analize, međutim, ona ostaje misteriozna.

Materijalizam C-tipa je na prvi pogled privlačna opcija, jer prihvata postojanje dubokog epistemičkog jaza, smatrajući istovremeno da je on u principu premostiv, takođe da je, iako u ovom trenutku ne znamo kako da rešimo teški problem svesti (*hard problem*), problem u principu rešiv. Epistemički jaz između fenomenalnih i fizičkih činjenica ne postoji u prirodi, već nam se pojavljuje kao problem, zahvaljujući našim sopstvenim ograničenjima. Tu mogućnost je dozvolio i sam Nejgel u svom čuvenom članku o kome je gore bilo reči – iako sada ne možemo shvatiti kako bi svest mogla biti nešto fizičko, neka pojmovna revolucija u budućnosti će nam to možda omogućiti (Nejgel, T., 2004. str. 118–119). Korak dalje od toga ide Mek Gin (McGinn, C., 1989) pripisujući nemogućnost rešenja problema svesti čovekovim principijem kognitivnim ograničenjima.

Čalmers smatra da je materijalizam C-tipa kao pozicija inherentno nestabilan i kao takav neodrživ, koliko god mnogima izgledao privlačno. Ukoliko ovu poziciju dalje analiziramo, ona kolabira u jednu od već prikazanih formi materijalizma (A ili B tipa) ili pak u dualizam D-tipa ili monizam F-tipa. Pokušaj objašnjenja kako nastaje epistemički jaz ukoliko nema nikakvog jaza između fizičkog sveta i svesti, tj. zašto nam ne polazi za rukom da dedukujemo fenomenalne iz fizičkih činjenica, iako bi dedukcija principijelno trebalo da je moguća, vodi materijaliste C-tipa u pravcu neke od ove četiri pozicije. Ako materijalisti C-tipa tvrde da je epistemički jaz zatvoriv stoga što fenomenalna svest nije u suštini nikakav novi *explanandum*, jer ćemo jednom biti u stanju da je u potpunosti funkcionalno objasnimo, njihova pozicija se ne može suštinski

⁸⁹ Materijalisti tipa A bi za razliku od ovog stanovišta tvrdili da se može dedukovati.

razlikovati od materijalizma A-tipa. Ukoliko žele da se distanciraju od materijalizma A-tipa, moraju se prikloniti zamisli neke buduće „kompletne fizike“ u okviru koje će biti moguće potpuno objašnjenje fenomenalne svesti. Čalmers smatra da pozivanje na „kompletnu fiziku“ ne rešava problem. Ukoliko se ona i dalje bude odnosila na opise u terminima strukture i dinamike, kao što to većinom čini savremena fizika, iz nje će biti moguće dedukovati samo istine o strukturi i dinamici, a pošto istine o svesti ne spadaju u ovu kategoriju, fenomen svesti će i dalje ostati neobjašnjiv iz ugla fizike. Druga mogućnost je da će se nove fizičke teorije razviti u pravcu prevazilaženja isključivo iskaza o strukturi i dinamici: u tom slučaju, međutim, moguće je da će početi da se pozivaju na samu svest, što neke interpretacije kvantne mehanike već u izvesnoj meri i čine. U tom slučaju materijalizam C-tipa razvija se u pravcu neredukcionističkih shvatanja – dualizma D-tipa ili monizma F-tipa.

Čalmers smatra da je sve vrste argumenatacije u prilog materijalizma moguće svesti na neku od ova tri tipa. On lično ne veruje da fizička svojstva, u interpretaciji bilo koje od ovih varijanti materijalizma, mogu da objasne postojanje svesti⁹⁰ i smatra da je verovatnije da ćemo morati da proširimo katalog fundamentalnih odlika sveta, tj. da pored onih odlika koje pretpostavlja fizika (kao što su prostor-vreme, masa, energija) postoje i druge ontološki fundamentalne odlike. Jedna mogućnost je smatrati samu svest tj. fenomenalne odlike fundamentalnim odlikama sveta, a druga mogućnost je postulirati postojanje neke primitivne, fundamentalne, protofenomenalne odlike X koja čini mogućom svest. Svest je u oba slučaja nešto u ontološkom smislu novo i fundamentalno u našoj slici sveta.

U tom slučaju se postavlja pitanje: u kakvom odnosu su fenomenalne odlike i stanja sa već priznatim fundamentalnim odlikama mikrofizike. Pošto je reč o fundamentalnim odlikama, možemo pretpostaviti da bi se ovde radilo o fundamentalnim zakonima tj. da se psiho-fizički zakoni koji povezuju fenomenalne (protofenomenalne) odlike sa fizičkim ne mogu dedukovati iz bazičnijih principa, već su sami primitivni. Dalje, pošto je princip kauzalne zatvorenosti (*causal closure*) opšte prihvaćen u prirodnim naukama koje diktiraju pogled na svet u ovom trenutku, postavlja se pitanje kako integrisati fenomenalne odlike kao fundamentalne u kauzalno zatvorenu mrežu fizičkih odlika.

⁹⁰ Čalmers smatra zapravo jedino materijalizam A i B tipa dobro utemeljenim pozicijama, a materijalizam C-tipa suštinski nestabilnim. Cena eliminativističkih opcija (A tipa) je da moraju da negiraju očigledno, a cena B-opcija je da moraju *ad hoc* da postuliraju primitivne identitete zarad opravdavanja materijalizma.

Ovde su moguća tri rešenja, smatra Čalmers. Jedno je da negiramo princip kauzalne zatvorenosti na mikrofizičkom nivou, tj. da pretpostavimo postojanje diskontinuiteta, odnosno kolapsa u fizikalnoj kauzalnoj dinamici u kojem fenomenalne odlike mogu kauzalno da deluju na fizičke. U tom slučaju dobijamo neku vrstu interakcionističkog dualizma (po Čalmersu dualizam D-tipa). Drugo, možemo da prihvatimo princip kauzalne zatvorenosti, u kom slučaju fenomenalne odlike ne mogu imati nikakvu kauzalnu ulogu u fizičkom svetu; to čine dualisti E-tipa (E od *epiphenomenalism*). To su ujedno i dve tradicionalne mogućnosti mišljenja koje imaju preteče u interakcionizmu i paralelizmu 17. i 18. veka. Treća antiredukcioniistička opcija koju Čalmers opisuje je jedna netipična vrsta monizma, koju naziva monizmom F-tipa. Ona nam omogućava da prihvatimo princip kauzalne zatvorenosti i istovremeno pretpostavimo da su fenomenalne odlike integrisane u fizički svet i kauzalno delotvorne, tako što sačinjavaju intrinzičku prirodu fizičkog. Čalmers se stavlja na stranu antiredukcionista, ali se ne opredeljuje definitivno ni za jednu od tri opcije koje antiredukcionistima stoje na raspolaganju, smatrajući sve tri u ovom trenutku podjednako plauzibilnim.

Temeljnu tezu dualizma D-tipa – da psiho-fizički zakoni koji uređuju odnos fenomenalnih i fizičkih odlika podrazumevaju kauzalitet u oba pravca, dakle da i fenomenalna stanja mogu uzrokovati fizička stanja, a ne samo obratno – formulisao je još Dekart i ona je poznata kao interakcionizam. Dualizam D-tipa može biti dualizam supstancija ili entiteta ili pak dualizam odlika, a kompatibilan je i sa emergentizmom, ukoliko ovaj podrazumeva da ontološki nove fenomenalne odlike mogu kauzalno delovati nadole (*downward*, otuda Čalmers naziva ovaj tip dualizma D-tipom) na mikrofizičke odlike. Primedbu da fizička i mentalna stanja ne mogu biti u interakciji, jer između njih ne postoji kauzalni *nexus*, Čalmers ne smatra naročito jakim, jer je to slučaj i sa svim drugim fundamentalnim kauzalnim interakcijama u fizici (fizika, na primer, ne specifikuje nikakav kauzalni *nexus* koji omogućava gravitaciju). Fizika ovde govori naprosto o fundamentalnim zakonima, kakvi bi mogli biti i psiho-fizički zakoni. Druga česta zamerka interakcionizmu – da je inkompatibilan sa fizikom – zapravo ne stoji, smatra Čalmers. Ne samo što savremena fizika ne isključuje takvu mogućnost, već je pozitivno ohrabruje. Reč je o jednoj interpretaciji kvantne mehanike koja polazi od

činjenice da se kolaps talasne funkcije ⁹¹ dešava u trenutku merenja, a kako merenje uključuje akt svesne opservacije, ova interpretacija može biti sasvim saglasna sa interakcionizmom i pri tome je prilično jednostavna i elegantna. Ovakvu interpretaciju je zastupao Džon fon Nojman, koji je postavio matematičku osnovu kvantne fizike, polazeći od radova Nilsa Bora i Vernera Hajzenberga.

Kvantna mehanika svakako ne nameće interakcionističku interpretaciju kao jedinu moguću⁹²; na ovom mestu je dovoljno primetiti da dualizam D-tipa može biti kompatibilan sa kvantnom fizikom. Kontroverznost ove interpretacije među fizičarima potiče upravo iz toga što je dualistička, tj. pripisuje svesti fundamentalnu ulogu u prirodi. Ovde se, dakle, u prvom redu radi o privrženosti mnogih fizičara jednoj veoma popularnoj filozofskoj doktrini (fizikalizmu). Filozofi fizikalisti istovremeno odbacuju interakcionizam i dualizam pozivajući se upravo na fiziku. Ova cirkularnost uglavnom ostaje implicitna, te se stiče utisak da je odnos između fizike i fizikalizma u mnogo većoj meri jednostavan i pravolinijski nego što je zapravo ikada bio.

Dualizam E-tipa (E od epifenomenalizam) polazi od ontološke distincije fenomenalnih i fizičkih odlika, negirajući istovremeno fenomenalnim stanjima kauzalnu delotvornost u odnosu na fizička. Psiho-fizički zakoni podrazumevaju jednosmernu kauzaciju, smatraju dualisti E-tipa, te je princip zatvorenosti fizičkog sveta očuvan. Posledica toga je epifenomenalizam.⁹³ Ovaj stav je, takođe, kompatibilan sa dualizmom supstancija,

⁹¹ Po standardnoj formulaciji kvantne mehanike, stanje sveta se opisuje talasnom funkcijom, po kojoj su fizički entiteti često u superponiranom stanju, iako tu superpoziciju nikada ne možemo direktno da opserviramo. Talasna funkcija može da se razvije na dva načina – linearnom evolucijom koju opisuju Šredingerova jednačina, a koja ima tendenciju da proizvodi superponirana stanja i nelinearnim kolapsima superponiranih stanja u nesuperponirana. Dok je Šredingerova evolucija deterministička, kolaps je nedeterministički i, što je najinteresantnije, kolaps se dešava samo povremeno i to prilikom merenja. Iako ne postoji univerzalno prihvaćena definicija merenja, merenje očigledno uključuje opservaciju od strane svesnog posmatrača i ne može se sasvim objektivno opisati čisto fizikalnim terminima. Moguće je dakle smatrati, u interakcionističkom maniru, da svesna opservacija uzrokuje kolaps (po Chalmers, Ch, 2002, str. 262-263).

⁹² Postoje i brojne druge interpretacije kolapsa talasne funkcije, neke su upravo motivisane nastojanjem da se izbegne uvođenje svesti u „kvantnu jednačinu“, kao na primer pretpostavka o mnogim svetovima (*many worlds interpretation*) Evereta i de Vita. Čak i da ona uspeva u potpunosti da zaobiđe svest posmatrača, cena toga je visok nivo spekulativnosti.

⁹³ Kod Lajbnicovog paralelizma, koji možemo videti kao istorijsku preteču epifenomenalizma, ne postoji, za razliku od savremenog epifenomenalizma, interakcija ni kauzalno uslovljavanje ni u jednom smeru.

dualizmom odlika i emergentizmom.⁹⁴ U prethodnom odeljku prikazali smo detaljnije stav Frenka Džeksona, koji je paradigmatički za epifenomenalizam. U svom pokušaju da pomiri antimaterijalizam i princip zatvorenosti, epifenomenalizam je, međutim, duboko kontraintuitivan. Naše svakodnevno iskustvo nam sugeriše da fenomenalna stanja igraju kauzalnu ulogu u našim odlukama i ponašanju. Kontraintuitivnost ne čini epifenomenalizam automatski neplauzibilnim, jer je izuzetno teško obezbediti direktnu empirijsku evidenciju koja bi, bilo potvrđivala bilo opovrgavala, naše neposredne intuicije.⁹⁵ Ona ga međutim može učiniti stavom, za koji nije verovatno da će ikada postati veoma popularan.

Epifenomenalisti mogu, takođe, kao što smo u prethodnom odeljku videli kod Džeksona, da odgovore i na pitanje o tome zašto su se epifenomenalna *qualia* (koja su bez ikakve funkcije u ponašanju) uopšte pojavile u evoluciji.

Čalmers zaključuje da epifenomenalizam nije nekoherentan u bilo kom fatalnom smislu iako mu nedostaje elegancija, jer stvara fragmentiranu sliku prirode u kojoj su fenomenalne odlike u vrlo slabom smislu povezane sa ostatkom sveta.

Antiredukcionistima na raspolaganju stoji i jedna posebna vrsta monizma, koja smatra da su fenomenalne ili protofenomenalne odlike locirane na fundamentalnom nivou fizičke stvarnosti, te predstavljaju, na neki način, osnovu same fizičke stvarnosti. Začetke ovakvog stava Čalmers vidi u delu *Analiza materije* Bertranda Rasela.⁹⁶ Rasel smatra da fizika određuje fizičke entitete i odlike relaciono (u relaciji prema drugim entitetima i odlikama ili prema nama) ili dispoziciono (u smislu tendencija za određeno reagovanje), ne kazujući nam pri tome ništa o intrinzičkoj prirodi tih entiteta, odnosno odlika. Kako su fenomenalne odlike izgleda jedine intrinzičke odlike o kojima imamo direktno znanje, postoji mogućnost da su upravo one intrinzičke odlike fizičkog sveta.

⁹⁴ Po ovom obliku emergentizma, iako su emergentne odlike nove u ontološkom smislu, ne postoji kauzacija u pravcu odozgo nadole.

⁹⁵ U smislu u kome je još Hjum princip kauzaliteta smatrao izvedenim iz moći navike i *post hoc* suđenja, danas se takođe ne može pobiti tvrdnja da između, na primer, fenomenalnih stanja i ponašanja postoji samo regularna korelacija iz koje se rađe uverenje da određeno svesno stanje uzrokuje određeno ponašanje.

⁹⁶ Ranije su se stavovi koje Čalmers podvodi pod ime monizam F-tipa nazivali obično neutralnim monizmom. Pored Bertranda Rasela, ovakvom načinu mišljenja bili su skloni Vilijem Džejms, Ernst Mah, Rihard Avenarijus, C.D. Broud, a istorijskim pretečom se može smatrati Spinoza.

Verovatnije je da se zapravo radi o protofenomenalnim odlikama koje konstituišu fenomenalne odlike. U ovom slučaju bi fenomenalne i fizičke odlike bile veoma tesno povezane u jednoj naturalističkoj slici sveta, a njihove kauzalne interakcije ne bi sugerisale ništa misteriozno, niti bi princip zatvorenosti bio narušen. F-monizam je moguće dalje interpretirati na različite načine, kao vrstu materijalizma (ukoliko se protofenomenalne odlike shvate kao fizičke u krajnjoj instanci), kao dualizam (u ovom slučaju između strukturalno-dispozicionalnih odlika o kojima govori fizička teorija i intrinzičkih, protofenomenalnih odlika, koje su u osnovi svesti) ili kao neutralni monizam (ukoliko se protofenomenalne odlike shvate kao neutralne odlike X, koje mogu istovremeno konstituisati fizički domen kroz svoje relacije i fenomenalni domen kroz svoju intrinzičku prirodu), kao idealizam (ukoliko se smatra da protofenomenalne odlike konstituišu fizičke) ili kao panpsihizam ili panprotopsihizam⁹⁷. Ovo gledište je na prvi pogled neobično, a neki ga smatraju i kontraintuitivnim – ono implicira npr. da i elektron poseduje fenomenalne ili protofenomenalne odlike, tj. da postoji nešto kao „kako je biti elektron“. U protofenomenalnoj varijanti ove pozicije je kontraintuitivnost samo u izvesnoj meri umanjena. Ne postoji, međutim, nikakva evidencija protiv ovog gledišta i ono je zapravo potpuno kompatibilno sa fizikom. Problem ove pozicije je što za sada nije dovoljno jasno formulisana i ostavlja suviše toga mogućim. Pored toga, nije jasno kako protofenomenalne odlike konstituišu fenomenalne ili fizičke odlike. Između protofenomenalnih odlika kakve bi mogle biti prisutne i u neživoj prirodi i pravih fenomenalnih odlika kakve poznajemo kod čoveka (i pretpostavljamo kod većine sisara) ostaje jaz koji tek treba objasniti. Pojam protofenomenalnih odlika nije jasno definisan, a precizna i detaljna teorija ove vrste još nije formulisana, no takvu mogućnost ne treba *a priori* odbaciti. Čalmers smatra da, uprkos nedostacima, ovo rešenje nudi integrisan i elegantan pogled na prirodu i da bi razvoj jedne ovakve teorije ponudio čak i plodno tlo za nova istraživanja.

Najveći problem monizma F-tipa naslutio je već Vilijem Džejms, smatra Čalmers. Naša fenomenologija je veoma bogate i specifične strukture; svest je jedinstvena i, uprkos

⁹⁷ Panpsihizam je veoma stara filozofska doktrina po kojoj je duh (odnosno svest) fundamenetalna odlika sveta koja postoji u čitavom univerzumu. Ovakvo nespecifično određenje, naravno, omogućava različite filozofske formulacije i nijanse značenja, koje nije lako smestiti pod isti krov: od antičke predsokratovske filozofije, azijskih religija, renesanse (jedna od ključnih tačaka Brunovog sukoba sa crkvom bila su njegova panpsihička ubeđenja), Spinozinog monizma, do Vajthedove i Fehnerove odbrane panpsihizma i aktuelnih burnih reakcija koje u filozofiji duha izaziva Galen Strauson tvrdnjom da savremeni fizikalizam nužno mora da uključi panpsihizam. Panprotopsihizam je novija, opreznija formulacija doktrine.

izdiferenciranosti, homogena i naizgled sa jedinstvenim subjektom iskustva. Stoga je teško videti kako bi distribucija velikog broja mikrofizičkih sistema, od kojih svaki ima svoje protofenomenalne odlike, formirala tako jedinstvenu i specifičnu strukturu, kao što je naša svest. Sto godina posle Džejmsa, slične prigovore panpsihizmu i neutralnom monizmu uputili su Siger 1995. (problem kombinacije) i Stoljar 2001. (problem strukturalnog neslaganja eng. *structural mismatch*).⁹⁸ Ovaj problem bi razrešilo bolje razumevanje kompozicionih principa fenomenologije, tj. razumevanje kako iz protofenomenalnih i fenomenalnih odlika kombinacijom nastaju nove fenomenalne odlike. Principi fizičke kombinacije su nam mnogo poznatiji od principa fenomenalne kombinacije. Monizam F tipa kao pozicija, po Čalmersu, ipak, nema fatalne probleme i nedostaje joj u najvećoj meri dalja razrada i specifikacija u odnosu na druge pozicije.

Pored ovih 6 rešenja problema ontološkog statusa svesti, moguća su principijeno i druga, koja, međutim, nisu naročito popularna zbog manjka elegancije i koherentnosti. Čalmers kao primere navodi još dualizam O-tipa (O od *overdetermination* – višak determinacije)⁹⁹, po kome i fizička i fenomenalna stanja istovremeno uzrokuju ponašanje, kao i monizam I-tipa (I od *idealism*), koji bi, u berkljevskom stilu, sugerisao da fizički svet konstituišu, u krajnjoj instanci, svesna stanja posmatrača.

Ontološke rasprave u savremenoj filozofiji duha odvijaju se na pozadini ubrzanog razvoja prirodnih nauka poslednjih decenija i u krajnjoj liniji imaju kao svoju referentnu tačku fiziku, najbazičniju od prirodnih nauka. Dok zahtev da savremene teorije o duhu budu kompatibilne sa fizikom izgleda *prima facie* opravdan i prihvatljiv, pažljiva analiza fizikalističkih pozicija, kod kojih je, prirodno, pozivanje na fiziku i prirodne nauke esencijalni aspekt njihove legitimacije, pokazuje da pojam fizičkog i još u većoj meri pojam materije, ostaju nedefinisani. To je, po našem mišljenju, temeljni problem svakog fizikalizma, materijalizma i čak naturalizma uopšte. Pokušaj redukcije nepoznatog (duh, svet) na poznato (materija, fizički zakoni) imao bi najviše smisla,

⁹⁸ Vidi u Chalmers, D., 2002, str. 266

⁹⁹ Džegvon Kim (Kim, Dž., 2004) je kritikovao nereduktivni fizikalizam zbog toga što počiva na pretpostavci overdeterminacije. Ukoliko fizički događaji uzrokuju fizičke događaje (sa čim je saglasan svaki fizikalizam), tvrdnja da mentalna kauzacija (odozgo nadole) takođe postoji, pretpostavlja da su neko ponašanje ili telesni pokret, na primer, istovremeno uzrokovani i prethodnim fizičkim stanjima i mentalnim stanjima, kao što su želje i namere, znači dvostruko determinisani, što predstavlja nepotreban višak u njihovom objašnjenju.

ukoliko bi time omogućio njegovo bolje razumevanje; u opisanim modelima redukcije, međutim, teško je pronaći takav heuristički doprinos. Redukcionizam, doduše, polazi od implicitne premise da znamo šta su fizičke, dok ne znamo šta su fenomenalne odlike, te da za druge treba naći objašnjenje u ravni prvih. Iz redukcionističkih objašnjenja, međutim, ne stičemo nikakvo novo znanje o fenomenalnim odlikama, ali nam ne biva u dovoljnoj meri rasvetljeno ni šta se podrazumeva pod fizičkim odlikama.

Sa druge strane, savremeni antiredukcionistički stavovi takođe traže i nalaze legitimaciju u ravni kvantne fizike; u svakom slučaju za njih se većinom ne može reći da su sa fizikom nužno inkompatibilni (tj. da su antifizikalistički ili antinaturalistički). Kvantno fizički fenomeni ne poseduju ni izbliza jednoznačnu interpretaciju. Kvantna fizika, uz svoju ogromnu praktičnu uspešnost, počiva na prećutnim paradoksima u svojim temeljima, koji su dobili brojne, često veoma spekulativne interpretacije, a iza svake od njih stoje različite metafizičke pretpostavke, tako da bi neke interpretacije (Fon Nojmanova npr.) mogle da se shvate i kao inkompatibilne sa aktuelnim stavovima fizikalista u pogledu svesti. Pojam fizičkog entiteta ili odlike nema ni izbliza preciznu i valjanu definiciju da bi mogao da odigra tako grandioznu ulogu kakvu mu redukcionistički orijentisani filozofi duha pripisuju.

Pitanje pravog značenja fizikalizma i pojma fizičkog pokrenuo je nemački filozof nauke Karl Gustav Hempel još 1969. u svom članku „Redukcija: ontološki i lingvistički aspekt“ (Hempel. C. G., 1969, str. 179–199). Njegovo izoštravanje temeljnog problema sa kojim se susreće svaka fizikalistička i naturalistička ontologija ostao je poznat kao „Hempelova dilema“. Ona se sastoji ukratko u sledećem: fizika bi trebalo da nam kaže šta se može smatrati fizičkim entitetom, ali kojoj fizici da se obratimo? Ako se fizikalizam poziva na savremenu fiziku, onda je pogrešan, jer niko danas ne bi tvrdio da savremena fizika nudi konačnu sliku stvarnosti, niti je plauzibilno tvrditi da je identifikovala sve vrste fizičkih entiteta. Ukoliko se fizikalizam, opet, poziva na neku buduću, idealnu, kompletnu fiziku, onda je trivijalan, jer ne znamo kako će buduća fizika određivati fizičke entitete i odlike. Hempel tako zaključuje da svaka formulacija fizikalizma kao teorije mora biti ili trivijalna ili netačna.

Ukoliko se vratimo našoj temi, ontološkom problemu svesti, te redukcionističke tvrdnje shvatimo tako da se odnose na savremenu fiziku, redukcionistički fizikalizam nam izgleda u dobroj meri kao dogmatski stav, jer iz ugla savremene fizike još ni izbliza ne

možemo da razumemo fenomenalnu svest. Ukoliko shvatimo, opet, da se redukcioniističke tvrdnje pozivaju na neku buduću kompletnu fiziku, one se pojavljuju kao sadržajno prazne, jer u ovom trenutku ne možemo znati na kakve fizičke entitete i odlike će se buduća fizika pozivati i neće li među njima biti i takvih kao što su *qualia* u nekom obliku. Ko zna da li će u svetlu neke buduće fizike izvesne dualističke ili čak pansihističke formulacije možda izgledati kao prava vrsta fizikalizma? Videli smo da Čalmersova analiza pokazuje kako npr. fizikalizam B-tipa može u svojim temeljnim pretpostavkama da sklizne u dualizam ili monizam F-tipa, kao što se i ovi, opet, mogu interpretirati i fizikalistički. Ukoliko danas mala reinterpretacija značenja određenih termina i iskaza može voditi prelaženju iz jednog u drugi od tradicionalno suprotstavljenih tabora, izgleda nam da u lojalnostima određenim filozofskim doktrinama neki drugi faktori igraju značajniju ulogu od čisto logičkih ili empirijskih argumenata. Uostalom, interesantno bi bilo i zapitati se šta bi bila suprotnost pojmovima fizičkog i prirodnog i šta bi svest mogla biti nego prirodni fenomen (dakle, u krajnjoj liniji fizički), ukoliko shvatimo da fizika nastoji da opiše fundamentalne zakonitosti prirode? Ne-fizičko i ne-prirodno (tj. natprirodno) se izgleda još uvek često shvata kao nešto izvan i iznad prirode, dakle još uvek u kontekstu hrišćanske teologije i njenog sasvim osobenog shvatanja transcencije, odnosno u kontekstu potrebe uspostavljanja jasnih demarkacionih linija između fizikalnog i nefizikalnog prilikom raspodele domena između prirodnih nauka i hrišćanske teologije, koja je postala aktuelna sa naglim razvojem prirodnih nauka u 17. veku, a o čemu smo pisali u prethodnom poglavlju. Otvoreno pitanje je kakvu vrstu aktuelnosti imaju ovakve dihotomije početkom 21. veka. Ovakvim pitanjima ćemo se vratiti u zaključnom poglavlju ovoga rada.

Primetimo na kraju još da stavovi koje srećemo u filozofiji duha počivaju većinom na tradicionalnom metafizičkom načinu mišljenja, tj. na pokušaju definisanja stvarnosti po sebi, nezavisno od konteksta u kome nastaje i kome služi takva definicija. Implicitni kontekst rasprava u filozofiji duha su prirodne nauke, kakve poznajemo u poslednja tri i po veka evropske istorije. U četvrtom poglavlju ćemo videti kako problemi svesti izgledaju u kontekstu jedne, delom na savremenim naukama zasnovane prakse kao što je psihoterapija, u petom i šestom poglavlju ćemo se baviti metodologijom nereduktivnog pristupa fenomenalnoj svesti tj. metodama prvog lica, dok ćemo se u zaključnom poglavlju još jednom vratiti temeljnim filozofskim problemima svesti i

sagledati ih iz nekoliko novih uglova, koji se u većoj ili manjoj meri udaljavaju od tradicionalnih metafizičkih opcija.

3. 8. Perspektiva prvog lica i problem samosvesti

Ko je subjekt, odnosno nosilac kvalitativnih fenomenalnih stanja? Postoji li uopšte nešto poput „ja“, „sopstva“, svesnog subjekta, kome možemo da pripišemo fenomenalne kvalitete i stanja o kojima govorimo; nešto što poseduje uz to i svest o sopstvenom postojanju.

Tradicionalni filozofski problem samosvesti, kao i problemi vezani za postojanje izvesnih centralnih instanci u svesti, gotovo nigde ne figuriraju u savremenoj filozofiji duha. Diskusije o fenomenalnoj svesti skoro da se u potpunosti iscrpljuju u *pro* i *contra qualia* argumentima. Zato smatramo da je interesantno da ukratko predstavimo pristup nemačkog filozofa duha Tomasa Mecingera, koji poslednjih desetak godina radi na razvijanju jedne teorije subjektiviteta (nem. *Selbstmodell-Theorie der Subjektivität*, skraćeno SMT). Ona je za našu dalju diskusiju od značaja iz više razloga. Najpre procesi samodeliranja i remodeliranja, te pojmovi kao što su ja, sopstvo, i samosvest predstavljaju dobar deo onoga čime se bave psihoterapija, kao i razne oblasti psihologije (psihologija ličnosti, razvojna psihologija, socijalna psihologija). U kakvoj vezi su modeli sopstva, doživljaj sebe, fenomenalno ja, samosvest sa temeljnim problemima fenomenalne svesti kojima smo se do sada bavili – to je pitanje koje je od velikog značaja za sve ove discipline i ujedno pitanje na koje Mecingerova teorija pokušava da eksplicitno odgovori. Drugo, radi se o jednoj savremenoj teoriji, koja ne samo što prati stanje stvari u filozofskim raspravama o duhu i svesti već i aktuelna empirijska istraživanja u kognitivnoj neuronauci. Mecinger je, kao pristalica *bottom up* pristupa u razvoju teorije, i sam uključen u projekte empirijskih istraživanja, dakle jedan od filozofa nove generacije (ne samo „iz naslonjače“ već i „iz laboratorije“). Kako je interdisciplinarno umrežavanje aktuelni trend u proučavanju duha i svesti koji sledimo i u ovom radu, smatramo Mecingerovu teoriju interesantnim projektom velike heurističke vrednosti za razne discipline. Na kraju, za nas je interesantna i jedna od njenih glavnih teza: nešto tako kao što je ja ili sopstvo zapravo ne postoji! Naslovi Mecingerovih knjiga ukazuju na ovu njegovu, samo na prvi pogled, senzacionalnu postavku; *Being no*

one (2005), *The Ego Tunnel* (2009).¹⁰⁰ U narednim poglavljima upoređićemo Mecingerov zaključak, koji počiva na njegovom uvidu u najnovija neurokognitivna istraživanja, sa nalazima starih kontemplativnih praksi koje počivaju na vrsti fenomenološkog istraživanja svesti i odatle izvode zaključak koji je donekle sličan Mecingerovom.¹⁰¹ Ovo je interesantno jer daje mogućnost da iz dva veoma različita, iako po našem mišljenju ne i nekompatibilna, ugla sagledamo problem subjektivnosti, ali i stoga što u psihoterapiji primena upravo ovih starih kontemplativnih praksi u psihoterapijskoj situaciji prilagođenom obliku nije samo aktuelna moda, već je na putu da postane integrisana u psihoterapijski pojmovni i metodološki repertoar. Napomenimo još da se, iako smatramo da Mecingerov način teoretisanja trasira dobar put za budućnost, ne identifikujemo sa njegovim teorijskim postavkama i zapravo ne slažemo sa nekim od njegovih centralnih zaključaka. Mecingerova teorija je vrsta reprezentacionalističkog pristupa svesti, tj. njegoa primena na probleme samosvesti i subjektivnosti. Iako ona, u prvom koraku, više nego većina drugih fizikalističkih pristupa respektuje fenomenološke činjenice i zapravo polazi od njih, već u sledećem koraku provodi jednu vrstu redukcije, za koju smatramo da je preuranjena i bez empirijskog pokrića.

Sažeti prikaz Mecingerove teorije koji sledi daćemo na osnovu knjige *Ego tunel – jedna nova filozofija sopstva* i članka „Biti niko – kratki prikaz na nemačkom“.

Mecinger smatra da problem svesti ne treba svesti na diskusiju o najjednostavnijim sačiniteljima subjektivnog doživljavanja, kako čini većina filozofa duha, tretirajući sopstvo, odnosno ja, samo kao jedan od sadržaja svesti. Mecingerova teorija, nasuprot tome, pokazuje respekt za bogatu unutrašnju strukturu svesti i fenomenalno ja, kao najinteresantniju formu njenog sadržaja. Pored toga, on nastanak samosvesti smatra najtesnije povezanim sa problemom epistemičke asimetrije, glavnim spoznajnoteorijskim problemom svesti. Ako je svest jedini fenomen koji možemo znati iz dve perspektive – prvog i trećeg lica, nije li možda, izvor perspektive prvog lica, onoga što svest čini esencijalno subjektivnom, uputno tražiti u fenomenalnoj samosvesti? To je upravo put, za koji Mecinger misli da vodi razumevanju perspektive

¹⁰⁰ Mecinger publikuje u poslednje vreme svoje radove paralelno na engleskom i nemačkom, tako da se ovde ne radi o naknadnim prevodima na engleski.

¹⁰¹ Ovde u prvom redu imamo u vidu budističko učenje o nepostojanju intrinzičkog sopstva – *takozvano anatman* tj. *anatta* učenje (*sanskrit anatman, pali anatta – ne ja, tj. sopstvo, tj. duša*)

prvog lica, koja inače, u većini diskusija ostaje neanalizirani *primitivum*. Njegova teorija pokušava da odgovori na pitanja šta je sopstvo i šta zapravo znači kad kažemo da su duhovna stanja subjektivna ili da jedan sistem poseduje fenomenalnu perspektivu prvog lica; stoga je ova teorija, smatra on, direktno relevantna za probleme *qualia*.

Perspektiva prvog lica je zapravo filozofska metafora koja ima dve komponente – gramatičku (prvo lice jednine) i spacijalno-vizuelnu (perspektiva). Analiza prve komponente vodi u filozofiju jezika i logiku indeksikalnih iskaza.¹⁰² Druga komponenta metafore – perspektiva, vodi poreklo iz fenomenologije vizuelne percepcije i vezana je za vizuelni model realnosti. Perspektivni model podrazumeva postojanje jedne tačka gledišta oko koje se organizuje vizuelni svet. U tom smislu, možemo da zamislimo tu tačku na primer kao *homunkulusa*, smeštenog negde između očiju, kroz koje, kao kroz dva prozora, posmatra svet. Pošto je naše vizuelno polje perspektivno strukturirano, ova vrsta fikcije nam je upečatljiva; ona reflektuje naš utisak da sopstvo poseduje spacijalnu lokalizaciju koja se poklapa sa središnjom tačkom našeg vizuelnog prostora. Obe ove metafore ne govore nam ništa o prirodi subjekta fenomenalnih stanja, koji je izvor unutrašnje doživljajne perspektive – gramatička i geometrijska komponenta metafore samo su slučajne odlike naše sopstvene forme svesti. Zamislivo¹⁰³ je postojanje subjektivnog doživljavanja i kod bića koja nemaju jezičke sposobnosti i čiji doživljaj prostora nije perspektivno organizovan. Ukoliko je perspektiva prvog lica samo gramatičko-spacijalna metafora, u čemu se onda sastoji subjektivnost doživljavanja?

Centralni Mecingerov teorijski pojam je model sebe. Ovaj model poseduje i nesvesni deo; fenomenalni deo modela sebe Mecinger opisuje kao onaj koji je funkcionalno aktivan. Fenomenalni model sebe je integrisana i u vremenu stabilna unutrašnja slika, koju sistem poseduje o sebi samom kao celini. Posedovanje jednog ovakvog modela sebe kao virtuelnog organa imalo je evolucione prednosti, spekuliše dalje Mecinger, jer je omogućavalo optimalizaciju svih senzomotornih, kognitivnih i socijalno-kognitivnih

¹⁰² Indeksikalni iskazi su iskazi čije značenje je kontekstualno određeno, time što sadrže lične zamenice ili prideve poput ovde sada, tamo, sutra i sl. Pitanje koje je ovde filozofski interesantno je da li bi eliminacija upotrebe zamenice „ja“ iz jezika dovela do gubitka sposobnosti da izrazimo jednu klasu istina o svetu. Prvo lice jednine omogućava opis sopstvenih psiholoških i fenomenalnih odlika. Ovakva perspektiva prvog lica razlikuje se, naravno, od one koju moguće imaju i životinje i koja bi morala biti nepojmovnog tipa.

¹⁰³ Primitimo da Mecinger ovde pribegava jednoj modalnoj intuiciji, iako je kao pristalica *bottom up* pristupa sumnjičav prema vrednosti modalnih intuicija.

funkcija, te metakognitivna postignuća kao što su pojam o sebi (*self-concept*) i teorija duha (*theory of mind*).¹⁰⁴ Mecinger smatra da ova reprezentaciona struktura može da objasni tri odlike fenomenalnog ja koje izgleda da su u centru subjektivnog doživljajnog prostora: 1) doživljaj sadržaja koji se tu nalaze kao svojih sopstvenih (moje misli, moja volja, moje emocije, moji delovi tela), 2) prerefleksivna poznatost i bliskost sa sadržajima sopstvene svesti, te doživljaj sopstvene identičnosti kroz vreme i 3) perspektivnost, tj. doživljaj da sam ja centar svoga sveta i da posedujem individualnu unutrašnju perspektivu. Kad se pojedini aspekti modela sopstva, shvaćenog kao jedne reprezentacione strukture izgube, javljaju se različiti neuropsihološki simptomi ili različita izmenjena stanja svesti. Na svaku od ovih odlika fenomenalnog ja moguće je uticati manipulacijama spoljašnjih varijabli. Ovde Mecinger navodi nekoliko interesantnih istraživanja koja ovo demonstriraju – Ramačandranova istraživanja pacijenata sa fantomskim udom, eksperimenti sa gumenom rukavicom i istraživanja vantelesnih iskutava (*out of body experiences*).¹⁰⁵ U svim ovim slučajevima radi se o promenama u fenomenalnom modelu sebe koji je izazvan eksperimentalnim manipulacijama uslova. Iz ovoga Mecinger zaključuje da su fenomenalne odlike koje su u osnovi fenomenalnog ja determinisane preko komputacionih i reprezentacionih odlika.

Kakve reprezentacione odlike jedan sistem prerade informacija mora posedovati da bi sebe doživeo kao nekoga? Mecingerova teza je da fenomenalno ja nastaje u jednom sistemu onda, kada ovaj poseduje transparentni model sebe. Jedna reprezentacija je transparentna kada biće kod koga se ona pojavljuje introspektivno više ne može da je

¹⁰⁴ Koncept o sebi je psihološki konstrukt koji se odnosi na opažanje sebe u pogledu posedovanja brojnih karakteristika, a teorija duha je sposobnost atribucije mentalnih stanja (želje, potrebe, namere, ideje, mišljenja, očekivanja) sebi i drugima.

¹⁰⁵ Zajedničko ovim eksperimentima je da je kroz konflikt informacija iz različitih čulnih modaliteta, postignut efekat promene u samom telesnom doživljaju sebe, u smislu pripadnosti ili lokalizacije senzacija, doživljaja pokreta i sl. Ramačandran postiže da, uvođenjem virtuelnog vizuelnog fidbeka, kod svog pacijenta sa paralizovanim fantomskim udom (doživljaj da ima i dalje ruku posle amputacije, u ovom slučaju, ruku koja nije pokretljiva) izazove doživljaj pokretljivosti fantomskog uda. U eksperimentu sa gumenom rukavicom, Botvinika i Koena, subjekt vidi gumenu rukavicu ispred sebe, dok je njegova ruka skrivena iza zastora sa strane. Kad su ruka i gumena rukavica istovremeno dodirivane četkicom, subjekt počinje da lokalizuje dodir na mestu gde je rukavica koju vidi, a ne tamo gde je njegova stvarna ruka. Eksperiment Mecingera, Blanka i Lengenagerove predstavlja pokušaj simuliranja jednog aspekta vantelesnih iskustava (*out of body experiences*). Instaliranjem virtuelnog tela u prostoru ispred subjekta promenila se lokalizacija taktilne stimulacije u prostoru, subjekt telesno doživljava sebe na mestu svog virtuelnog dvojnika, a ne tamo gde je njegovo fizičko telo. (vidi u Metziger, T., 2009, poglavlje 3).

prepozna kao reprezentaciju i stoga doživljava sebe u direktnom kontaktu sa sadržajem reprezentacije. Knjigu koju držim u ruci ne prepoznajem kao sadržaj moždane reprezentacije, jer proces reprezentovanja teče tako brzo i pouzdano da se više ne može prepoznati kao sopstveno mentalno stanje. To isto važi i za model sebe; svesno doživljeno ja nastaje uvek kada svoj sopstveni model sebe više ne prepoznajemo kao model – zato smo svi naivni realisti u pogledu sopstvene egzistencije kao subjekta. Doživljaj sebe kao da smo u direktnom i neposredovanom kontaktu sa samim sobom posledica je transparentnosti (gledanja kroz sopstvene reprezentacionalne strukture), i to je najvažniji korak na putu ka fenomenalnoj perspektivi prvog lica.

Pojavu da smo, usled transparentnosti, uhvaćeni u zamku naivnog realizma Mecinger naziva autoepistemičkom zatvorenosću.¹⁰⁶ Transparentnost kod Mecingera označava dakle, jednu posebnu vrstu mraka, tj. činjenicu da svesnom doživljaju nešto ostaje nedostupno, a to nešto je sam reprezentacioni karakter sadržaja svesnog ja. U tom smislu je ego vrsta tunela (otuda se Mecingerova knjiga zove *The Ego Tunnel*).

Centralna Mecingerova teza je kontraintuitivna, tj. protivna svakodnevnom iskustvu – entitet kao što je sopstvo, koji svi verujemo da posedujemo, zapravo ne postoji, niti u mozgu, niti u bilo kakvoj drugoj zamislivoj metafizičkoj sferi. Fenomenalno ja je zapravo reprezentacioni konstrukt, a naš fenomenalni prostor jedna virtuelna stvarnost. Savremena kognitivna neuronauka podrila je do temelja mit o sopstvu, što Mecinger otkriva kao radikalnu novinu. U tome što on, kao pristalica strategije naturalizacije svesti, traga za načinom koji će ovu učiniti predmetom neurokognitivne nauke nema ničeg lošeg; naprotiv, ovaj pristup omogućava detaljni opis fenomena na način koji se može operacionalizovati i učiniti predmetom eksperimentacije, što nesumnjivo donosi napredak u epistemičkom smislu. Problem vidimo u metafizičkom zaključku do koga je Mecingeru izgleda stalo, a koji je preuranjen i ne sledi iz empirijskih podataka na koje se poziva. Ukratko i ponešto pojednostavljeno: pošto tako nešto kao sopstvo ili subjekt ne postoji u stvarnosti u smislu fundamentalnih, ireducibilnih sačinitelja stvarnosti, a fenomenalno ja je ništa drugo do rezultat procesiranja informacija i procesa njihovog

¹⁰⁶ Postoje i specijalne situacije u kojima se gubi globalna transparentnost i postajemo svesni da smo u modelu stvarnosti, a ne u stvarnosti kao takvoj. Upečatljiv primer predstavlja fenomen lucidnog sanjanja kojim se naročito bavi Mecinger. U lucidnom snu najednom postajemo svesni da sanjamo i onda smo u stanju i da utičemo na sadržaj sna.

reprezentovanja u nervnom sistemu, perspektivu prvog lica je u krajnjoj liniji moguće svesti na perspektivu trećeg lica, tj. fenomenalne odlike na fizikalne.

Ovakva Mecingerova pozicija ne rešava problem koji svaki reprezentacionalizam ima, a to je da reprezentacija po sebi ne implicira fenomenalnost. Da bi reprezentacija postala svesna, potrebno je još nešto što je čini svesnom. To što Mecinger tvrdi da je proces reprezentovanja transparentan može da objasni zašto naivno realistički verujemo da su naši modeli stvarnosti sama stvarnost i naš model sebe neki entitet koji nazivamo sopstvom, ali ne može da objasni samu činjenicu elementarne fenomenalne svesti. I dalje nam je zamislivo da bi jedan sistem mogao da reprezentuje sam sebe i ne prepozna reprezentaciju kao reprezentaciju, a da se sve to odvija bez fenomenalne svesti. Uvođenje kompleksne fenomenalne odlike višeg reda, te njene reprezentacione osnove (model sebe kao osnova perspektive prvog lica) ne rešava problem *qualia*, koje u elementarnom obliku zapravo uopšte ne zahtevaju da sistem koji ih doživljava, doživljava sebe kao nekoga. Jaz između reprezentacionalno-funkcionalnog nivoa opisa i fenomenalnih odlika nije premošćen.

Mecinger u svojim knjigama ne pominje budističko učenje o nepostojanju intrinzičkog sopstva (*anatta* učenje), koje je staro više od 2000 godina, a koje sledi sličnu argumentaciju i ukazuje na sličan zaključak kao njegova teorija. Šta god bio razlog nepominjanja, čini nam se da bi pokušaj uspostavljanja paralela otkrio neke problematične tačke u Mecingerovoj teoriji. Prvo – to da je ja reprezentacija, model, vrsta virtuelne stvarnosti, a ne realno postojeći entitet, nije samo novi empirijski nalaz aktuelne neurokognitivne nauke, već takođe i staro otkriće jedne kontemplativne tradicije¹⁰⁷. Pošto u Budino vreme nije postojala neuronauka, niti čak bilo kakvo znanje o mozgu ili ideja objektivne metodologije trećeg lica, znači da je ova vrsta uvida moguća iz čisto fenomenološkog ugla, dakle iz ugla prvog lica (iako se ovde ne radi o svakodnevnoj, već o jednoj vrsti „duboke“ fenomenologije)¹⁰⁸. To dovodi u pitanje Mecingerovu tezu o autoepistemičkoj zatvorenosti. Naš model stvarnosti i model sebe

¹⁰⁷ Ovde se nećemo obazirati na tvrdnje da slično otkriće može, u ponešto drugačijim formulacijama, da se pronađe i van budističke tradicije (tj. u drugim duhovnim tradicijama), iako nam one izgledaju plauzibilno, jer to nije relevantno za našu temu. U okviru budizma je „being no one“ *anatta*-učenje formulisano eksplicitno i postavljeno kao centralna tema, pa ćemo se fokusirati isključivo na budističku formulaciju.

¹⁰⁸ Budističko učenje o nepostojanju sopstva bilo je takođe kontraintuitivno i radikalno u vreme svog nastanka.

nisu toliko transparentni koliko bi se iz svakodnevne fenomenologije dalo zaključiti. Ako je proziranje kroz „mrak“ transparentnosti moguće, onda on možda i nije tako gust, niti je ego tunel toliko solidan kao što izgleda. U petom i šestom poglavlju ćemo dati primere čisto „fenomenoloških eksperimenata“ iz budističke kontemplativne tradicije, koji smeraju da dovedu do promena u doživljaju sebe i sopstvenih mentalnih funkcija i time izazovu kod praktikanta zapitanost o prirodi našeg naivnog svakodnevnog ja i prirodi svesnog doživljavanja. Njihova logika je donekle slična logici savremenih eksperimenata koje navodi Mecinger (koje smo pomenuli u fusnoti 45), a koji ponekad koriste sofisticirana dostignuća savremene tehnike. Naročito interesantno je da dve sasvim različite tradicije mišljenja i metodologije, te dve različite vrste podataka – subjektivni i objektivni – koincidiraju ka sličnim zaključcima.

Drugo, kao što transparentnost reprezentacione prirode samodela ne objašnjava još uvek njegove fenomenalne odlike, tako ni gubitak transparencije modela sebe (uvid u iluzornu prirodu ja u budističkoj meditaciji npr.) ne dovodi do gubitka svake vrste fenomenalne svesnosti. Mada se, moguće je, ovde gubi, perspektiva prvog lica, što daje Mecingeru za pravo. To bi onda značilo da perspektiva prvog lica nije u apsolutnom smislu nužna pretpostavka fenomenalnosti. Dekonstrukcija reprezentacionih sadržaja svesti, uključujući i samu subjektivnost tj. perspektivu prvog lica i fenomenalno ja u njegovim najelementarnijim ispoljavanjima, ne dovodi budističke praktikante u stanje nesvesnosti. Umesto da se svetlo ugasi, pojavljuje se jedan drugačiji kvalitet svesnosti. Mecinger doduše pominje mogućnost aperspektivne svesti u nekim nepatološkim mističkim iskustvima (budisti bi ovde govorili o nedualnoj svesti), ali više kao marginalni fenomen. U budističkoj kontemplativnoj tradiciji, koja po argumentaciji i zaključcima često neodoljivo podseća na Mecingerove, ovaj fenomen nije nikako marginalan, već apsolutno centralan, to je, zapravo, skriveni dragulj za kojim tragaju aspiranti.

Na kraju, pomenimo samo da je metafizička elaboracija učenja o nepostojanju intirzičkog ja u budističkoj filozofiji često daleko sofisticiranija od fizikalističkog redukcionizma, u kome završava Mecingerova teorija.

4. PROBLEM SVESTI I SUBJEKTIVNOSTI U PSIHOTERAPIJI

4.1. Psihoterapija kao naučna disciplina u konstituisanju

Problemi fenomenalne svesti koje smo diskutovali u okviru psihologije i filozofije duha u prethodna dva poglavlja pojavljuju se, takođe, mada dosada uglavnom više implicitno, u psihoterapiji, koja je pre svega praktična disciplina. Kako je psihoterapija poslednjih decenija, međutim, postavila sebi zadatak da postane samostalna naučna disciplina, eksplicitno tematizovanje i sistematski tretman problema fenomenalne svesti i subjektivnosti, oko kojih je, po našem mišljenju, dosada vladala prilična konfuzija, jedan je od zadataka na putu njenog konstituisanja kao naučne discipline. Uspostavljanje veze psihoterapije i filozofije duha tek je na pomolu. Psihoterapija je takođe dosada imala relativno samostalan razvoj u odnosu na trendove akademske psihologije¹⁰⁹ i burni razvoj neuronauke, što u poslednje vreme pokazuje tendenciju promene.

Pošto je psihoterapija, pre svega, praktična disciplina, malo je psihoterapeuta koji bi se zanimali za analitičku filozofiju duha, jer im ona izgleda, na prvi pogled, veoma udaljeno od njihove prakse. Filozofi duha (i najvećim delom filozofi uopšte) u psihoterapiji verovatno vide šarenilo teorija i postupaka u kojima je teško sagledati unutrašnju povezanost i logiku, oblast koja im izgleda suviše strano, da bi se usudili da se njome bave. Ne samo što se psihoterapijom nisu mnogo bavili filozofi, već to nisu činili ni naučno orijentisani akademski psiholozi, koji decenijama nisu bili skloni da je shvate ozbiljno kao deo psihologije. Nedostatak logičko-metodološke rigoroznosti u psihoterapijskim teorijama, mnoštvo pravaca koji izgleda da imaju svaki svoj poseban vokabular, svoje „gurue“, postupke i ciljeve, te nedovoljnost empirijskih istraživanja u disciplini u celini stvarali su utisak nenaučnosti. To je nešto što je psihoterapija u svom novom ruhu već počela da menja. Da bismo sagledali punu relevantnost psihoterapijske prakse za diskusiju problema fenomenalne svesti, pogledajmo najpre kakva vrsta

¹⁰⁹ U pogledu veze sa akademskom psihologijom prednjačile su bihejvioralna terapija i kognitivna terapija, tj, kognitivno-bihejvioralna terapija (KBT).

discipline je psihoterapija sa stanovišta njenog istorijskog razvoja, kao i u savremenom kontekstu.

U srži psihoterapije je interdisciplinarnost, što danas postaje još očiglednije. Psihoterapija kao profesija dosada je bila primarno ukotvljena između psihologije i medicine tj. psihijatrije. Od Strazburške deklaracije 1990. godine psihoterapija postaje samostalna profesija u sve više evropskih zemalja; psihoterapiju je od 2005. moguće studirati i kao nezavisan studijski fah, diploma psihologije ili medicine (specijalizacija iz psihijatrije), dakle, više nisu preduslov za bavljenje psihoterapijom. Istorijski, psihoterapija je nastala kao ogranak medicine – Sigmund Frojd i većina ranih psihoanalitičara su po obrazovanju bili lekari. Gotfrid Fišer, savremeni istraživač i teoretičar psihoterapije sa Univerziteta u Kelnu, sklon je, sa druge strane, da filozofiju vidi kao majku psihoterapije – sokratovski dijalog i umeće majeutike rane su preteče psihoterapije (Fischer, G., 2011).¹¹⁰ Psihoterapijski elementi mogu se naći i u okviru raznih religijskih tradicija i umetnosti, ali je to dosada većinom bila tabu tema, s obzirom na to da religija i umetnost u prosvetiteljskoj matrici mišljenja, iz koje je rođena psihoterapija, imaju status nečega prilično udaljenog, ukoliko ne i suprotnog od nauke. Zapravo, različiti psihoterapijski modaliteti imaju poreklo u različitim disciplinama. Psihoanaliza je uglavnom potekla iz medicine, preuzimajući odatle model patologije, etiologije i lečenja u smislu odstranjivanja uzroka bolesti. Egzistencijalistički i fenomenološki pravci našli su u prvom redu svoje inspiracije u filozofiji, dok su bihevioralna terapija i kognitivno-bihevioralna terapija poreklom iz akademske psihologije (prva iz biheviorističke, druga iz kognitivne psihologije) i zasnivaju se pre na modelu učenja nego patologije.

Da bismo razumeli kakvo mesto fenomenalna svest i svesni procesi igraju u psihoterapiji, te kakav je značaj ove discipline za našu diskusiju problema fenomenalne svesti, važno je videti najpre šta je predmet psihoterapije, kakvi su njeni rezultati, šta su njene metode i teorijske pretpostavke. Najpre ćemo se koncentrisati na predmet i opseg

¹¹⁰ Psihoterapeut vodi, poput Sokrata, razgovor sa klijentom, u kome mu pitanjima pomaže da iznese na svetlo znanje i uvide kojih do tog momenta nije bio svestan. To je znanje koje je u njemu samom, a ne psihoterapeutovo znanje. Sokratovo razlikovanje ovakvog postupka, koji je nazvao majeutikom (od grč. *maieutike techne* — babičja veština porađanja) od sofističke retorike, koja počiva na sugestivno manipulativnoj komunikaciji i uverenju da je sofista u posedu znanja koje prenosi drugima, po Fišeru, zadržalo je punu aktuelnost u savremenoj psihoterapiji. Ovde, naime, nalazimo postupke obe vrste, u različitim psihoterapijskim modalitetima.

discipline u celini, te njene rezultate, a o svesnosti kao varijabli u različitim teorijskim i metodološkim modelima govorićemo u odeljku 4.7.

Na poreklo psihoterapije iz medicine ukazuje već etimologija reči. Grčka reč *therapeia* medicinskog je porekla i znači služiti, opsluživati, negovati bolesnika. Terapeutika (grč. *therapeutikè*) je učenje o postupcima lečenja i isceljenja različitim vrstama terapije, o načinima njihovog delovanja i spektru primene, a terapeut je osoba koja inicira ili ubrzava isceljenje ili oporavak, te otklanjanje ometajućih simptoma. Medicinske procedure su u Grka podrazumevale, pored fizikalnih procedura, i religiozno isceljujuće rituale u hramovima boga iscelitelja Asklepija. U devetnaestovekovnoj zapadnoj medicini, iz koje je nastala psihoterapija, vladao je, međutim, fizikalističko-mehanicistički model, po kome je bolest greška u funkcionisanju tela koju adekvatna terapija reparira ili odstranjuje. Razlikovanje simptomatske i kauzalne terapije (simptomatska odstranjuje samo simptome, za razliku od kauzalne koja otklanja uzrok bolesti) Frojd je preuzeo iz medicine i napustio hipnozu koju je naučio od francuskog lekara Šarkoa i „katartičku metodu“ svog saradnika Jozefa Brojera¹¹¹ u lečenju histerije, proglašivši ih simptomatskim zarad svog shvatanja kauzalne terapije. Pošto je ovaj linearno-kauzalni model mišljenja bio opšteprihvaćen u devetnaestovekovnoj medicini, Frojdu je morao izgledati samoočigledno; kasnije je on doprineo često dogmatskom traženju uzroka tamo gde je psihoanalitička teorija tvrdila da se oni nalaze – u detinjstvu, edipalnom kompleksu i sl. Danas ova Frojdova odluka izgleda pomalo pretenciozno, jer je i u medicini otvoreno pitanje u kojoj meri ona leči uzroke; krajnji domet njenih intervencija veoma često je supresija simptoma. U slučaju sistemskih i hroničnih, kao i psihičkih bolesti medicina, zapravo, raspolaže relativno ograničenim znanjima o uzrocima. Model fizičkih i mentalnih bolesti, koji sledi kartezijsku logiku, a na kome počiva sistem osiguranja i zdravstvena politika, takođe je ograničene vrednosti u svetlu savremene psihosomatike i psihoneuroimunologije – nova istraživanja čine da granice fizičkih i mentalnih bolesti izgledaju sve poroznije. Isti tip

¹¹¹ Brojer je sa Anom O. koristio hipnotički trans kao metod prisećanja traumatskog događaja koji je u osnovi simptoma. Prilikom prisećanja dolazilo je do oslobađanja i abreagovanja afekta koji je povezan sa sećanjem, što je vodilo nestajanju simptoma. Posto Frojdu u nekim slučajevima nije polazila za rukom hipnoza, a ponekad su se simptomi, posle katartičke abreakcije vraćali, Frojd je, po našem mišljenju preuranjeno, zaključio da su ovi oblici lečenja neefikasni, te je umesto njih uveo metodu slobodnih asocijacija i analize transfera.

intervencije, npr. redukcija di-stresa i destruktivnih emocija ima podjednako markantne efekte na psihu i telo.

Vladavina medicinskog modela u psihoterapiji usloвила je više decenija njenu orijentaciju na patogenezu. Aron Antonovski uveo je u medicinu osamdesetih godina kontrastni pojam salutogeneze (od lat. *salus* – zdravlje, *genesis* – razvoj). Istraživanje faktora koji podržavaju i promovišu zdravlje bilo je do tada potpuno u senci istraživanja i teorija o uzrocima i razvoju patologije, kako u medicini tako i u psihologiji i psihoterapiji. U psihologiji i psihoterapiji je orijentacija ka zdravlju i fakotrima mentalnog zdravlja rezultirala pojavom pozitivne psihologije, čijim se osnivačem smatra Martin Seligman, a koja se u poslednjih petnaestak godina etablirala kao akademska disciplina koja istražuje svetle strane ljudske prirode, vrednosti i faktore koji doprinose mentalnom zdravlju. Sreća, kreativnost, optimizam, solidarnost, ljubav, saosećanje, rezilijentnost, autentičnost, humor – primer su tema kojima se bave istraživanja u pozitivnoj psihologiji (vidi npr. zbornik radova iz pozitivne psihologije Snyder, C. R. & Lopez, S. J., 2005). Preteča pozitivne psihologije bila je humanistička psihologija iz koje se razvio čitav niz psihoterapijskih modaliteta. Ona je još šezdesetih godina kritikovala patocentričnost i ograničenost slike o čoveku koju su nudile psihoanaliza i bihejvioristička psihologija. Za razliku od humanista, savremena pozitivna psihologija i pozitivna psihoterapija fundirane su u mnogo većoj meri na empirijskim istraživanjima. Velika novina u psihoterapijskoj logici je u tome što se ispitivanje patogeneze ne smatra više ni dovoljnim ni nužnim uslovom lečenja – u mnogim slučajevima aktiviranje pozitivnih resursa i vrednosti klijenta dovoljno je za isceljenje i u odsustvu znanja o uzrocima problema. Bez razumevanja mentalnog zdravlja i čak ekstremnog mentalnog zdravlja (onoga što je Maslov sedamdesetih nazvao „višim dometima ljudske prirode“), pogled na disfunkcionalna i patološka stanja ostaje uzan i ograničen. Pored toga, veći deo psihoterapijske klijentele danas čine osobe u razvojnim i životnim krizama, bez dijagnostifikovane psihopatologije. Rapidne promene i nedostatak spoljašnjih orijentira u društvu dvadeset prvog veka čine pitanje *ars vivendi* (kako živeti dobar i ispunjen život) akutnim ne samo za filozofe i duhovne tragače već i za veoma široke slojeve populacije. Tradicionalna patocentrična psihoterapija ne bi bila u stanju da se nosi sa ovim novim izazovima.

Iako je orijentacija ka zdravlju i promovisanje faktora zdravlja bila novina u zapadnoj medicini i psihoterapiji, ideja u njenoj osnovi je veoma stara. Razni tradicionalni,

alternativni i holistički medicinski sistemi kao i nova *body–mind* medicina neguju ovaj ugao gledanja, koji je širi od fokusiranosti na disfunkciju. Tako, na primer, tradicionalna kineska medicina (odomaćena na zapadu kao TCM – *Traditional Chinese Medicine*), koja ulazi u mnogim evropskim zemljama u sistem medicinske zaštite¹¹², zadatak lekara vidi prvenstveno u čuvanju i unapređenju zdravlja.

Da rezimiramo: redukcionizam zapadnog medicinskog modela ogleda se u uskom fokusu na disfunkciju i njenu reparaciju, u patocentrizmu i mehanicističkom shvatanju tela, dok holistički modeli lečenje vide kao isceljivanje i otvaranje ka razvoju punih potencijala, orijentisane su više pozitivno i ka budućnosti, i telo shvataju kao živi samoorganizacioni sistem, čije samoisceljenje treba podstaći terapijskim intervencijama. Oba modela su bila prisutna i u istoriji psihoterapije. Videćemo u daljem izlaganju da, dok je u prvom modelu još donekle i moguće „staviti u zagradu“ subjektivnu dimenziju, u drugom to postaje neizvodljivo.¹¹³

Kako je spektar psihoterapijskih intervencija kao i klijentele danas značajno proširen u odnosu na njene početke, izgleda nam da jedan drugi termin, koji vodi poreklo iz antičke filozofije, pogađa njenu suštinu u mnogim slučajevima još bolje od *therapeia*. Mislimo na Ciceronov pojam *cultura animi* – kultivacija duše, o čemu govori u *Tusculanae Disputationes* (*Cicero: Gespräche in Tusculum*, 1997). Za razliku od *therapeia*, *cultura* je reč koja vodi poreklo iz reči agrikultura (od lat. *colere* – negovati, obrađivati, posvetiti se, uvažavati). Ciceron je video smisao filozofije u negovanju duše da bi se ova razvila u filozofsku dušu koju je smatrao najvišim prirodnim idealom ljudskog razvoja.¹¹⁴ „Psihokultura“ je danas svakako veliki deo onoga čime se bavi

¹¹² Razlozi za otvaranje ka tzv. komplementarnim medicinskim tretmanima nisu toliko u promeni paradigme zapadne medicine, već su više pragmatičke prirode. Njeni česti neuspesi u tretmanu hroničnih bolesti, uprkos skupoj dijagnostici i lekovima, u osnovi su „finansijske logike“ osiguranja da traga za alternativama koje su jeftinije i uspešnije. Ovoj saradnji još uvek nedostaje refleksivnost; u prvom planu je čisto pragmatički eklekticizam, jer TCM, na primer, počiva na sasvim drugačijim filozofskim osnovama od zapadne medicine.

¹¹³ Jednostranost filozofskih osnova zapadne medicine (pozitivizam, fizikalizam, objektivizam) kritikovao je temeljno u brojnim radovima još pre pola veka npr. Viktor fon Vajceker, otac medicinske antropologije i psihosomatike u Nemačkoj. U to vreme je uvođenje subjekta i fenomenološke perspektive u medicinu bilo, izgleda, osuđeno da ostane usamljen pokušaj plivanja protiv glavnog toka.

¹¹⁴ Ova funkcija filozofije kao negovateljice duše bila je posle antike veoma često zapostavljena u evropskoj filozofskoj tradiciji. U azijskim filozofijama ona je zadržala prilično centralno mesto. Filozofski sistemi su ovde često u direktnoj vezi sa praksom školovanja duha. Paralelno sa promišljanjem filozofskih problema nalazimo niz *exercitia*, kontemplacija, usmerenih na usavršavanje duhovnih

psihoterapija. Kultura kao antipod prirodi i genetici odnosi se na čovekovu stvaralačku prirodu, kojom oblikuje svoj humani svet. Kultura podrazumeva razne oblasti čovekovog stvaralaštva (nauka, filozofija, umetnost, religija, moral, pravo, etika, tehnika i sl.), pa iz shvatanja psihoterapije kao psihokulture možemo da sagledamo njeno daleko šire umreženje sa drugim oblastima znanja od fiksiranosti za medicinu i lečenje bolesti.

Jedan aspekt psihokulture je psihoedukacija. U istoriji psihoterapije postoje već odavno pokušaji da se psihoterapijski proces shvati sasvim nezavisno od medicinskog modela. Tako Tomas Sas, jedan od najradikalnijih predstavnika antipsihijatrije, u svojoj knjizi *Etika psihoanalize: teorija i metod autonomne psihoterapije iz 1965. godine* kritikuje shvatanje psihoanalize kao medicinskog tretmana psihičke bolesti i edukativni model predlaže, kao alternativno objašnjenje procesa koji se odvija između psihoanalitičara i analizanta. Psihoanaliza je zapravo prvenstveno vrsta metaedukacije, učenja kako se uči. Klijent uči o sopstvenom stilu učenja, pre svega u domenu interpersonalnih odnosa, kao i kako da primeni autonomniji i kritičkiji način učenja iz iskustva (upor. Sas, T., 1978).

Slično tome, američki psihoterapeut Danijel Sigel danas smatra da u psihoterapiji učimo veštinu koju je nazvao *mindsight* (unutrašnje ili duhovno viđenje), a koja nam omogućava da na uspešniji način navigiramo u unutrašnjem prostoru svog duha, kao i u interpersonalnim odnosima (upor. Siegel, D., 2010). *Mindsight* je sposobnost opažanja sopstvenog duha i njegovih sadržaja i procesa, a da pri tome ne utonemo u tamne dubine anksioznosti, patnje, briga i sl. ili da pokušavamo da pobegnemo od sopstvenih neprijatnih iskustava. *Mindsight* je, naime, protivteža pojmu *mindflight* – termin koji se

kvaliteta i etičkih vrlina. Takođe, u istočnim religijama (budizam, taoizam) „terapijanje“ patnje i usavršavanje duše „ovde i sada“ igraju krucijalnu ulogu. Na Zapadu, opet, u okviru hrišćanstva, *cultura animi* je prečesto bila marginalizovana. Hrišćansko učenje o duši je u toj meri insistiralo na dvojstvu duše i tela, te na shvatanju duše kao večne i onostrane, da je duša u telu „ovde i sada“ ponekad čak obezvređena. Ispovest, molitva i liturgija kao mentalno higijenski programi više nisu dostajali potrebama čoveka devetnaestog veka, te je na poljuljanim temeljima hrišćanstva nastala psihoterapija kao nova, sekularna disciplina mentalne kultivacije. Psihoterapija je nastala u okviru medicine, što je verovatno bio najbolji put njenog etabliranja i legitimacije u tom trenutku, iako je njen smisao u zapadnoj kulturi daleko širi. Psihoterapija kao autohtono evropska disciplina, razvila je, po našem mišljenju, na Zapadu dosada najrafiniraniji arsenal oruđa kultivisanja duše, iako postoji tek nešto više od jednog veka. U tome je njen veliki značaj za zapadnog čoveka i osnova na kojoj psihoterapija pre može da gradi svoj ugled nego da od toga beži u scijentistički objektivizam.

ponekad koristi da označi beg od sopstvenog unutrašnjeg sveta.¹¹⁵ *Mindsight* nam omogućava dobar kontakt i razumevanje sopstvenog subjektivnog sveta i time smisaoniji život i veću uravnoteženost u izlaženju na kraj sa stresom i krizama života.

Kada govorimo o psihoterapiji kao edukaciji, može se steći utisak da mislimo na pretežno kognitivni oblik učenja. Iako je ovaj takođe prisutan u svakoj psihoterapiji, za psihoterapiju je zapravo centralno doživljajno učenje. Termin doživljajno učenje (*experiential learning*) skovao je Karl Rodžers 1983. godine. Za razliku od kognitivnog učenja, tipičnog za akademski kontekst koje nema lično značenje za onoga koji uči, doživljajno učenje je lično relevantno, karakteriše ga visoka motivacija i uključenost onoga koji uči, istovremeno kognitivna i afektivna. Doživljajno učenje obično dovodi do dugotrajnih i dubokih promena. Iako je Rodžers, uvodeći ovu distinkciju, imao prvenstveno u vidu pedagoško edukativnu situaciju, doživljajno učenje je još prisutnije u psihoterapiji.

Model učenja uveli su na najeksplicitniji način u psihoterapiju bihejvioralni terapeuti, koji su svoje terapijske postupke izveli direktno iz ekperimentalne psihologije učenja. Ona se pretežno bavila nižim oblicima učenja kao što su klasično uslovljavanje i instrumentalno učenje, koji u maloj meri uključuju kogniciju, ali zato igraju značajnu ulogu u domenu emocija. Najveće uspehe BT je napravila upravo u radu sa fobijama. Kasnije su bihejvioralni terapeuti uveli i postupke zasnovane na učenju po modelu, koji igra naročito važnu ulogu u socijalnom učenju i psihoterapijskoj situaciji. Model učenja primenljiv je, međutim, daleko šire od bihejvioralne terapije; razni oblici učenja su u osnovi svake psihoterapije. Kako se učenje tradicionalno operacionalno definiše preko promene, određenje psihoterapije kao prakse i teorije promene veoma je obuhvatno. Promena je ključni sačinitelj i cilj psihoterapijskog procesa u svim psihoterapijskim školama i pravcima. Pored široke platforme koju nudi, prednost ovakvog određenja je i u mogućnosti operacionalizacije procesa i rezultata psihoterapije, što je bitno za istraživačku praksu. Pokušaćemo na ovom mestu da predložimo jednu opštu definiciju predmeta psihoterapije, koja je primenljiva na sve psihoterapijske modalitete, a zatim ćemo prokomentarisati njene elemente.

¹¹⁵ Npr. traumatizovani ljudi, u strahu da ponovo budu preplavljeni neprijatnim senzacijama i emocijama nad kojima nemaju nikakvu kontrolu, imaju strah da budu sami u sopstvenom doživljajnom svetu. To bi bio ekstremni primer za *mindflight*.

Psihoterapija se bavi nameravanim i sa stanovišta klijenta željenim promenama u domenu subjektivnog doživljavanja¹¹⁶, kognicije, ponašanja i neuralnih struktura, koje su posledica procesa komunikacije u okviru psihoterapijskog odnosa.

- a. Promena je nameravana, dakle postoji cilj klijenta i psihoterapeuta da rade na relativno specifičnoj promeni, koja se odnosi na domen doživljavanja i/ili ponašanja koji za klijenta predstavlja problem. Ovim se psihoterapijska promena razlikuje od svih drugih promena do kojih dolazi spontano i neplanirano u svakodnevnom životu pod uticajem raznih faktora. Promena je željena od strane klijenta. To znači da psihoterapija poštuje klijentovu autonomiju i radi na problemu, tegobi, simptomu, razvojnoj potrebi, i sl, što klijent unosi u psihoterapijski proces. Psihoterapija generalno radi sa klijentima koji dobrovoljno ulaze u psihoterapijski proces i spremni su da ulože vreme, energiju i novac u ovu vrstu rada. Izazivanje promene koja je protivna volji klijenta nije u skladu sa etičkim kodeksom psihoterapije. Pored toga, ukoliko ne postoji dobrovoljnost od strane klijenta, njegovi otpori bi najverovatnije sabotirali svaki takav pokušaj. Čak i u slučajevima kada klijent ne dolazi sasvim dobrovoljno, već je poslat od strane neke institucije ili porodice, psihoterapeut nastoji da pronade sa njim neku oblast u kojoj klijent doživljava patnju i potrebu za promenom i da na nju fokusira psihoterapijski ugovor i zajednički rad. Ukoliko to nije moguće, psihoterapijske seanse teško mogu dati rezultate.
- b. Učenje se tradicionalno operacionalno definiše kao promena u domenu doživljavanja, kognicije i ponašanja – to su domeni u kojima je dosad bila moguća detekcija promene. Pretpostavka da se nešto menja i u nervnim strukturama ostajala je uglavnom implicitna. Poslednje decenije nove istraživačke tehnologije u neuronauci prvi put su omogućile merenje suptilnih promena u specifičnim delovima mozga koje nastaju kao posledica novog doživljavanja i mentalnih aktivnosti. Studije neuroplasticiteta

¹¹⁶ Termin doživljavanje obuhvata pored emocionalnog doživljavanja i druge subjektivne aspekte iskustva kao što su čulno doživljavanje, doživljaj sopstvenog tela, doživljaj sebe u interpersonalnim odnosima i svetu, i sl. Uzmimo za primer emocije kojima se psihoterapija mnogo bavi: emocija je kompleksan pojam koji uključuje bihevioralnu (i fiziološku) komponentu, kognitivne sadržaje i subjektivnu, doživljajnu, tj. *qualia* komponentu („kako je biti“ u određenom emocionalnom stanju). Psihoterapijska promena se obično odnosi na sva tri domena.

promenile su sliku o mozgu kao relativno statičnom i zatvorenom sistemu. Mozak se menja do kraja života, nabolje ili nagore, zavisno od toga koja vrsta doživljaja i aktivnosti je u pitanju. Pored istraživanja o tome kako praktikovanje neke aktivnosti (npr. učenje sviranja nekog instrumenta) ili nekog oblika mentalne discipline (npr. nekog oblika kontemplacije) u roku od svega par nedelja dovodi do zadebljanja specifičnih delova moždane kore, pojavljuju se i nalazi koji pokazuju ovakvo slično dejstvo psihoterapijskog tretmana. U svetlu starijih fizikalističkih shvatanja, čitava psihoterapija sa svojim nefizikalnim postupcima mogla je lako izgledati kao placebo u odnosu na istinski fizikalne procedure (hirurgija, farmakoterapija...); iz perspektive neuroplasticiteta, nema puno smisla govoriti o placebo. Razgovor menja mozak, kao što ga menja i lek, a na empirijskim istraživanjima je da specifikuju relevantne varijable u procesu promene u oba slučaja. Aktuelnost neuroplasticiteta kao teme podstakla nas je da promene u nervnim strukturama uvedemo u definiciju psihoterapije. Danas bi čak skoro mogli reći da neki klijenti, pod uticajem popularnog slogana koji reflektuje posledice koje su studije neuroplasticiteta imale po naša shvatanja, „train your mind to change your brain“ („vežbaj duh da bi promenio mozak“) dolaze na psihoterapiju da bi promenili mozak, a ne samo, kao tradicionalno, nešto u domenu subjektivnog doživljavanja i ponašanja.

- c. Šta dovodi do psihoterapijske promene? O tome postoje različite teorije, a izdvajanje delotvornih sastojaka psihoterapijskog procesa je predmet istraživanja, o čemu će biti reči nešto kasnije. Zajednički imenitelj svih psihoterapijskih intervencija je da predstavljaju oblike komunikacije između terapeuta i klijenta (u slučaju grupne ili porodične terapije, takođe i drugih klijenata). Ranije je psihoterapija često shvatana kao lečenje razgovorom. Verbalni modus rada imao je apsolutnu prevagu u starijim psihoterapijskim pravcima. Danas se ovaj „levohemisferični“ model psihoterapije menja, jer se uključivanje rada sa celim mozgom i sa čitavim spektrom neverbalnog pokazuje kao nadmoćno u odnosu na rad samo sa verbalno-kognitivno-analitičkim delom mozga. Termin komunikacija je dovoljno širok da uključi sve verbalne i neverbalne oblike komunikacije koji su prisutni u psihoterapiji. Posle sistemsko-konstruktivističkog zaokreta u psihoterapiji,

koji je umnogome doprineo samorefleksivnosti psihoterapeuta, ekspertizu psihoterapeuta možemo tražiti ponajpre u domenu komunikacionih veština. Dok je klijent „ekspert“ za sopstveni doživljajni svet, terapeut je pre svega ekspert ili umetnik komunikacije.

- d. Psihoterapijski odnos je specifičan u odnosu na druge ljudske odnose; to je profesionalni odnos koji počiva na psihoterapijskom ugovoru. To što se promena dešava u okviru psihoterapijskog odnosa razlikuje psihoterapiju od drugih praksi koje imaju za cilj sličnu vrstu promene i unapređenja sopstvenog života. Ilustrovaćemo to na primeru primene tradicionalno solitarnih kontemplativnih praksi poput meditacije sabranosti (*mindfulness–awareness*) u psihoterapiji. Rik Henson, američki neuropsiholog i psihoterapeut, naziva ovu više od dva milenijuma staru praksu, sasvim u duhu 21. veka, samousmereni neuroplasticitet (eng. *self-directed neuroplasticity*). Ona se može praktikovati u okviru ili nezavisno od bilo kakvog institucionalno-religioznog konteksta, takođe, u okviru ili nezavisno od psihoterapije – u svakom od ovih slučajeva, intencija i rezultati mogu biti slični. *Mindfulness* se u okviru psihoterapije primenjuje kao deo psihoterapijskog procesa na dva načina – kao formalni trening sabranosti tokom individualnih i grupnih seansi i vežbanje od strane klijenta između seansi u okviru domaćih zadataka (obično u okviru kognitivno-bihejvioralnih pristupa), i na neformalan način, tako što terapeut tokom seanse primenjuje i modelira ključne elemente ovog pristupa. Pet Ogden (Ogden, P., Minton, K., Pain, C., & Siegel, D., 2006.) je za ovu neformalnu primenu uvela novi termin – *embedded relational mindfulness*, tj. praksa sabranosti ugrađena u interpersonalni odnos; termin se odnosi na novu i tipično psihoterapijsku primenu *mindfulness* prakse u okviru komunikacije između psihoterapeuta i klijenta. Puna, otvorena, neprosuđujuća svesnost o onome šta se dešava u sopstvenom duhu i sa drugom osobom iz trenutka u trenutak tokom seanse produbljuje povezanost i razumevanje daleko preko granica uobičajene konverzacije.

Psihoterapijska promena može da se odnosi na različite domene. Psihoterapija je u svojim počecima bila fokusirana na intrapersonalni domen, na povećanje svesnosti i spoznaje o sebi, koja omogućava pojedincu da se oslobodi balasta prošlosti i poveća

slobodu izbora. Kasnije je psihoterapija uključila u većoj meri interpersonalni domen i poboljšanje komunikacije sa drugima (u okviru porodičnih, partnerskih, poslovnih odnosa i odnosa sa širim okruženjem). Psihoterapija uključuje pored toga i transpersonalni domen, koji se odnosi na prevazilaženje uskog ličnog identiteta i ličnih odnosa i povezanost sa čovečanstvom, univerzalnim vrednostima i višim ciljevima.

Moguće je, naravno, na vrlo različite načine konstruisati predmet psihoterapije. Danas se psihoterapija obično određuje veoma široko i bez referisanja na psihopatologiju. Alfred Pric, predsednik Svetske asocijacije za psihoterapiju i rektor Univerziteta Sigmund Frojd u Beču, na kome se psihoterapija od 2005. godine studira kao samostalni studijski fah, smatra da se psihoterapija bavi psihičkom patnjom¹¹⁷, psihosomatskim tegobama, životnim krizama različitog porekla, ali takođe i razvojem i proširivanjem spektra sopstvenih sposobnosti (Pritz, A., 2002). Ovakvo široko određenje dobro odslikava savremenu psihoterapijsku praksu, ali istovremeno čini teškim njeno razgraničenje od niza sličnih, starijih i novijih, praksi pomaganja i promene. U oblasti savetovanja, koučinga, treninga, podučavanja, supervizije, mentorstva koriste se danas saznanja i metode koje potiču iz psihoterapije. Iako postoje preklapanja u sadržaju rada, razlike se povlače prema stepenu i vrsti profesionalne edukacije¹¹⁸, kao i ukazivanjem na glavno težište i naglasak u radu, te na tip klijenata koji su korisnici usluga.

Koučing (*coaching*) potiče iz sporta i menadžmenta, ali se danas u vidu *life coaching*-a primenjuje mnogo šire. Težište koučinga je na aktiviranju mentalnih i telesnih resursa u cilju ostvarenja željenih ciljeva i optimiranja rezultata. Ciljna klijentela su osobe bez

¹¹⁷ Primitimo ovde da je patnja čisto subjektivna kategorija. Bolest, simptom, deficit, problem mogu se definisati objektivno bar u izvesnoj meri; patnja kao njihova subjektivna komponenta je, međutim, upravo ključni faktor koji najčešće ljude dovodi na psihoterapiju. Patnja prevazilazi domen bolesti, problema i kriza; ona je u osnovi ljudskog postojanja. U budističkim spisima nalazimo iscrpnu mikrofenomenologiju patnje (sanskrit: *Dukkha*) – od njenih očiglednih pojavnih oblika, preko suptilnih, koji nastaju kao posledica promene i nepostojanosti svih stvari do opšte nedostatnosti postojanja, koja je vezana za svako iskustvo.

¹¹⁸ Juristički, u većini evropskih zemalja, psihoterapija je ono što radi psihoterapeut – uglavnom psihijatar ili psiholog, sa završenom edukacijom iz psihoterapije, a kriterijum da li pacijent ima pravo na psihoterapijske usluge preko sistema osiguranja (procenat koji kase nadoknađuju varira od zemlje do zemlje) još uvek je postojanje bolesti, tj. dijagnoze, prema klasifikacionom sistemu psihičkih smetnji. U ovakvom sistemu pacijent ima ekonomski interes da dobije dijagnozu, uz rizik od stigmatizacije. U slučaju psihosomatike, politika osiguranja ne prati još uvek napretke *body-mind* medicine. Ako, kako se često tvrdi, 96% fizičkih bolesti ima značajnu psihosomatsku komponentu, psihoterapija bi mogla postati značajna komponenta njihovog lečenja.

teže psihopatologije, uglavnom sa razvojnom motivacijom.¹¹⁹ Savetovanje je fokusirano na pomoć u rešavanju problema uz pomoć ekspertskog znanja i saveta. Može se odnositi na različite oblasti života i biti u manjoj ili većoj meri direktivno tj. nedirektivno. Kada uključuje različite psihoterapijske postupke približava se psihoterapiji. Podučavanje, instrukcija, trening odnose se na tačno određene sadržaje u kojima klijentima nedostaju ključne informacije, kao na primer: značaj neverbalne komunikacije u vođenju razgovora, stilovi rukovođenja, upravljanje vremenom i promenom, razvoj emocionalne i socijalne inteligencije, tehnike redukcije stresa i samomenadžmeneta i sl. Psihoedukacija u smislu davanja informacija o psihološkim (u poslednje vreme i neurološkim) znanjima o temama koje su relevantne za klijenta može i u okviru same psihoterapije imati psihoterapijski efekat, ukoliko omogući klijentu *reframing*¹²⁰ ili mu da konkretne ideje o strategiji rešavanja sopstvenog problema. Mentorstvo je ekspertsko praćenje u nekom, danas najčešće akademskom polju i u prvom planu mentorstva je kognitivna dimenzija.¹²¹

Kako je danas znanje o procesima promene i tehnikama promene i njenog podsticanja veoma široko korišćeno, u određenju domena i granica različitih profesija ulaze i brojni

¹¹⁹ U mnogim savremenim psihoterapijskim pristupima, takođe se minimizira vreme provedeno u radu na problemu, a težište je na rešenjima i orijentaciji ka cilju. Kratka terapija orijentisana ka rešenjima (STBF - *Solution focused brief therapy*) Stiva de Šejzera i Inso Kim Berg dobar je primer. Stiv de Šejzer je i sam više puta naglašavao da on zapravo ništa ne leči jer se problemom klijenta malo bavi. Ono što radi se takođe ne može nazvati ni savetovanjem. Glavna logika ove terapijske forme je da klijenta vodi iz stanja problema u stanje rešenja uz pomoć „čudesnog pitanja“ (u najsazetijoj formi: „kako bi bilo kada ne biste imali taj problem?“). U tom smislu, čini nam se da ovaj pristup sledi primarno logiku koučinga (*coaching* na engleskom izvorno znači upravljati kočijom, voziti na siguran način putnika od jednog mesta ka drugom). Pri tome se STBF primenjuje uspešno sa tradicionalno kliničkom populacijom (rad sa traumom, alkoholičarima, delinkventima i sl.). Ovaj primer samo ukazuje na teškoću sadržinskih razgraničenja.

¹²⁰ *Reframing* je široko korišćena psihoterapijska tehnika, poreklom iz hipnoterapije Milтона Eriksona i neurolingvističkog programiranja, kao i iz sistemske porodične terapije Virdžinije Satir. Metafora rama slike (eng. *frame*) koji izdvaja i ograničava isečak vizuelne stvarnosti kako se pojavljuje sa određene tačke gledišta, odnosi se ovde na klijentov problem i situaciju. Reinterpretacija toga u kontekstu novog značenja, smisla, informacije, ugla gledanja, „uokvirava“ situaciju na novi način, tako da ponekad klijent problem kroz *reframing* čak prestaje da percipira kao problem, već on dobija novo značenje u promenjenom okviru.

¹²¹ Reč mentor, koja je poreklom iz *Odiseje*, imala je, međutim, originalno, daleko šire značenje. Boginja mudrosti Atina, prurušena u Odisejevog prijatelja Mentora, stara se o vaspitanju Odisejevog sina Telemaha, koji odrasta u odsustvu oca kao modela. Atina primenjuje psihološki veoma sofisticiranu metodu da u Telemahovu psihu ugradi *imago* odsutnog oca, njegov sistem vrednosti i lojalnost prema njemu. Mentor (Atina) vodi Telemaha na put na kome ovaj upoznaje Odisejeve prijatelje, koji mu pričaju priče o ocu. Boginja mudrosti ovde ne sledi linearno racionalnu akademsku logiku, već postupa sasvim u duhu modernog eriksonijanskog hipnoterapeuta.

institucionalni, kontekstualni i situacioni elementi. U prvom planu su potrebe korisnika usluga i način na koji ovi konstruišu stvarnost. Tako, na primer, postupci i principi rada koji imaju poreklo u psihoterapiji u radu sa menadžerima i organizacijama mnogo bolje prolaze pod imenom koučing. Psihoterapija – psihokultura izlazi preko ovih svojih novih „filijala“ iz kliničkih okvira u društvo (industrija, menadžment, politika, obrazovaje, zdravstvo...), u kome su potrebe za njom sve veće i time postaje važna karika u funkcionisanju socijalnih sistema. Time i ono što psihoterapija može da nam kaže o problemu svesti i subjektivnosti dobija sve više na težini.

Gunter Šmit, hajdelberški psihijatar i hipnosistemi¹²² psihoterapeut, voli da svoju profesiju u konstruktivističkom maniru, naziva kelner stvarnosti (nem. *Realitätskellner*). Pojmovi terapija, savetovanje, koučing i sl. različiti su konstrukti stvarnosti; svaki od njih utiče na način na koji klijent doživljava sebe i svoju poziciju u odnosu na drugu osobu. Uopšte, svaki opis stvarnosti (npr. dijagnoza) iz hipnosistemske perspektive oblik je intervencije, zbog svog često snažnog sugestivnog dejstva na domen doživljavanja. Opis klijentove situacije fokusiran na kompetencije i resurse imaće, na primer, sasvim različito dejstvo od opisa koji se fokusira na deficite. Zato se Šmit zalaže za maksimalnu transparentnost u radu sa klijentima; terapeut ne može da postigne potpunu neutralnost niti apstinenciju od svake sugestije i interpretacije, ali može da ponudi različite opise situacije, poput dobrog kelnera koji gostima opiše na kompetentan način jela sa karte, te šta mogu da očekuju ukoliko se opredele za jedno ili drugo, ali im na kraju prepusti izbor. Terapeut, kouč, savetnik i sl. takođe stalno preispituje kako alternativne konstrukcije stvarnosti, bilo od strane terapeuta ili klijenta, koje se pojavljuju tokom procesa, deluju na klijenta na organizmičkom, emocionalnom i kognitivnom nivou i pomaže mu da izgradi metapoziciju (pregled mogućih izbora i njihovih konsekvenci). Šmit ne smatra da psihoterapeut koji je u radu okrenut rešenjima i resursima, nužno mora da se odrekne dijagnoza, ukoliko je to u interesu klijenta prilikom ostvarivanja njegovih prava u sistemu osiguranja¹²³; dijagnoza biva

¹²² Hipnosistemi psihoterapijski model koji je razvio Šmit integriše metode eriksonijanske hipnoterapije u sistemsko-konstruktivistički pristup.

¹²³ Danas mnogi psihoterapeuti shvataju na sličan pragmatički način dijagnoze, te rade sa dijagnozama da bi se prilagodili kriterijumima sistema osiguranja, ali sa svešću da je bolest dobrim delom socijalna konstrukcija. Dijagnostički sistem je u međuvremenu postao tako razgranat da se skoro sve može svrstati u poremećaj, ukoliko je to klijentu potrebno. Istorijski su najpre antipsihijatrija, a zatim socijalni konstrukcionizam doveli do relativizacije u shvatanju psihijatrijskog dijagnostičkog sistema.

uspostavljena kroz maksimalno transparentnu saradnju psihoterapeuta i klijenta, pri čemu je klijent tretiran kao kompetentni autoritet za svoj doživljajni svet, koji u svakom trenutku ima mogućnost izbora (upor. Schmidt, G., 2014)

Iz prethodnog izlaganja smo sagledali predmet i opseg problema kojima se bavi savremena psihoterapija. Sada ćemo se ukratko osvrnuti na njene rezultate, odnosno pitanje u kojoj meri je ova praksa delotvorna u smanjenju psihičke patnje i izazivanju pozitivnih promena. Istraživanja u psihoterapiji sreću se sa nizom problema. Na savremenoj psihoterapijskoj sceni postoji više od 400 različitih psihoterapijskih modela i metoda, koji se primenjuju na veoma širok spektar problema (klasifikacioni sistemi mentalnih poremećaja nisu ni sami statični, broj dijagnostičkih kategorija je u porastu) sa različitim vrstama pacijenata tj. klijenata¹²⁴ (sa ili bez dijagnoze), a kriterijumi procene psihoterapijske promene su takođe različiti – oni mogu biti subjektivni (u smislu klijentove procene poboljšanja), socijalni (u smislu boljeg socijalnog funkcionisanja, tj. više bihevioralni kriterijumi) i profesionalne procene napretka klijenta u svetlu nekog teorijskog koncepta. Različiti psihoterapijski modaliteti imaju donekle različite ciljeve, modele mentalnog zdravlja i kriterijume za procenu uspeha terapije, a psihoterapijski proces uključuje kompleksan splet varijabli koje je moguće istraživati¹²⁵. Uprkos kompleksnosti predmeta, istraživanja u psihoterapiji su daleko uznapredovala od pedesetih godina kada je Ajzenk provokativno tvrdio na osnovu svoje studije iz 1952. da psihoterapija (a u prvom redu je u to vreme imao psihoanalizu) ne dovodi do značajnijih pozitivnih promena od spontanog toka života.¹²⁶ Od 1970. postoji

¹²⁴ Odlučili smo da u ovom radu radi jednostavnosti koristimo isključivo termin „klijent“ umesto „pacijent“, jer je obuhvatniji. Termin „pacijent“ može se odnositi samo na osobe sa dijagnostifikovanim mentalnim poremećajem, a veliki deo savremenih korisnika psihoterapijskih usluga se ne može označiti kao bolestan. Termine „psihoterapija“ i „terapija“ koristimo naizmenično, jer neki psihoterapijski pravci nose u nazivu jednu, a drugi drugu oznaku. „Psihoterapija“ bi trebalo da se odnosi na rad sa unutrašnjim svetom klijenta, a „terapija“ više na rad sa ponašanjem, ali primena termina u disciplini u celini nije konsekvantna. Pored toga, verujemo da čist rad sa ponašanjem u koji nisu uključene „unutrašnje varijable“ gotovo da i ne postoji.

¹²⁵ Hauard i Orlinski (Howard, K. & Orlinsky, D., 1987) ponudili su generički model psihoterapije, kao konceptualni model za integraciju nalaza bronih pojedinačnih empirijskih istraživanja procesa i rezultata psihoterapije. Model opisuju sledeće aspekte psihoterapije koji se pojavljuju u istraživačkoj literaturi: 1) formalni odnos (terapijski ugovor, organizacioni aspekt), 2) terapijske aktivnosti (tehničko-proceduralni aspekt), 3) neformalni odnos (terapijska veza, interpersonalni aspekt), 4) odnošenje prema sebi (eng. *self-relatedness*, intrapersonalni tj. refleksivni aspekt), 5) neposredni uticaj seanse (eng. *in-session impact*, klinički, tj. pragmatički aspekt), 6) vremenski obrazac (sekvencijalni aspekt, odvijanje u vremenu).

i Društvo za istraživanje psihoterapije (*Society for Psychotherapy Research*), koje su osnovali Kenet Haurd i Dejvid Orlinski. Brojne kasnije evaluacione studije psihoterapije ukazale su na postojanje značajne evidencije o generalnoj delotvornosti psihoterapije. Često citirana metaanaliza¹²⁷ Smitove i Glasa (Smith, M. & Glass, G., 1977), koja je obuhvatila 375 kontrolisanih evaluacionih studija uverljivo je pokazala efikasnost psihoterapije – 75% psihoterapijskih klijenata je bilo bolje od netretiranih osoba. Njihova studija pri tome nije pokazala razlike u delotvornosti između više različitih terapijskih modaliteta (npr. bihejvioralne terapije, Rodžersove na klijenta usmerene terapije, psihodinamske, racionalno-emotivne terapije, transakcione analize). Laborski (Luborsky, L., Singer, B. & Luborsky, L., 1975) u svom pregledu istraživanja psihoterapije dolazi do sličnog zaključka – da je psihoterapija generalno efektivna, ali da je nemoguće ustanoviti razlike između različitih formi psihoterapije, za šta je upotrebio kasnije često citiranu frazu ptice Dodo iz *Alise u zemlji čuda*: „Svi su pobedili i svi moraju dobiti nagradu“.

Na ovakve zaključke ukazuje i novija studija američkog istraživača Brusa Vampolda *Velika psihoterapijska debata: modeli, metode i nalazi* (Wampold, B., 2001). Vampold analizira rezultate nekoliko decenija istraživanja u svetlu dva modela psihoterapije – medicinskog i kontekstualnog. Medicinski model se fokusira na specifičnosti tretmana, kao što su klasifikacija i teorijska objašnjenja poremećaja i problema i specifični postupci koji dovode do promene. Kontekstualni model naglašava zajedničke odlike terapija – sve uključuju odnos klijenta i terapeuta, poverenje obe strane u efikasnost tretmana, ponudu okvira i procedure koji su konzistentni od strane terapeuta, spremnost klijenta da se upusti sa terapeutom sa poverenjem u otvaranje ka intimnim aspektima svog života. Kroz istoriju psihoterapije može se pratiti debata ova dva modela (specifični nasuprot opštim faktorima) – Vampoldovi nalazi ukazuju (pored toga što govore o generalnoj delotvornosti psihoterapije) na veliku premoć kontekstualnog

¹²⁶ Ajzenkovo istraživanje i zaključci bili su predmet kritika više decenija. Kisler je Ajzenkov zaključak nazvao „mitom spontane remisije“ (Kisler, D, 1965). Bergin je 1971. napravio ponovnu analizu originalnih Ajzenkovih podataka koja otkriva niz grešaka u pogledu kriterijuma ishoda, dijagnostičkih kriterijuma, izbora kontrolnih grupa kao i grešaka u interpretaciji (upor npr.: Lambert, M., Bergin & Garfield s *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, 2004, str.105).

¹²⁷ Metaanaliza je statistički postupak koji omogućava kombinovanje rezultata većeg broja istraživanja i ekstrakciju zajedničkih obrazaca kao i izvora neslaganja u rezultatima, polazeći od identifikacije zajedničke mere – veličine efekta (eng. *size-effect*).

modela, koji objašnjava čak više od 70% psihoterapijskog efekata (upor. po Wampold, B., 2001).

Švajcarski istraživač psihoterapije Klaus Grave je sa saradnicima izveo 1990. dosada najobimniju metaanalizu evaluacionih studija različitih psihoterapijskih pravaca u Evropi, koja je takođe pokazala da većina priznatih psihoterapijskih pravaca ima određenu efikasnost, bar sa stanovišta svojih sopstvenih kriterijuma za evaluaciju (upor. Grawe, K., 1994). Grave rezimira četiri faze u istraživanju psihoterapije, s obzirom na dominantno pitanje na koje se odnose istraživanja: faza legitimacije (da li je psihoterapija delotvorna?), faza kompeticije (poređenje delotvornosti različitih psihoterapijskih pravaca), preskriptivna faza (koja forma psihoterapije je najbolja za koga?) i faza procesnih istraživanja (na koji način deluje psihoterapija?). O istraživanjima opštih delotvornih faktora psihoterapije pisaćemo uskoro nešto više.

4.2. Psihoterapija za 21. vek

Početak 21. veka nalazimo se u novoj antropološkoj situaciji. Veliko ubrzanje i kompleksnost života, opšta nesigurnost i nedostatak tradicionalnih orijentira u društvu, međuzavisnost, moć medija i virtuelnih svetova da nas uvedu u kolektivnu hipnozu postavljaju pred savremenog čoveka nove zahteve. Nije čudo što je poslednjih godina broj psihičkih bolesti dramatično porastao, kao i broj ljudi kojima je potrebna pomoć u svakodnevnim životnim krizama. Preduslov za očuvanje mentalnog zdravlja u savremenom trenutku je posedovanje znatno višeg nivoa veština svesnog automenadžmenta i autokibernetike nego u ranijim vremenima. Ovde u prvom redu mislimo na znanje o sebi i psihološkim principima promene, brzo učenje iz iskustva, mentalnu fleksibilnost i razumevanje različitih perspektiva, izlaženje na kraj sa stresom i destruktivnim emocijama, komunikacione veštine, znanje o faktorima rezilijentnosti. Samo tradicionalno shvatanje patologije kao oznake disfunkcionalnosti, deficita i neprilagođenosti je pred preispitivanjem. Sindrom sagorevanja (*burnout*) kao nova dijagnostička kategorija sreće se često kod vrlo uspešnih i funkcionalnih ljudi, koji su upravo bili odlično prilagođeni zahtevima savremenog kompetitivnog društva i ekonomije i duhu vremena. Radi se o kompleksnom sklopu psihosomatskih i psiholoških tegoba koji su fenomenološki ponekad slični depresiji (emocionalna i

telesna iscrpljenost, apatija, anhedonija, doživljaj neuspeha, odsustva volje, smisla i životne radosti), ali je različite etiologije u odnosu na depresiju. *Burnout* pravi „veliku karijeru“ u medicini i psihijatriji poslednje decenije i postaje metafora vremena u kojem živimo. Opšti trend ka kvantifikaciji i kvantitativnom rastu u privredi, nauci i svim sferama svakodnevnog života doveo je do deficita svesti o vrednostima i smislu života. Čak i ekonomske teorije počinju da preispituju svoje neoliberalne postavke i da uzimaju u obzir kategorije sreće, smisla i subjektivnog dobrostanja.¹²⁸ Psihoterapija takođe počinje da se hvata ukoštac sa novim izazovima, koji prevazilaze njene tradicionalne kliničke okvire, što se vidi, na primer, iz izbora tema poslednjih kongresa Evropske asocijacije za psihoterapiju: Lisabon, 2009. „Značenja sreće“, Bukurešt, 2010. „Krizna: promena i izazov“, Valensija, 2011. „Psihoterapija – promovisanje mentalnog zdravlja u Evropi“.

Psihoterapijsku scenu poslednje decenije odlikuju, po našem mišljenju, četiri međusobno povezana razvojna trenda koja ukazuju na verovatnu budućnost discipline. Ti trendovi su: interdisciplinarnost, inkluzivnost, integrativnost i samorefleksivnost.

Interdisciplinarnost Psihoterapija je tokom svoje istorije bila u prvom redu praktična disciplina, čije su različite škole često malo komunicirale čak i među sobom, a većinom su stajale po strani u odnosu na istraživanja u bazičnim naukama. Kako poslednje decenije psihoterapija čini ozbiljan napor da se etablira kao samostalna naučna disciplina, studijski fah i profesija, a to je upravo vreme turbulentnog razvoja novih, prvenstveno prirodnonaučnih disciplina, potreba za samorefleksijom i pozicioniranjem u interdisciplinarnoj matrici nauka o čoveku postala je *sine qua non* daljeg razvoja psihoterapije. Relevantnost novih istraživanja u kognitivnoj neuronauci, afektivnoj neuronauci, interpersonalnoj neurobiologiji, multidisciplinarnim studijama svesti, epigenetici¹²⁹ i sl. za psihoterapiju, više nije moguće prevideti. Istraživanja u bazičnim

¹²⁸ Vidi npr. knjigu Tomaša Sedlačka *Ekonomija dobra i zla* (Tomas Sedlacek: *Economics of Good and Evil: The Quest for Economic Meaning from Gilgamesh to Wall Street*, 2011) i Dejvida Orela (*David Orrell: Economyths: How the Science of Complex Systems is Transforming Economic Thought*, 2010). Oba autora, iz različitih uglova, preispituju mitove o ekonomiji kao objektivnoj, vrednosno neutralnoj, na matematičari zasnovanoj nauci, razotkrivajući njene mitološke, filozofske, psihološke i etičke osnove.

¹²⁹ Kognitivna neuronauka je po datumu starija od afektivne. Do podele je došlo jer je istraživanje tretiralo kognitivne procese više decenija nezavisno od afektivne dimenzije. Afektivna neuronauka se bavi neuralnim mehanizmima emocija, raspoloženja, afekata. Interpersonalna neurobiologija vezuje se za ime Danijela Sigela i fokusira se na to kako interpersonalni odnosi i interakcije preoblikuju mozak. Naročiti značaj ove discipline je u tome što pokušava da premosti konceptualni jaz između fenomenološkog shvatanja o relaciono otelovljenoj prirodi našeg duha i tradicionalnog neuronaučnog

disciplinama i nove neuronaučne tehnologije pomerile su u poslednjih dvadesetak godina drastično naše znanje o mozgu. Posledica uticaja ovog napretka nauke na psihoterapiju je pojava neuropsihoterapije, koja nastoji da bude i vrsta opšte, integrativne psihoterapije, o čemu ćemo diskutovati u nastavku. Tvorac koncepta je istraživač psihoterapije sa Univerziteta u Bernu Klaus Grave, čija se knjiga sa naslovom *Neuropsihoterapija* pojavila 2004. godine.

Sa druge strane, savremena psihoterapija tek treba da uspostavi novi odnos prema filozofiji, koja se, takođe, sve više okreće promišljanju značenja novih nalaza neuronauke za shvatanje čoveka. Pošto se psihoterapija, u prvom redu bavi čovekovim subjektivnim svetom i upućena je na metode prvog lica, ona postaje važan partner u dijalogu sa objektivnom naukom i njenim metodama trećeg lica. Odnos perspektive prvog lica i trećeg lica jedan je od najaktuelnijih problema savremene filozofije duha. Videli smo da je problem epistemičke asimetrije i perspektivnosti svesti uslovio dualnu karakterizaciju svesti – u kauzalnim (šta svest radi) *versus* fenomenalnim (kako svest izgleda) terminima. Stav u filozofiji duha da se ove dve karakterizacije međusobno isključuju, Gizeldere (Güzeldere, G., 1999) naziva segregacionističkom intuicijom i smatra da ona vodi diskusiju o svesti u ćorsokak. Sa druge strane je integracionistička intuicija, da se ono što svest radi ne može okarakterisati nezavisno od onoga kako svest izgleda, te obratno, ono kako svest izgleda ne može se shvatiti nezavisno od onoga šta svest radi. Psihoterapijska praksa, koja radi direktno sa domenom doživljavanja klijenta i to sa pitanjem kako izgleda biti u nekom stanju (fenomenalna komponenta) i istovremeno na procesu promene u domenu doživljavanja (funkcionalno-kauzalna komponenta), izgleda kao odličan poligon za postavljanje i istraživanje pitanja odnosa fenomenalne i kauzalne karakterizacije svesti.

Od toga kako će se psihoterapija pozicionirati između prirodnonaučnih i duhovnonaučnih disciplina zavisi koliki će značaj i težinu imati u budućnosti. Izgleda

viđenja duha kao oblikovanog obrascima nervne aktivacije, dakle nečega što je locirano „u glavi“. Za psihoterapiju je interpersonalna neurobiologija relevantna, jer je specifičnost psihoterapijske promene da se ona dešava u okviru psihoterapijskog odnosa. Studije svesti (eng. *consciousness studies*) su široka interdisciplinarna oblast koja se kreće od filozofije duha, preko kognitivne psihologije do neuronauke i kvantne fizike, a koja nastoji da se uhvati ukoštac sa, u nauci dugo zapostavljanom, temom svesti. Epigenetika proučava dejstvo spoljašnjih faktora na genetsku strukturu i njihovim transgeneracijskim učinkom. Istraživanja poslednjih deset godina pokazuju da nismo robovi genetike, već da spoljašnji faktori, uključujući i psihološke faktore, mogu menjati epigenom, u smislu aktiviranja ili deaktiviranja pojedinih delova DNK posredstvom određenih hemijskih materija.

nam da *mainstream* u psihologiji poslednje decenije prelazi donekle nerefleksivno na stranu prirodnih nauka. Psihoterapija, sa druge strane, prirodno svog predmeta i pristupa, ne može da postane čisto prirodnonaučna disciplina. Kada bi pošla od eliminativizma (eliminativizam se ovde odnosi na subjektivni svet doživljavanja klijenta i sva znanja koja potiču iz perspektive prvog lica), ostala bi gotovo sasvim impotentna pred ljudskim problemima sa kojima dolaze klijenti. Takođe je psihoterapijsku komunikaciju, koja je glavno oruđe psihoterapijskog procesa, nemoguće opisati bilo kakvim redukcionističkim vokabularom.

Tradicionalna psihijatrija i jedan deo psihoterapijskih škola sledile su u prošlosti logiku pseudoprirodnoučnog objektivizma i redukcionizma, koristeći, da bi povećale uverljivost svojih teorija, često zastarele modele preuzete iz prirodnih nauka. Budućnost psihoterapije je, po našem mišljenju, umesto toga, povezivanje sa aktuelnim prirodnim naukama, čiji novi nalazi (npr. u oblasti neuroplasticiteta, epigenetike) podupiru i na nov način osvetljavaju relevantnost psihoterapijske prakse. Ukoliko psihoterapija svojim nefizikalnim metodama može da dovede do promena mozga i epigenoma, tradicionalni fizikalistički redukcionizam, kao i tretman ovakvih intervencija kao neke vrste epifenomena, izgledaju deplasirano.

Sa druge strane, budućnost psihoterapije vidimo u samosvesnoj interdisciplinarnosti, uključivanjem, dakle, pored psihologije i prirodnih nauka, fenomenologije, semiotike, filozofije, antropologije, etike i drugih duhovnonaučnih disciplina. Kao takva jedinstvena spona različitih naučnih grana, a pored toga, kao praktična disciplina sa sve većim značajem u društvu, psihoterapija ima šansu da postane jedna od najinteresantnijih i socijalno najrelevantnijih oblasti istraživanja u 21. veku. Psihoterapija je možda najsenzibilniji poligon za uspostavljanje novog odnosa prirodnonaučnih i duhovnonaučnih disciplina. Razvoj nauka poslednjih petnaestak godina navodi nas da promislimo i samu smisaonost dihotomije prirodnonaučno/duhovnonaučno, jer se sve više pokazuje da su priroda i duh, *natura* i *cultura* pre nerazdvojivi, nego antipodi. Što istraživanja prave dublje prodore u jednom pravcu, to više sagledavamo da je onaj drugi pol integralni sačinitelj prvog. Iz prirodnonaučne perspektive, koja je danas dominantna, na primer, na mozak više ne možemo da gledamo samo kao na biološku osnovu kulture, već istovremeno i kao na produkt kulture, i to ne samo u veoma širokim vremenskim okvirima (u smislu teorije evolucije ili ontogeneze), već i u vrlo kratkim vremenskim segmentima (u smislu

neuroplasticiteta). Umesto onoga što je sugerisao jednosmerni biološki redukcionizam, danas svuda nalazimo ovakve dvosmerne veze.¹³⁰ Uspostavljanje novih mostova prirodnonaučnih i duhovnonaučnih disciplina vrlo je aktuelna tema, a psihoterapija je jedan takav most, jer je upućena na to da se bavi istovremeno čovekom kao bićem prirode i bićem kulture.

Inkluzivnost Psihoterapija, nastala u 19. veku kao čedo evropske prosvetljenosti, prerasta poslednje decenije u svetsku psihoterapiju,¹³¹ otvarajući se i uključujući razne tradicionalne metode promene i isceljivanja neevropskih kultura, čije terapijske potencijale su dosadašnji okviri discipline previđali. Sledeći misaone obrasce evropskog prosvetiteljstva, psihoterapija je tradicionalno marginalizovala, ako ne i tabuizirala, sve što je izgledalo da može imati veze sa religijom. Izuzeci od pravila ostali su lokalizovani i po strani od *mainstreama*. Tako je Jungov lični projekat istraživanja arhetipova u svetskim religijama nastavljen gotovo iskučivo među jungijanskim analitičarima, koji predstavljaju prilično zatvoren krug koji malo komunicira sa drugim psihoterapijskim pravcima. Transpersonalna psihologija je od sedamdesetih godina dvadesetog veka ukazala na vredne psihološke i psihoterapijske potencijale u okviru starih duhovnih tradicija¹³², ali je istraživanje toga ostalo u okviru transpersonalnog pokreta, koji je kao zatvorena grupa, vremenom dospeo na loš glas u naučnoj javnosti,

¹³⁰ Na dvosmernost ukazuju i nove kovanice poput neurofenomenologija, neuroteologija, neuroetika i sl. Razvoj interdisciplinarnosti u ovom pravcu zahteva razumevanje i uvažavanje epistemološkog problema svesti, njegovo negiranje zatvara ovakvu komunikaciju.

¹³¹ Poslednji kongres Svetskog saveta za psihoterapiju u Sidneju 2011. godine imao je za temu upravo nove integracije u svetskoj multikulturalnoj psihoterapiji.

¹³² Duhovne tradicije su istorijski postojale uglavnom u okviru velikih religija. Postoji na desetine pokušaja određenja duhovnosti, kao i religije i sva su zavisna od određenog teorijskog pogleda. Religija je složen kulturni fenomen koji uključuju najčešće institucionalno-ceremonijalnu komponentu, sisteme verovanja o krajnjoj prirodi stvarnosti (apsolutnom, transcendentnom svetom) i etički kodeks. Pokušaj da se duhovnost razlikuje od religije karakteristična je tek za dvadeseti vek, a u psihologiji i psihoterapiji ova tema je aktuelna tek poslednjih petnaestak godina. Navešćemo jedno reprezentativno gledište Ričardsa i Bergina iz *Priručnika psihoterapije i religioznih različitosti*, koji ima za cilj da poveća senzibilnost i kompetenciju psihoterapeuta za rad sa klijentima u multikulturalnoj Američkoj sredini, u kojoj je prisutna veoma raznovrsna paleta religioznih ideja i zajednica. Duhovnost po njima predstavlja iskustva, uverenja i fenomeni koji spadaju u transcendentne i egzistencijalne aspekte života. Duhovna iskustva imaju tendenciju da budu univerzalna, unutrašnja, afektivna, spontana i privatna, dok su religiozna više verska, spoljašnja, kognitivna, bihevioralna, ritualna i javna. U tom smislu, moguće je, po njima, biti duhovan, a ne i religiozan, kao i religiozan, a ne i duhovan. (Richards, P. S. & Bergin, A., 1999, str. 5).

zbog često nekritičkog stapanja sa *new age* ezoterijom i eksperimentisanja sa promenjenim stanjima svesti.

Najveći prodor u psihoterapijski *mainstream* napravile su do sada kontemplativne prakse azijske provenijencije, poput budističke meditacije sabranosti (*mindfulness-awareness*), koja u brojnim inovativnim oblicima postaje gotovo psihoterapijska *panacea*. *Mindfulness-awareness (pali satipatthana)* jedan je od osnovnih elemenata budističkog duhovnog treninga, koji je izvršio uticaj na gotovo sve psihoterapijske modalitete.¹³³ Suština postupka je da se, umesto na konkretne sadržaje, fokusira na promenu načina na koji se odnosimo prema svesnim iskustvima (mislama, emocijama, senzacijama i sl.) iz trenutka u trenutak; to se postiže negovanjem otvorene svesnosti svakog iskustva, a da ih ne procenjujemo, sledimo i automatski reagujemo na njih i bez pokušaja da ih kontrolišemo i menjamo. Da je termin Rika Hensona za ovu praksu „samousmerena neuroplastika“ opravdan, pokazuju i istraživanja – posle par nedelja praktikovanja moguće je registrovati zadebljanja u predelu prefrontalnog korteksa i insule. Vrsta pažnje koju treniraju kontemplativne prakse optimizuje neuroplasticitet (Hanson, R., 2011)¹³⁴. Poslednjih godina psihoterapijska hit tema je razvoj akademski etabliranih programa zasnovanih na starim budističkim praksama saosećanja i ljubavnosti prema sebi i drugima (npr. Kristin Nef, Tara Brak, Keli Mekgonigal). Novina je takođe i pojava energetskih psihoterapija, koja koriste koncepte energetskih centara i kanala iz raznih azijskih tradicija, kombinujući energetske tehnike sa klasičnim psihoterapijskim radom.

Poslednjih godina primećujemo pojavu jednog novog načina razmišljanja o značaju spoznaja, duhovnih praksi i vrednosti koje su nastale u okviru religija, koji nije religiozan (niti antireligiozan), već pre traži aktuelan i sa naukom kompatibilan put revitalizacije vrednosti koje ove tradicije mogu imati za suočavanje sa savremenim

¹³³ Sa sistematskom primenom počeli su kognitivni bihejvioristi – danas ima oko dvadesetak submodaliteta KBT koji koriste *mindfulness* kao jednu od centralnih intervencija, pomenimo samo starije - *Mindfulness Based Stress Reduction, Acceptance and Commitment Therapy, Dialectical Behavioural Therapy*. Uticaj međutim postoji i na psihoanalizu, fenomenološke i humanističke modalitete.

¹³⁴ Henson, direktor Instituta za neuronauku i kontemplativnu mudrost (koji proučava šta se dešava u mozgu kad ljudi praktikuju kontemplaciju i kako se po njihovim uticajem menja mozak) smatra da je eksplozija neuronauke i istraživanja kontemplacije takva da danas obični ljudi znaju duplo više o mozgu, a nauka 100 puta više o tome šta se dešava u mozgu tokom kontemplacije nego 1990. godine.

trenutkom globalne krize. On može ponuditi i nov pogled na kontinuitet između psihoterapije i duhovnog nasleđa koji je primeren psihoterapiji kao naučnoj disciplini i prevashodno sekularnoj¹³⁵ praksi. Navešćemo na ovom mestu tri primera.

Nemački filozof Peter Sloterdajk se pita da li aktuelno okretanje starim, predmodernim tradicijama, koje zahvata široke slojeve masovne kulture, označava povratak religije? On počinje svoju knjigu *Moraš da promeniš svoj život* iz 2009. parafrazirajući Marksa: „Bauk religije kruži zapadnim svetom“ i pita se nismo li danas zbilja svedoci propasti zapadne prosvete. Sloterdajkova knjiga daje odgovor – ne. Sam pojam religije je za Sloterdajka irelevantan – ono što postoji su sistemi duhovnog vežbanja, koji služe poboljšanju imuniteta pred izazovima životnih kriza. Religiozno verovanje i neverovanje kao antipodi je razlikovanje koje pripada prošlosti; danas postoje oni koji praktikuju neki sistem vežbanja u kolektivnom ili individualnom vidu i oni koji to ne čine. Jedini autoritet danas je globalna kriza koja postavlja imperativ – „moraš da promeniš svoj život“. Čovek ne poseduje samo biološki, već i socijalni i simbolički imuni sistem; ovaj poslednji mu omogućava da podnese otvorenost sveta, nepodnošljivu moć slučaja, udaraca sudbine, rastanaka, smrtnosti. Sloterdajkov pogled na religiju i kulturu uopšte počiva na jednoj novoj antropologiji vežbajućeg čoveka; sistemima vežbanja čovek izlazi iz ograničenja navika i radi na sebi u cilju samopoboljšanja i optimalizacije. Pojam antropotehnika odnosi se na sisteme mentalnog i fizičkog vežbanja (bilo da potiču iz religija, filozofije, sporta, psihoterapije) kojima su ljudi iz najrazličitijih kultura nastojali da poboljšaju svoj imuni status samousavršavanjem i prevazilaženjem sopstvenih granica. (Sloterdijk, P., 2009, str. 12–23). U ovom kontekstu kultura i religija dobijaju novi smisao kao antropotehnički programi vežbanja. Sloterdajk ukazuje na to da grčka reč *askesis* izvorno znači vežbanje, tj. trening (*ibid*, str. 58). Askeza nije nužno vezana za religiju; u vreme prosvete askeza je bila despiritualizovana, te su se razvile sekularne forme askeze poput sporta ili virtuoznosti. Preteču sopstvenog koncepta antropotehnike Sloterdajk nalazi u Ničeju i njegovoj modernoj, despiritualizovanoj asketologiji. Ničeju nije bila strana svaka askeza, već

¹³⁵ U psihoterapiji mogu postojati i direktni pokušaji integracije psihoterapije i religije namenjeni primarno pripadnicima određenih konfesija. Pomenimo dva primera: *Pravoslavna psihoterapija* Mitropolita Jeroteja Vlahosa (2010) i *Budistička psihoterapija* nemačkog psihoterapeuta Matijasa Enenbaha (Ennenbach, M., 2001). Psihoterapija u celini je, međutim, sekularna disciplina koja, smatramo, treba da neguje potpunu otvorenost za klijente sa najrazličitijim pogledima na svet (teističkim, neteističkim, ateističkim).

samo oni njeni oblici koji negiraju životnu energiju i telesnost - za njega postoji bolesna askeza i askeza zdravlja koja je životno afirmativna.¹³⁶

Na drugi način od Sloterdajka, ali u sličnom duhu, koji pogađa potrebe savremenog trenutka, Dalaj Lama, iako je sam tradicionalni poglavar jedne od velikih svetskih religija, izjavljuje da religije ne pružaju više adekvatan odgovor na probleme čovečanstva, te da situacija zahteva da napravimo korak iznad religija, ka uspostavljanju jedne univerzalne, sekularne etike, zasovane na unutrašnjim ljudskim vrednostima.¹³⁷

Ken Wilber govori danas o postmetafizičkoj spiritualnosti direktnog duhovnog iskustva, koja dovodi u pitanje metafizički zasnovane tvrdnje o planovima postojanja, koji bi bili nezavisni od spoznajne svesti kao njihovog ko-kreatora.

Antropotehničke programe možemo videti i kao neuroplastične programe, s obzirom na to da svako vežbanje menja mozak. Čovek kao čisto fizikalno-biološko biće, kao predmet tradicionalno shvaćenih prirodnih nauka, pojavljuje se iz ovog ugla kao čista fikcija. U tom smislu postaje jasan naslov knjige Endrua Njuberga i Marka Valdmana, neuronaučnika sa Univerziteta u Pensilvaniji *Kako bog menja vaš mozak* (2010). Njuberg i Valdman navode nalaze istraživanja koji pokazuju kako religiozna iskustva i prakse menjaju strukturu i funkciju pojedinih delova mozga, što dalje čini da najdublja uverenja praktikanata poprimaju „neurološku realnost“. Njuberg u knjizi *Principi*

¹³⁶ Niče je oštro kritikovao hrišćanske forme askeze, koje je smatrao neprijateljskim prema telu. Sam Niče je, međutim, razvio jednu salutogenetičku „dijetetiku“, koja treba da pomogne duhu prirode u procesu isceljenja, kao i skicu za projekat velikog zdravlja (*große Gesundheit*) i višeg tela (*höherer Leib*).

Ovo razlikovanje je psihoterapijski veoma značajno. Pozitivna vrsta samodiscipline je esencijalna za psihoterapijsku promenu i razvoj, dok samonegirajuće vrste askeze imaju obično i niz negativnih efekata po psihi, a u ekstremnijim oblicima ukazuju na psihopatologiju. Pitamo se: nije li mnogo veći uticaj budističkih praksi na zapadnu psihoterapiju u odnosu na hrišćanske jednim delom uslovljen i budističkim negovanjem srednjeg puta umerenosti i nerepresivnog oblika askeze.

Naglašavanje značaja samodiscipline koja je preduslov svakog spiritualnog napretka, ali one koja je zasnovana na pozitivnom odnosu prema sebi i pozitivnim mentalnim stanjima, karakteristično je za savremeni trenutak. Majkl Bernard Bekvit, jedan od američkih gurua nove misli, smislio je za ovaj novi trend slogan: „Discipline is blissipline“ (eng. *bliss* – blaženstvo, radost, sreća).

¹³⁷ Dalai Lama, *Beyond Religion: Ethics for a Whole World*, 2011

neuroteologije (2010) postavlja okvir za dalju komunikaciju između dve discipline, između kojih je odnos doskora izgledao nezamisliv.¹³⁸

Globalizacija u smislu dostupnosti i razmene u domenu kulture, te nova interdisciplinarna polja istraživanja, doveli su na isti teren teme koje je ranije bilo nemoguće zamisliti zajedno. Pomenimo samo neke primere: budistički monasi, koji su spremni da se kao eksperimentalni subjekti podvrgnu snimanjima u fMRI (*functional magnet resonance imaging*) aparatu dok meditiraju, doprinoseći otkriću novog tipa moždanih talasa¹³⁹; filozofi, koji, promišljajući tradicionalne probleme duha i svesti, proučavaju nove neuronaučne nalaze, a ponekad učestvuju i u dizajniranju eksperimenata; meditirajući psihoterapeuti, koji su, od 60-ih, kada su se pioniri susreta istočne i zapadne psihologije – Džek Kornfeld, Danijel Goleman i Ram Das (Ričard Olpert) uputili u Aziju da uče meditaciju, postali u međuvremenu, uobičajena pojava: cvetanje i popularizacija *body-mind* medicine u širokim slojevima populacije, novi duhovni učitelji koji podučavaju principima duhovne kultivacije van okvira bilo koje tradicionalne religije¹⁴⁰; tradicionalni budistički učitelji koji govore o psihoterapijskim temama jezikom zapadnog čoveka i sl. U svetu veoma brzih promena i multikulturalnosti stojimo pred potrebom ponovnog promišljanja i *reframinga* u pogledu odnosa među disciplinama, kao i odnosa psihoterapije i duhovnosti. U tom kontekstu za psihoterapiju nije smisaono da robuje devetnaesetovekovnom shvatanju odnosa između nauke i religije, već može, bez predrasuda i na sopstvenu korist, da se okrene istraživanju, profesiji primerenih, „antropotehnika“, odakle god one poticale,

¹³⁸ Kao preteču ovakvog pristupa vidimo Vilijama Džejmsa i njegovo delo iz 1902. *Raznolikost religioznog iskustva* (Džejms, V., 1990). Džejms ovde skicira jedan program psihologije religije koja počiva na proučavanju religioznih iskustava kao psihičkih procesa, njihove fenomenologije i funkcije. Uz sve uvažavanje koje je ovaj *opus magnum* psihologije religije uživao, on je ostao usamljen poduhvat. Početom dvadesetog veka su, očigledno, Frojdova teorija sklona biološkom redukcionizmu i tematizovanje seksa mnogo više odgovarali duhu i interesovanjima vremena. Jedini Džejmsov sledbenik i nastavljajući bio je Džejms Biset Prat sa svojim knjigama *Religiozna svest* (1920), *Budističko hodočašće* (1928), *Vere Indije* (1915).

¹³⁹ Gama moždani talasi su obrasci oscilacija visoke frekvencije, u opsesgu između 25 i 100Hz (tipična vrednost 40Hz). Najviše vrednosti su snimljene kod tibetanskih monaha, iskusnih praktikanata, tokom meditacije saosećanja (pali *metta*) i smatra se da je ova vrsta talasa povezana sa stanjima izuzetne senzitivnosti, povišene svesnosti i blaženstva (Lutz A., Greischar L.L., Rawlings N.B., Ricard M., Davidson R.J., 2004). Ovo je naročito zanimljivo za dalja istraživanja, jer su dosada, kod uobičajenih vrsta meditacije, snimani uglavnom niskofrekventni alfa talasi.

¹⁴⁰ Vidi na primer: Ekart Tole, *Moć sadašnjeg trenutka*, 2007

sasvim nezavisno od njihovog institucionalno-religioznog, pa i svakog metafizičkog okvira. Svesna i disciplinovana primena autoplastičnih procesa – iskustvenih vežbi kroz koje čovek menja, kreira i prevazilazi sebe, zajedničke su psihoterapiji i nekim spiritualnim praksama, iako se način njihove primene razlikuje. Psihoterapija, u rasponu od psihoterapije do psihokulture, ima tako šansu da postane centralna, interdisciplinarna, integralna nauka o promeni, koja sistematski istražuje i objedinjuje u praksi znanja iz raznih grana nauke – psihologije, medicine, neuronauke, filozofije, kao i antropotehnike koje vode poreklo iz starih duhovnih tradicija.

Integrativnost Tradicionalno, psihoterapija se razvijala kroz brojne škole koje imaju često u osnovi različite slike o čoveku, strategije i tehnike rada, a donekle i ciljeve. One su često među sobom bile rivalski pozicionirane, u borbi za klijentelu i status u sistemu osiguranja. Mnogi psihoterapeuti su, opet, u praksi kombinovali postupke koji vode poreklo iz različitih škola ne bi li se uspješnije suočili sa potrebama svojih klijenata. Ovu fazu možemo danas videti kao prednaučnu fazu, fazu eksperimentisanja sa različitim pristupima, u kojoj je, uz mnogo pometnje oko toga na kakvim zajedničkim osnovama (i da li na bilo kakvim!) počiva disciplina, nastalo i puno toga novog i kreativnog. Korak ka integraciji, u esnafskom smislu, bilo je osnivanje Evropske asocijacije za psihoterapiju 1990. godine, koja je zajednički krov za brojne modalitete iz većine evropskih zemalja, otvorena takođe za uključivanje novih modaliteta koji zadovolje propisane profesionalne standarde, poput posedovanja teorijske osnove, sistema edukacije i empirijske validacije. Sledeći korak je bio aktuelno zasnivanje psihoterapije kao naučne discipline za šta je bitan a) dalji rad na njenom teorijskom utemeljenju kao discipline koja prevazilazi uzane okvire i fah žargone tradicionalnih psihoterapijskih modaliteta i b) dalje empirijsko utemeljenje kroz razvoj istraživačke aktivnosti, koja se, pored evaluacije, fokusira i na osvetljavanje bazičnih procesa i varijabli psihoterapijske promene. Evaluacione studije, tj. ispitivanje opšte delotvornosti psihoterapije, bile su prva faza psihoterapijskih istraživanja, koja je služila njenoj socijalno-političkoj legitimaciji. U novoj fazi, istraživanja psihoterapijskog procesa fokusiraju se na esencijalne delotvorne faktore, specifične i nespecifične, kao i psihološke i neuralne procese na kojima počiva njihova delotvornost. Ovakav razvojni trend obećava a) podizanje nivoa efikasnosti u praksi i b) uspostavljanje direktnije veze između teorije, prakse i istraživanja, čime bi opšti trend ka integrativnosti prevazišao nivo pragmatičke eklektičnosti, a disciplina dobila novi naučni kredibilitet.

Uključivanje tradicionalnih metoda, starih spiritualnih tehnologija promene, tj. „antropotehnika“, koje nisu poreklom iz psihoterapije, o čemu smo upravo govorili, takođe ima smisla jedino u kontekstu povećanja naučnog statusa discipline u teorijskom i empirijskom smislu. Smatramo da nije toliko bitno da li principi promene i psihoterapijski postupci vode poreklo iz tradicije, moderne ili postmoderne,¹⁴¹ koliko je bitno razumevanje njihove logike i empirijska evaluacija delotvornosti. Jedan aspekt istraživanja odnosi se danas i na problem kako ove stare tehnike na optimalan način prilagoditi savremenom psihoterapijskom kontekstu.

Integrativni trendovi u psihoterapiji imaju delom osnovu i u istraživanjima koja pokazuju da nespecifični psihoterapijski faktori (ili kako to Vampold naziva kontekstualni model nasuprot medicinskom modelu), koji su zajednički različitim psihoterapijskim školama objašnjavaju veći deo psihoterapijskog efekta od specifičnih. Džerom Frank je (Frank, J., 1993) formulisao tri zajednička, nespecifična delotvorna terapijska sačinitelja, koja su često citirana u literaturi. Prvi je psihoterapijski odnos¹⁴², drugi je više kognitivne prirode – „konceptualna shema“, „mit“, način objašnjenja klijentovih simptoma i problema koje nudi terapeut, treći je postojanje „rituala“ ili „procedure“ u čiju delotvornost veruju i terapeut i klijent i u njima aktivno učestvuju.

Grave, na osnovu svoje gore pomenute metaanalize empirijskih studija delotvornosti psihoterapija iz 1994, izdvaja pet ključnih delotvornih sačinitelja prisutnih u različitim terapijskim postupcima, nezavisno od škola. To su: 1) terapijski odnos 2) aktiviranje resursa (motivacione spremnosti, svih postojećih sposobnosti i interesovanja klijenta) 3) aktualizacija problema – njegovo dovođenje do iskustvenog nivoa (nije dovoljno pričati o problemu, već ga je potrebno doživeti) 4) razjašnjavanje motivacije, jasna svest o

¹⁴¹ Mnogi moderni psihoterapijski postupci ne ostavljaju utisak radikalne novine u svetlu tradicije. Tako npr. Padmal de Silva (De Silva, P., 1986, str. 217–233) u članku „Budizam i promena ponašanja: terapijske implikacije“ predstavlja Budu (u priči u kojoj ovaj savetuje kralja Pasenadija koji je patio od prejedanja) kao bihejvioralnog terapeuta, pronalazeći čak 11 danas popularnih KBT tehnika koje Buda primenjuje. Naravno, veza budističke psihologije i psihoterapije sa fenomenološkim pravcima je još mnogo evidentnija, nego sa bihejvioralnim. Članak samo pokazuje da su i u jednoj staroj duhovnoj tradiciji primenjivani principi karakteristični za savremeni integrativni psihoterapijski rad. Slična vezu možemo videti između kognitivnih terapeuta i stoika, kao i u brojnim drugim slučajevima. Uopšte, što više studiramo stare tradicije, utisak je da je mnogo efikasnih principa promene bilo već odavno poznato.

¹⁴² Kvalitet psihoterapijskog odnosa (empatija, toplina, kongruentnost) redovno „pobeduje“ po značaju specifične psihoterapijske tehnike u istraživanjima ishoda psihoterapije. Vidi npr. rezultate metaanalize Lamberta i Barlija (Lambert, M. & Barley, D., 2001).

determinantama problematičnog doživljaja i ponašanja, koje omogućava klijentu da u budućnosti drugačije kreira svoj život i 5) ovladavanje problemom i sticanje novih pozitivnih iskustava u tome (po Grawe, K., 1994, str. 749-755).

Grave (Grawe, K, 2004) smatra da će neuropsihoterapija ponuditi korak dalje u pravcu integracije, fokusirajući se na to, koje opšte psihoterapijske intervencije i koja stanja svesti sa neurološkog i neurohormonalnog stanovišta optimalno pogoduju izgradnji novih nervnih puteva i povećanju moždane koherencije. Pored ovih istraživanja koja tragaju za psihoterapijskim *panacea* – intervencijama, Grave se bavi i pitanjem kako najnovija saznanja o neurološkoj osnovi različitih kliničkih slika bolesti (adikcija, kompulsija, anksioznost, depresija...) mogu da ukažu na logiku specifičnih psihoterapijskih intervencija.

Integrativnost ne mora da vodi unifikaciji terapijske prakse, niti ukidanju različitih modaliteta. Postojanje lepeze pristupa odgovara raznovrsnim potrebama klijentele. Lični stil i prostor za kreativnost terapeuta moraju takođe sačuvati svoje mesto u praksi. Naše je mišljenje da su svi psihoterapijski modaliteti ponudili vredne uvide u principe promene, ali da u svom „paketu“ nude često i dogmatske, empirijski neproverene stavove i postupake, koji ne doprinose vrednosti tretmana a ponekad, moguće, deluju čak i antiterapijski, što će u integrativnom trendu, praćenom daljim istraživanjima delotvornih faktora, verovatno otpasti.

Samorefleksivnost Sve veća potreba za psihoterapijom i sve značajnija uloga koju ona igra u društvu čine sve neophodnijim preispitivanje osnovnih filozofskih i etičkih postulata na kojima počivanju njene teorije i metode, te ciljeva i vrednosti koje ona promoviše. Najpre je konstruktivistički talas u psihoterapiji sedamdesetih i osamdesetih radikalno doveo u pitanje sliku o terapeutu kao neutralnom ekspertu koji ima pristup „objektivnoj realnosti“ o psihopatološkim mehanizmima i problemima klijenta; psihoterapeut je, umesto toga, pre aktivni učesnik jednog dijaloškog procesa u kome zajedno sa klijentom kreira novo, konstruktivnije razumevanje klijentovog problema. Drugo, velike promene u društvu poslednjih petnaestak godina (nestabilnost socijalnih struktura, nedostatak jasnih vrednosnih orijentira, veliko ubrzanje, porast uticaja medija i „virtuelnih svetova“, kriza ekonomije, neizvesna budućnost, sve veća međuzavisnost na globalnom planu) postavljaju pred sve nas pitanja umeća života (*ars vivendi*), koja imaju poreklo još u okrilju antičke filozofije (evropske i azijske) – kako u promenjenim

uslovima živeti smisaon i ispunjen život, kako na dobar način biti sa sobom i sa drugima i kako se postaviti u odnosu na društvo. Izazovi za mentalno zdravlje su danas dobrim delom drugačiji od onih koji su postojali u ranijim fazama razvoja psihoterapije; verovatno su i potrebe za svesnom samoregulacijom danas veće nego u stabilnijim vremenima. Psihoterapija (koja je istovremeno i „psihokultura“), kao jedna od centralnih disciplina koje se bave čovekom, njegovim problemima i razvojem, ne može da stoji po strani od promišljanja i kreiranja ovog novog *ars vivendi*, za šta joj je neophodna samorefleksivnost u odnosu na sopstvenu tradiciju.

Neki autori poput britanskog profesora Endrjua Semjuelsa smatraju da psihoterapija treba da ima političku ulogu, te da promovisanjem subjektivnosti i boljeg razumevanja emocija i unutrašnjeg života doprinese „politici smisla“. Ali čak i ukoliko psihoterapija to ne čini eksplicitno, smatramo da ona ima društveno-političku ulogu indirektno, preko uticaja na svoje klijente, koji danas nisu samo pojedinci, već i porodice i veće grupe (kao na primer radne organizacije).

Jedno od centralnih pitanja psihoterapijske samorefleksije je pitanje vrednosti na kojima počiva ova praksa. Videli smo da istraživanja psihoterapije ukazuju na izuzetan značaj terapeuta „kao varijable“ i njegovog etičkog integriteta. Psihoanalitičar Karl Goldberg je pisao o zloupotrebama psihoterapijskog odnosa i „toksičnim praktičarima“ koji nanose štetu klijentima, jer su emocionalno nestabilniji od svojih klijenata; on smatra da je najpouzdaniji instrument koji je na raspolaganju psihoterapeutu njegova vlastita humanost, koju koristi u svom pokušaju da razume i inspiriše svoje klijente (Goldberg, C., 2001).

Samo postojanje psihoterapije kao discipline u društvu ima vrednosnu dimenziju¹⁴³, jer predstavlja prostor koji uvažava unutašnji život, subjektivnu perspektivu i lične vrednosti, koje su u „objektivnom svetu“ u kome sve više preovladavaju „činjenice“, način na koji se predstavljamo u svetu (eng. *image*) i materijalne vrednosti, zapostavljen. O vrednostima znamo jedino iz unutrašnje, subjektivne perspektive (na

¹⁴³ Vrednosti nasuprot činjenicama predstavlja jednu od dihotomija koje je razvilo evropsko novovekovno mišljenje od 17. veka, a koja ima paralelu u dihotomijama subjektivno/objektivno, duh/materija, religija/nauka, o čemu smo ranije govorili.

primer, šta se doživljava kao dobro, prijatno, lepo), a one predstavljaju u psihoterapiji najvažniju osnovu za „navigaciju“ ka rešenjima, lečenju i isceljenju.

Dalaj Lama se u ranije pomenutoj knjizi (Dalai Lama, 2011) i svojim nastupima u javnosti poslednjih godina zalaže za jednu univerzalnu sekularnu etiku, koja, za razliku od svih etičkih sistema koji postoje u okviru religija, ne počiva na metafizičkim koncepcijama stvarnosti (bog kao garant istine i etičkih vrednosti u teističkim ili zakon karme u neteističkim religijama) i idejama o životu posle smrti, već vidi etičke vrednosti kao reakciju na suštinsku čovečnost čoveka. Ovaj pristup ličnom integritetu i intrinzičkim ljudskim vrednostima, iako ne počiva na religioznim verovanjima i praksama, nije sa njima nekompatibilan, kao što nije nekompatibilan ni sa savremenom naukom. Ljudi imaju prirodnu dispoziciju za saosećanje, ljubaznost i brigu za druge, jer je to deo njihove biološke prirode; beba preživljava i razvija se zahvaljujući ovim kvalitetima. Sva ljudska bića, dalje, imaju potrebu da izbegnu bol i patnju i dosegnu sreću i zadovoljstvo, i u tome su upućeni na međusobnu zavisnost i povezanost; svima prija ljubaznost drugih, ljubav, tolerancija, poštovanje, velikodušnost. Saosećanje (empatija) je prirodni kvalitet koji posedujemo i koji je moguće razvijati; to je kvalitet koji nas povezuje, a povezanost sa drugima, kojom izlazimo iz zatvorenosti u svoj svet i uzanog interesovanja za sebe, tek omogućava pronalaženje značenja, svrhe, ravnoteže i zadovoljstva u životu.

Ovaj način razmišljanja je vrlo blizu psihoterapijskoj logici. Narušavanje intrinzičkih ljudskih vrednosti je direktno povezano sa psihopatologijom, a njihova restauracija tokom psihoterapijskog procesa je put ka mentalnom zdravlju. Vrednosti nemaju samo spoljašnju regulativnu funkciju u društvu, već i samoregulativnu funkciju. U budističkoj kontemplativnoj tradiciji postoje prakse za njihovu kultivaciju (najpoznatija je verovatno pali: *metta* ili eng: *loving kindness* meditacija), a psihoterapija radi na njihovoj kultivaciji u okviru psihoterapijskog odnosa. Oba načina su suštinski nedidaktička i neautoritarna; obraćanje pažnje, uvažavanje i svesnost su istovremeno i elementarni akti vrednovanja.

Hipertrofija kompetitivnosti, individualizma i narcizma, čemu su doprinela i obeležja psihoterapijske kulture 20. veka, o čemu je pisao još Kristofer Leš u knjizi *Narcistička kultura* (Lash, Ch., 1986) nisu donela sreću i mentalno zdravlje i blagostanje. 21. vek

traga za novim modelima; pomenućemo na ovom mestu dva psihoterapijski relevantna primera karakteristična za poslednjih nekoliko godina.

Centar za istraživanje saosećanja i altruizma Stanfordskog univerziteta razvija programe psihološkog i neuronaučnog istraživanja saosećanja, empatije, altruizma, socijalne povezanosti, ali takođe i edukacione programe kultivacije saosećanja koji pozitivno utiču na mentalno zdravlje i rezilijentnost. Kristin Nef sa Univerziteta u Teksasu preuzela je poslednjih godina koncept saosećanja prema sebi¹⁴⁴ iz budističke psihologije i podvrgla ga nizu empirijskih istraživanja, a razvila takođe i program razvoja saosećanja prema sebi, koji može biti integriran u psihoterapijske postupke. Psihologija se dugo bavila konceptom samopoštovanja (*self-esteem*), a u kompetitivnoj kulturi u kojoj živimo je imati visoko samopoštovanje, od koga zavisi osećanje lične vrednosti, postalo vrsta tiranske religije. Naličje je visoka samokritičnost i samomržnja koja je poprimila epidemijske razmere. Visoka samokritičnost ne deluje motivaciono, kao što smo skloni da verujemo, već je povezana više sa anksioznošću, osećanjem nekompetentnosti i depresijom – pokazuju istraživanja Kristin Nef. Saosećanje prema sebi, naprotiv, ima niz mentalnih prednosti, vodi srećnijem i produktivnijem životu i višoj rezilijentnosti (vidi Kristin Neff: *Self-Compassion – The Proven Power of Being Kind to Yourself*, 2011).

Danijel Sigel, neuronaučnik i psihoterapeut, razvija u okviru interdisciplinarnog pristupa interpersonalne neurobiologije shvatanje mentalnog zdravlja kao integracije. Nedostatak integracije rezultira rigidnošću, nekoherencijom, haosom, nestabilnošću i neadaptivnošću. Integracija, koja se između ostalog dešava u uspešnom psihoterapijskom procesu,¹⁴⁵ proizvodi suprotne kvalitete, a subjektivno se doživljava

¹⁴⁴ Saosećanje prema sebi i prema drugima su u budističkoj psihologiji tesno povezani. Prisutnost, uvažavanje i ljubavnost (*loving kindness*) su mentalni kvaliteti koji se vežbaju u odnosu prema sopstvenom iskustvenom svetu i u odnosu na druge ljude (kao i šire u odnosu na kategoriju osetljivih bića eng. *sentient beings*, o čemu smo ranije pisali).

¹⁴⁵ Integracija u psihoterapiji je po Sigelu kompleksan pojam koji se odnosi na procese u najmanje devet domena – integracija svesti, vertikalna integracija (viših i nižih moždanih struktura), bilateralna integracija (leve i desne hemisfere), memorijska integracija (implicitne i eksplicitne memorije), narativna integracija, integracija različitih stanja duha (*mind states*), temporalna integracija, interpersonalna integracija i transpiracionalna integracija. Poslednji neobični termin odnosi se na nova stanja koja su rezultat integracije u osam prethodnih domena, a opisuju se kao doživljaj povezanosti sa većom celinom života, nečim što prevazilazi neposrednost života i interpersonalnih odnosa (za šta se u literaturi inače obično koristi termin transpersonalno).

kao harmonija. Sigel proučava korelacije između zdravog oblika povezanosti između dve osobe (*secure attachment*), mentalne koherencije i neuralnih aspekata integracije; interpersonalna, mentalna i neuralna integracija sačinjavaju po njemu trougao blagostanja (*triangle of wellbeing*). Sva tri oblika integracije ukazuju na neuralnom planu u istom pravcu – na jačanje funkcija medijalnog prefrontalnog korteksa (Sigel, D., 2010).

4.3. Psihoterapija kao nauka o subjektu

Psihoterapija, koja velikim delom počiva na disciplinovanoj analizi i radu sa subjektivnim, doživljajnim svetom klijenta,¹⁴⁶ zauzima specifičnu poziciju među naučnim disciplinama, u kojoj leži njen poseban značaj. Psihoterapija je jedna od najvažnijih spona između onoga što fenomenolozi nazivaju *Lebenswelt* (ljudski svet u svojoj prednaučnoj samoočiglednosti i iskustvenosti) i objektivne prirodnonaučne slike sveta, izgrađene primenom metoda trećeg lica. Huserl je još početkom dvadesetog veka smatrao da je zaborav da je *Lebenswelt* temelj svake nauke u osnovi krize evropskih nauka. Psihoterapija kao nova nauka verovatno je najmanje sklona ovakvom zaboravu. Dok je psihologija, sa uzorima u prirodnim naukama, većinom uspevala da svoje istraživačke programe koncipira tako da zaobiđe ili „stavi u zagradu“ introspekciju i subjektivni doživljajni svet, psihoterapija, vezana obavezom da bude uspešna praksa i služi svojim klijentima, to sebi nikada nije mogla da priušti. Psihoterapija nije u situaciji da bira svoje teme prema metodama za koje se unapred odlučila, već mora da se suoči sa onim što klijent donosi u psihoterapijski proces i da iznađe metode kojima će se sa time uhvatiti ukoštac. Čak i kada su edukovani u duhu redukcionizma i (uglavnom) pseudoprirodnaučne slike o čoveku, psihoterapeuti su često u praksi mislili i postupali van ovih granica, makar i ne bili konsekvantni teoriji. Kao što u psihoterapiji

¹⁴⁶ Psihoterapija, naravno, nije isključivo nauka o subjektivnom; ona uključuje i objektivne nalaze psihologije i neuronauke (danas u prvom redu znanja o moždanim strukturama i funkcijama, te biohemiji mozga). Psihoterapija ove može da koristi u kreiranju psihoterapijskih strategija i intervencija, ili kao deo psiho-neuro-edukacije klijenata, što takođe može biti vrsta psihoterapijske intervencije. Psihoterapija se, ipak, po našem mišljenju, u prvom redu bavi subjektivnim svetom klijenta. Iako dovodi i do promena u ponašanju, kao i do moždanih promena, glavni izvor podataka u psihoterapiji su iskazi subjekta i njene intervencije su primarno usmerene na postizanje promene u subjektivnom domenu.

slike o čoveku koje počivaju na nekom obliku redukcionizma (kao jednim delom u ranoj psihoanalizi i u ranoj bihevioralnoj terapiji) nikada nisu bile naročito ubedljive i smisaone, tako nije smisaono ni njeno držanje po strani od objektivnih prirodnih nauka, naročito poslednjih decenija, kada ove zaista imaju šta da kažu o neuralnim korelatima psihičkih procesa. Zapravo, smatramo da bi oba ekstremna stava vodila marginalizaciji psihoterapije kao discipline, jer je njena jaka strana upravo u tome što predstavlja jedan od najinteresantnijih poligona za susret perspektive prvog i trećeg lica, fenomenologije i nauka. Ukoliko se eksplicitno tematizuje, tenzija između prirodnonaučnog i duhovnonaučnog lica psihoterapije može postati plodno tlo daljeg razvoja discipline. Potisnuta tenzija, naprotiv, kao što je to slučaj i sa tenzijom između suprotnosti u psihi, što psihoterapeuti dobro poznaju iz prakse, može da se pojavi kao blokada razvoja.

U narednim odeljcima pokušaćemo da pokažemo da je fenomenalna svest glavni kanal u kome se odvija psihoterapijska praksa kada je uspešna i da novi razvojni trendovi u psihoterapiji na to ukazuju na eksplicitniji način nego starije psihoterapijske škole i pravci. Direktan rad sa otelovljenim iskustvom i doživljajem u sadašnjem trenutku, nezaobilazan je deo psihoterapijskog procesa u svim psihoterapijskim modalitetima, čak i kada to ne ekspliciraju u teoriji, a po našem mišljenju, to je centralni i najefikasniji deo psihoterapijskog rada uopšte. Pored psihoterapijske, i kontemplativne i umetničke prakse, o čijem će uticaju poslednjih decenija na psihoterapiju biti reči, počivaju, pre svega, na domenu neposrednog svesnog doživljavanja, van koga se teško mogu razumeti i praktikovati. Element subjektivnog svesnog iskustva prisutan je u svim disciplinama, ali je u psihoterapijskim, umetničkim i kontemplativnim praksama njegov značaj centralan i najočigledniji. Jedan deo našeg duha funkcioniše slično kompjuteru, te se može dobro opisati mehanicističkim metaforama; iz psihoterapijskog ugla, to je uglavnom njegov deo iz koga dolaze problemi i patnja. Promena, postizanje slobode od postojećih obrazaca mišljenja, doživljavanja i ponašanja i kreacija nečeg novog procesi su, međutim, koji se začinju u subjektivnom doživljaju sopstva i sveta. Dok su u fizici definisani domeni u kojima važe klasična i kvantna mehanika, u pseudoprirodnonaučnim disciplinama ponekad je vladao redukcionistički imperijalizam, u kome se mehanicistički model forsira i tamo gde nema nikakvu heurističku ni pragmatičku vrednost. Postupci psihoterapije ne mogu se opisati fizikalističkim vokabularom, a većina njenih rezultata (npr. promene u doživljaju patnje, zadovoljstva, sreće, smisla, slobode), takođe je opisiva jedino subjektivnim terminima. Čitava

psihoterapija bi, iz konsekventno fizikalističkog ugla, morala biti viđena kao placebo, jer ne sadrži „fizikalne“ postupke, a u procesu rada polazi u većoj meri od subjektivnih nego od objektivnih podataka.

Pošto psihoterapija kao naučna disciplina ima ogroman raspon (bavi se, kao što smo već pokazali, ne samo bolešću i poremećajima, već takođe razvojem čovekovih potencijala daleko van kliničkih okvira), rastući uticaj u društvu i sve veći značaj u multivektorijskom prostoru disciplina koje se bave čovekom, ne možemo više da je posmatramo kao marginalnu disciplinu. Konsekvence koje ona ima, ne samo za opštu sliku o čoveku, već i za način postavljanja problema odnosa duha i tela, tj. svesti i mozga, dobijaju sve veću težinu. Stoga ćemo u narednoj diskusiji nastojati da pokažemo kako psihoterapijska praksa ukazuje na značaj punog uvažavanja epistemološkog problema svesti, nezavisno od metafizičkih rešenja problema odnosa svesti i mozga, što smatramo argumentom protiv najpopularnije vrste fizikalizma, eliminativizma, koji negira postojanje epistemološkog problema svesti. Problem druge svesti (*other minds problem*), epistemološki problem *qualia*, neizrecivost doživljajnog domena problemi su sa kojima psihoterapeut u praksi mora da se suoči na drugačiji način od filozofa duha; pred psihoterapeutom je zadatak da uvek iznova traži praktična rešenja za premošćavanje jaza između klijentovog i sopstvenog doživljajnog sveta da bi klijenta razumeo i uspešno radio sa njim. Kako će se postaviti prema ovim problemima, nije bez posledica po izbor psihoterapijske strategije. Sa jedne strane je put uvažavanja autonomije subjekta i subjektivnog sveta klijenta i pokušaj da pomoću ciljanih pitanja i drugih intervencija, o kojima će kasnije biti reči, razume „kako je biti“ u klijentovoj situaciji, te zasnivanje terapijskih intervencija na uvažavanju ovih subjektivnih činjenica. Drugi put bi bio više tehnički pristup, u kome klijent sa određenom dijagnozom prolazi kroz, za tu vrstu problema dizajniran terapijski protokol, što je verovatno najbliže pristupu tradicionalne psihijatrije ili bihevioralne terapije. Psihoterapija, uključujući i BT, zapravo, nikada ne radi isključivo na drugi način, ako ni zbog čega drugog, zato što ne bi imala naročito dobre terapijske rezultate.¹⁴⁷ Raditi sa punim uvažavanjem za subjektivni svet klijenta nije neophodno samo zbog uspostavljanja odnosa poverenja i razumevanja, što je ključna, nespecifična terapijska intervencija na kojoj počivaju sve ostale, već i stoga što problemi sa kojima radi

¹⁴⁷ Na ovo ukazuju i nalazi Vampolda koje smo pomenuli u 4.1, koji markantno idu u prilog kontekstualnom nasuprot medicinskom modelu psihoterapije.

psihoterapija prevashodno i postoje u subjektivnom opažaju i doživljaju stvarnosti klijenta, te se u toj dimenziji primarno dešavaju i rešenje i promena. Ovo su naročito naglašavali fenomenološki, ali kasnije i sistemsko-konstruktivistički pristupi u psihoterapiji. Konstruktivizam je izvršio veliki uticaj čak i na tradicionalne psihoterapijske škole (vidi npr. knjigu Naimeyer, R. & Mahoney, M., 1996). Uvažavanje autonomije subjekta je stav koji ima i etičke konsekvence. Čak i kada bi bilo moguće, pitanje je da li bi bilo opravdano raditi na promeni bilo čega, dok nemamo jasne koordinate o tome kako klijent doživljava svoje stanje i šta za njega znači promena i uspešan ishod terapije.¹⁴⁸ Na ovome počiva terapijski ugovor, a pretpostavka klijentove autonomije u izboru terapijskih ciljeva je *differentia specifica* psihoterapije u odnosu na druge prakse promene, što smo uključili i u definiciju psihoterapije u prethodnom odeljku.

Predstavnici eliminativističke pozicije u filozofiji duha, poput Pola Čerčlanda, smatraju da eliminativizam, kao pokušaj interteorijske redukcije, (subjektivnih činjenica na neuralne činjenice) ne ugrožava ni na koji način bogatstvo našeg subjektivnog sveta. Naše je mišljenje da bi intelektualni napor da se izvede ovakva redukcija možda i bio bezopasan i etički neutralan poduhvat kada eliminativizam ne bi zapravo bio filozofska pozicija, daleko ambicioznija od ovakvog mentalnog eksperimenta. Eliminativističke tvrdnje imaju mnogo jaču formulaciju od onoga što su aktuelne, faktičke mogućnosti redukcije pokazale. Upravo iz ugla psihoterapijske prakse, kao i iz ugla savremene neuronauke, znamo da ono čemu poklanjamo svesnu pažnju već predstavlja akt vrednovanja, jer to ima tendenciju da raste i razvija se, danas, možemo da kažemo, čak

¹⁴⁸ Naše mišljenje je da uvažavanje klijentove autonomije, njegovih subjektivnih vrednosti i pogleda na svet, te njegovog viđenja željenog ishoda terapije, optimalno aktivira motivaciju klijenta i čini terapijski proces lakšim i efikasnijim. Ukoliko, na primer, neko dođe na psihoterapiju sa konkretnom patnjom, simptomom, problemom, pa ostane po pet godina na psihoterapiji koja je usmerena na razvoj i analizu transferne neuroze u cilju rekonstrukcije ličnosti, što psihoanalitička teorija smatra neophodnim, prirodno je očekivati sve vrste otpora, koji nisu, kako psihoanalitičari tumače, samo intrapsihičke prirode, već dobrim delom interpersonalni fenomen, koji proizlazi iz načina na koji je koncipirana terapijska situacija. Goldberg, i sam psihoanalitičar, kritikovao je ovaj „paternalistički stav“ psihoanalize koji polazi od pretpostavke da klijent ne zna da na smislaon način izrazi šta želi i da nije u stanju da učestvuje kao ravnopravni partner u postavljanju ciljeva terapije; ovaj stav je posledica patocentrične orijentacije terapeuta, koja se fokusira na skriveno, poricano i patološko kod klijenta (Goldberg, C., 1996). Mnogi savremeni pristupi (humanistički, sistemsko-konstruktivistički, terapije orijentisane ka rešenjima npr.) posvećuju mnogo pažnje na početku terapije pronalaženju tačno onoga što klijent doživljava kao problematično u svom životu, kao i tome šta bi za njega bilo optimalno rešenje. Ovo je naravno podložno promeni i mora se pratiti tokom terapijskog procesa. Terapeut može da poseduje veštinu postavljanja pitanja i pažljivog slušanja, ali ne može da zna kakav je doživljaj klijenta, ukoliko ga ne uključi kao aktivnog kokreatora terapijskog procesa i «eksperta» za svoje iskustvo.

u vidu strukturalnih promena u mozgu, koje su postale merljive uz pomoć novih neuronaučnih tehnologija. Sve što biva zapostavljeno i marginalizovano, naprotiv, slabi i nestaje. Marginalizacija subjektivnog sveta i fokusiranje pažnje isključivo na objektivne činjenice i pokušaj redukcije, čini da subjektivne činjenice vidimo kao nestvarne i drugorazredne u odnosu na objektivne. Psihoterapiju bi, kao praksu, koja je sve više zasnovana na nauci, ovakav stav učinio impotentnom. Fizikalističko-eliminativistički način mišljenja, te negiranje epistemološkog problema svesti ovde bi imali i dalekosežne etičke konsekvence. Iz fizikalističkog ugla, takođe, teško možemo da vidimo domen potencijalnosti, te smo, stoga, skloni da ga negiramo. U mnogim slučajevima, međutim, upravo uverenje da je nešto nemoguće, ima nocebo, dok uverenje da je nešto moguće placebo efekat.¹⁴⁹

Način na koji terapeut razmišlja i postupa u svakom trenutku kanališe fokus pažnje klijenta, te vrednosna neutralnost u psihoterapiji zapravo nikada nije postojala. Način usmeravanja pažnje je već elementarni akt svesnosti i vrednovanja. Psihoterapeut je pre prinuđen, prirodom svog posla, da razvije veoma izoštrenu aksiološku svest, jer su gotovo sve odluke i izbori u psihoterapijskom procesu skopčane sa etičkim pitanjima i konsekvencama. Problem vrednosti u psihoterapiji je do pre nekoliko decenija bio gotovo tabu tema, jer su mnogi terapeuti u duhu scijentizma želeli da veruju da je ono što rade etički neutralno. Ovaj nedostatak refleksivnosti ima potencijal da u psihoterapiji postane dogmatski, pa i opasan.

Na osnovu prethodno navedenih razloga, naš stav je da su razvoj i istraživanje spoznajnih mogućnosti metoda prvog lica, te potom i ispitivanje spoznajnih granica

¹⁴⁹ Nocebo (od lat. *nocere* – nanositi štetu) je suprotnost poznatijem placebo efektu. Odnosi se na po zdravlje štetno dejstvo preparata, koji zapravo nemaju nikakve delotvorne sastojke, a koje je zasnovano na uverenju da je „lek“ štetan ili izaziva specifične nusefekte. Slično negativno dejstvo mogu imati medicinske dijagnoze i prognoze. Smatra se da se nocebo efekat zasniva na negativnom „samoostvarujućem proročanstvu“. Neki od pacijenta, koje Berni Sigel, istraživač takozvanih spontanijih remisija, zove „neposlušnim pacijentima“ ne prihvate autoritet medicine i nastave da veruju u moć isceljenja, što ponekad vodi tome da prežive i oporave se, uprkos fatalnim medicinskim dijagnozama. Oni se često posle takve epizode odluče da istražuju moći „duhovnog lečenja“, kao na primer filmski režiser Klemens Kubi koji je posle pada sa visine od 15 metara po medicinskim, fizikalnim parametrima bio osuđen na doživotnu paralizu, ili Džo Dispenca (između ostalog neuronaučnik), koji je odbio rizičnu operaciju ugradnje metalnog implanta posle teškog oštećenja kičme izazvanog udesom. Obojica su se u potpunosti oporavili verom u mogućnost da utiču na svoje stanje i istrajnim mentalnim treningom, u kome je značajnu ulogu igralo fokusiranje pažnje. Dispenca se danas bavi dizajniranjem mentalnih treninga zasnovanih na istraživanju neuroplasticiteta (vidi npr. njegove poslednjih godina popularne knjige *Evolve your brain* i *Breaking the habit of being yourself*). Pragmatički stav je da je bolje uvek ostaviti otvorena vrata nego ih zatvoriti kada je reč o tome što je moguće. Nova istraživanja moći placebo i noceba, o kojima ćemo još govoriti, učinila su da su mnogi lekari počeli mnogo pažljivije da se izražavaju u pogledu prognoze bolesti nego ranije.

objektivnih metoda i odnosa činjenica prvog i trećeg lica, prioritetni u filozofskom zasnivanju psihoterapije u odnosu na pristajanje uz bilo koji metafizički stav. Otvorenost i negovanje opreza prema metafizičkim stavovima nam se čine umesnim i stoga što je značajan fokus psihoterapije na domenu potencijalnosti, dok su metafizički stavovi fokusirani pretežno na traganje za argumentima za sopstveno opravdavanje, dakle više zatvoreni sistemi mišljenja.

4.4. Protivrečnost u fundamentu

Kako su u psihoterapiji od njenih začetaka krajem 19. veka prisutne nejasnoće u pogledu njenog odnosa prema prirodnonaučnoj paradigmi i fizikalizmu, posvetićemo u naredna tri odeljka pažnju ovom problemu. Najpre ćemo se baviti samim počecima psihoterapije i protivrečnostima u okviru prvog, psihoanalitičkog modela psihoterapije (4.4), zatim različitim formama „dekonstrukcije“ prvobitnog modela, koji su na drugačije načine osvetlili psihoterapijski proces i delotvorne sačinitelje psihoterapije (4.5) i na kraju neuropsihoterapijom, jednim novim oblikom povezivanja psihoterapije sa prirodnonaučnom paradigmom, koji je otpočeo poslednjih godina (4.6).

Osnivač psihoterapije Sigmund Frojd ustanovio je njene temelje, u odnosu na koje su se postavljali svi kasniji pristupi, bilo pozitivno ili negativno, sve do danas, kada, psihoterapija ima istinsku šansu da postane nova i značajna nauka o čoveku, te stoga mora da aktualizuje i reflektivno se postavi prema implicitnim nejasnoćama i protivrečnostima u fundamentu. Čitavu istoriju psihoterapije kao discipline pratila je, naime, fatalna protivrečnost nefizikalnog pristupa lečenju i pokušaja fizikalističkog i objektivističkog objašnjenja psihe, koja je prisutna već kod Frojda. Frojdov postupak lečenja bio je suštinski protivan trendovima razvoja zapadne medicine od 17. veka. Razgovor sa pacijentom i uvažavanje njegovog opisa tegoba i patnje iz ugla prvog lica u medicini sve više su potiskivala objektivna merenja, kvalitativne podatke kvantifikacija, a lekareve interpretacije objektivnih nalaza koje su nazaobilazni deo merenja, podlegala su sve većoj standardizaciji i unifikaciji, koja minimalizuje doprinos individualnog iskustva, posmatranja i umeća. Ovo proterivanje subjekta iz medicine povezano je sa fizikalističkom dogmom da u telu postoje samo fizičko-hemijski procesi, koji su u

osnovi bolesti i zdravlja.¹⁵⁰ Frojd je, dakle, radio nešto čemu nisu bili skloni drugi lekari njegovog vremena. Pitao je pacijente da pričaju o svom subjektivnom svetu, sećanjima, asocijacijama, osećanjima, mislima, doživljaju određenih situacija, na osnovu čega je postepeno gradio psihoanalitičku teoriju i metodu. On se takođe zalagao za nezavisnost psihoanalitičkog pokreta od medicinskog monopola, a 1927. (Freud, S., 1927) ustao otvoreno u odbranu tzv. „laičke analize“ (laičke u smislu edukovanih psihoanalitičara koji nisu lekari, kakvih je bilo među njegovim saradnicima, kao npr. Teodor Rajk, Ernst Kris, Ana Frojd). Sa druge strane, Frojd je kao lekar bio pod snažnim uticajem prirodnonaučne, medicinske paradigme – u izgradnji teorije imao je za uzor objektivne prirodnonaučne teorije, preneo je redukcionističko-mehanicistički model bolesti iz medicine na psihoterapiju, a u konstituisanju terapijske situacije uveo elemente naučnog istraživačkog modela. Habermas je upravo ovaj pokušaj da se psihoanaliza predstavi kao prirodna nauka o duševnom smatrao scijentističkim nesporazumom, koji nije doprineo dobrom glasu psihoanalitičke metode, što smatramo opaskom koja dobro opisuje dalju sudbinu psihoanalize.¹⁵¹ Dalji razvoj psihoanalize, kao i novijih psihoterapija, koje su kao duhovnu preteču imale psihoanalizu, pratila je stalna tenzija

¹⁵⁰ U osnovi zapadne medicine je kartezijsko shvatanje tela kao mašine. Izazov da se mehanicistički model primeni i na duh i psihi pojavio se još od 18. veka kod francuskog lekara i filozofa La Metrija. Metafora mašine je po našem mišljenju primerena i primenljiva i na duh i na telo u jednom uzanom segmentu njihovog funkcionisanja; mehanički aspekt bi se odnosio na ono što se ponavljanjem etabliralo u navikama i sličnim obrascima, te počelo da liči na određeni telesni i mentalni entitet, koji je moguće ograničiti, lokalizovati i tretirati izolovano od celine relativno jednostavnim mehanicističkim postupcima. Ovde se lečenje može uporediti sa reparaturom mašine. Možemo reći i da je mehaničko ono što je moguće algoritimizovati. Ovde domet i pragmatička vrednost mehanicističke metafore, međutim, prestaju. Ni telo ni psiha nisu mehaničke naprave, već živi energetski samoorganizujući sistemi sa samoisceljujućim resursima, koji su često presudni za uspeh svake terapije, a čiji domet i kompleksnost prevazilaze mogućnost algoritimizacije – drugim rečima, ne znamo recept koji bi nam omogućio da ih repliciramo.

Ideja da psiha ulazi na neki način u kauzalni lanac bolesti javlja se u zapadnoj medicini u okviru psihosomatike, koja se razvija od četrdesetih i pedesetih godina dvadesetog veka i koja proučava udeo psihičkih faktora (npr. emocije, stres, interpersonalni odnosi) na fizičke bolesti (koje se onda nazivaju psihosomatskim, npr. visok krvni pritisak, čir, astma, bol u donjem delu leđa, sindrom iritabilnih creva). Time psihosomatika uvodi, manje ili više eksplicitno, subjekta, subjektivni svet i interpersonalni domen u prirodnonaučno zasnovanu medicinu.

Nasuprot pristupu zapadne medicine, u raznim tradicionalnim i komplementarnim medicinskim sistemima, uzmimo za primer samo danas popularne TCM i homeopatiju, lekar zasniva dijagnozu i odgovarajuću terapiju na iscrpnom intervjuu sa pacijentom, koji se pre svega odnosi na *qualia* domen. Najčešće se pitanja odnose na promene u doživljavanju različitih čulnih kvaliteta – mirisa, ukusa, temperature, bola, zvukova i sl...

¹⁵¹ Habermas, kao i Jaspers i Riker, pokušali su (nezavisno jedan od drugoga) sedamdesetih godina da „rekonstruišu“ psihoanalizu kao hermeneutičku disciplinu koja se bavi značenjima, a ne kauzalnim objašnjenjima psihe.

između pozitivističko-prirodnoučnog teorijskog modela, koji počiva na funkcionalno-kauzalnim objašnjenjima i suštinski hermeneutičkog postupka, koji je sve više dominirao u praksi.

Frojdova naklonost prirodnonaučnoj paradigmi, koja ima ponekad čak redukcionističke ambicije, došla je do izražaja u izgradnji njegove teorije i terapijskog postupka na nekoliko načina.

1. Iako je Frojd preduzeo da razgovorom, umesto fizikalnim postupcima, leči psihi, pokušao je da prenese mehanicistički model odstranjivanja uzroka bolesti iz medicine u objašnjenju svog terapijskog postupka. Najefikasnije intervencije zapadne medicine, koja počiva na kartezijskom shvatanju tela su: „ubij“ (npr. bakterije, parazite i sl.) i „seci“ (npr. hiruško odstranjenje bolesnog tkiva). U osnovi simptoma je, dakle, uzrok, koji valja odstraniti. Tako je smisao psihoterapijskog dijaloga doći do uzroka psihičke patnje, koji je Frojd video u potisnutim sećanjima iz detinjstva. Između akutnog psihijatrijskog simptoma sa kojim pacijent dolazi i doživljava iz prošlosti postoji odnos linearne kauzalnosti. Put od simptoma ka uzroku u psihoanalizi, sastoji se u probijanju kroz intrapsihičke mehanizme odbrane, koji pacijentu onemogućavaju uvid u pravi uzrok bolesti, putem analize otpora i transfera. Sličnost sa medicinskim modelom, međutim, ne ide dalje od metaforičkog nivoa. Dva ključna elementa psihoanalitičkog postupka, interpretacija i uvid, nemaju već *prima facie* nikakve sličnosti sa mehanicističkim intervencijama. Tumačenje i razumevanje uzroka u interpersonalnom ko-kreativnom procesu između analitičara i analizanta ne spadaju u metodološki arsenal prirodnih nauka. Naprotiv, sledeći Diltajevu dihotomiju, ovde se radi o duhovnonaučnim postupcima *par excellence*. Usput, između uvida u uzrok i odstranjenja uzroka nikako ne stoji znak jednakosti, što nije samo problem u logičkoj, već i u praktičnoj ravni. Razvoj psihoterapijske prakse pokazao je da su uvidi u uzorke u Frojdovom smislu vrlo retko dovoljni za odstranjenje tegoba.
2. Pokušaj imitiranja prirodnonaučnog postupka prisutan je i u modeliranju samog psihoanalitičkog postupka. Psihoanalitičar je didaktičkom analizom treniran da bude čist instrument opservacije, poput naučnika, koji takođe prolazi kroz trening u primeni naučne metodologije, koja obezbeđuje objektivnost postupka, tj. eliminaciju subjektivnih faktora u istraživanju i interpretaciji rezultata.

Psihoanalitičar sedi zaklonjen iza pacijenta koji leži na kauču, u poziciji koja treba da podstakne regresiju. U izvornom postupku njih dvoje nemaju, dakle, za svakodnevne komunikacije uobičajeni *vis-a-vis* kontakt; kontakt očima, kao i svaki fizički kontakt (Frojd je izbegavao čak i rukovanje) eliminisani su iz psihoterapijskog odnosa u ime neupletenosti i objektivnosti. Psihoanalitičar skuplja i analizira podatke, primenjuje teorijske koncepte u interpretaciji materijala koji nudi klijent (slobodne asocijacije, snovi i sl.), te kada, interpretacijom pogodi cilj, proradeći otpore, dovodi analizanta do uvida koji leči. Psihoanalitička teorija služi terapeutu kao vodič u interpretaciji, ona mu omogućava da zna ono što pacijent još ne zna (jer ga u tome sprečavaju mehanizmi odbrane) i da dovede pacijenta do tog znanja. U psihoanalitičkoj teoriji i metodi pitanje ko je u posedu autoriteta i znanja, na kome počiva interpretacija kao terapijska intervencija, ostaje u izvesnoj meri nejasno. Klijent poznaje direktno svoj subjektivni doživljajni svet, a psihoanalitičar psihoanalitičku teoriju, koju je dodatno iskusio, prolazeći kroz sopstveni proces u didaktičkoj analizi. Ovde već možemo da sagledamo značaj eksplicitnog postavljanja epistemološkog problema svesti kao jednog od ključnih problema psihoterapije. Sam Frojd je bio svestan ovog problema, on je uostalom na osnovu onoga što su iznosile njegove pacijentkinje tokom procesa analize postepeno induktivno gradio i revidirao psihoanalitičku teoriju. Implicitna pretpostavka da je interpretacija prevashodno instrument u rukama psihoterapeuta, ostala je međutim, zadugo u čitavoj disciplini. Tek znatno kasnije su konstruktivistički pristupi psihoterapiji radikalno doveli u pitanje poziciju psihoterapeuta kao objektivnog i vrednosno neutralnog eksperta, koji ima uvid u objektivne patološke procese. Suštinski problem u psihoanalizi je da psihoanalitički proces ne počiva na uobičajenoj, već, mogli bismo reći, jednoj vrsti „dubinske hermeneutike“, što je posledica psihoanalitičke pretpostavke o nesvesnom i mehanizmu potiskivanja, koja vodi obezvređivanju introspekcije i direktnog neposrednog svesnog doživljaja, na kojima počivaju autoritet i autonomija klijenta. Ukoliko pretpostavimo da u klijentu postoje inherentni otpori u vidu nesvesnih intrapsihičkih procesa da vidi pravo značenje svojih problema, onda je on principijelno nekompetentan da da njihovo pravo tumačenje. Njegovi iskazi o subjektivnim doživljajima tretiraju se pre kao vrsta sirovog materijala iza koga stoji sasvim drugo značenje, koje terapeut treba da

dokuči i ponudi kroz interpretaciju otpora i transfera. Fokus u psihoanalizi nije na doživljajnom svetu, već na nesvesnim procesima koji leže iza pojavnog. Ova pretpostavka daje hermeneutici drugačiji ton i smisao od onih koji su poznati u duhovnonaučnim disciplinama. Nju ćemo kritički preispitati u odeljku koji se bavi tretmanom svesti u psihoterapijskim školama.

3. Frojdovi rani teorijski modeli osciliraju između subjektivne, introspektivne i objektivne, „naučne“ pozicije. Pojmovi ja, ono, nadja (kasnije poznati kao ego, id i super-ego, što može da zvuči više tehnički), imaju koren u samoposmatranju, ali su kasnije preformulisani, u okviru Frojdrovih strukturalnih modela, u objektivno (funkcijama) definisane delove psihičkog aparata, pri čemu se perspektiva prvog lica uglavnom gubi iz vida. Zapravo svi psihoanalitički pojmovi imaju pseudobjektivnu stranu, ali i subjektivnu, i ova dvostrukost unosi konfuziju, ukoliko pokušamo da razumemo na kojoj vrsti podataka počivaju postavke psihoanalitičke teorije. Ključni pomak od ravnog kliničkog posmatranja ka izgradnji opšte teorije psihe, Frojd je napravio uvođenjem takozvane metapsihologije. Metapsihologija (po uzoru na metafiziku) prekoračuje ono što se uobičajeno smatra predmetom psihologije i ide iza doživljajnog sveta klijenta; metapsihologija nastoji da naučno objektivira konfuznu, subjektivnu verziju psihičke stvarnosti, te da, umesto fenomenološkog, ponudi objektivni topografski, dinamički i ekonomski opis psihičkih procesa. U kontekstu savremenih diskusija u filozofiji duha, ovde možemo takođe prepoznati problem dvostruke, fenomenalne i funkcionalne karakterizacije svesti – metapsihološko teoretisanje predstavlja prelaz sa fenomenološkog opisa psihičkih stanja i procesa („kako izgleda“ tip opisa) na funkcionalni opis („šta radi“ tip opisa). Novije psihodinamske škole koje su pošle od Frojda unosile su izmene u Frojdove metapsihološke modele (napr. tzv. ego psihologija), ali su nastavile da teoretišu u metapsihološkoj ravni. Pojmovi koji su izvorno nastali iz samoposmatranja, verbalnih izveštaja klijenta, posmatranja konkretnih ponašanja i interakcija između analizanta i analitičara, rekonstruisani su u metapsihološke, tehničke, objektivne pojmove, u kojima izvorni subjektivni sadržaj ostaje zamagljen i skriven. Fluidni intrapsihički i interpersonalni procesi bivaju metapsihološkim zaokretom u psihoanalizi reifikovani i dekontekstualizovani, te se pojavljuju kao psihički entiteti nedostupni bilo svesti, bilo empirijskim istraživačkim metodama.

Metapsihološki jezik možda ostavlja na prvi pogled utisak naučnosti, ali metapsihološki pojmovi su, po našem mišljenju, konstruisani upravo suprotnim postupkom od naučnih pojmova. Nauka nastoji da pojmove u što je moguće većoj meri operacionalizuje, tj. definiše preko postupaka posmatranja i merenja. U psihologiji, na primer, operacionalizacija pojmova podrazumeva specifikaciju doživljajnih i bihevioralnih indikatora na koje pojam referira, te eventualno i instrumenata kojima ove možemo meriti. Metapsihološko teoretisanje pravi korak u suprotnom pravcu i time ostaje van dometa empirijskih istraživačkih metoda, te metapsihološke tvrdnje nisu podložne falsifikaciji. Značenje metapsiholoških termina etablirano je u okviru psihoanalitičke zajednice kroz proces edukacije i supervizije, ali ne postoje kriterijumi za njihovu preciznu upotrebu koji bi bili univerzalno primenljivi van psihoanalitičke zajednice.¹⁵² U tom smislu je Frojdov projekat metapsihološke objektivizacije pojmova, po našem mišljenju, više pseudonaučan, no što ima sličnosti sa načinom izgradnje pojmova u prirodnim naukama.

4. Frojdovo insistiranje na seksualnoj teoriji, koje je vremenom poprimilo dogmatske razmere, te ekskomunikacija iz psihoanalitičkog društva onih koji su je dovodili u sumnju, ima po našem mišljenju dva korena. Jedan je svakako u puritanskom odnosu prema telu i seksualnosti, naročito karakterisitčnom za bečke više slojeve, iz koga su mahom dolazile Frojdove pacijentkinje. Naglašavanje uloge nezadovoljenog seksualnog nagona u razvoju psihopatologije bilo je revolucionarno u Frojdovo vreme¹⁵³. Drugi razlog

¹⁵² Teorija ličnosti koju su 1950. formulisali Dolard i Miler u svojoj knjizi *Ličnost i psihoterapija* pokušaj je sinteze teorije učenja Klarka Hala, čiji su učenici bili i Frojdove psihoanalize. Ona sadrži pokušaj prevođenja nekih Frojdovih pojmova na jezik psihologije učenja, ali ne predstavlja u strogom smislu njihovu operacionalizaciju, već pre reinterpretaciju u svetlu Halove teorije učenja. Teorija Dolarda i Milera je izazvala veće interesovanje u akademskoj psihologiji nego u psihoanalitičkim krugovima.

¹⁵³ Primitimo na ovom mestu da se znatno radikalnija kritika odnosa evropske (prevashodno hrišćanske) kulture prema telu i seksualnosti pojavila nešto pre Frojda, kod Ničea. Sam Frojd nije bio lišen puritanizma, što se naročito vidi u njegovom shvatanju da su mala deca „polimorfno perverzna“.

U društvu dvadeset prvog veka, izgleda nam da je represiju seksualnosti i telesnosti zamenila njihova instrumentalizacija, koja predstavlja drugačiji oblik gubitka povezanosti sa sopstvenim seksualnim i telesnim iskustvom. Danas, kada se pornografija nudi sa kioska na kome kupujemo novine, a seks je sveprisutan u reklamnim sloganima i lako dostupan, klijenti retko dolaze na psihoterapiju zbog potiskivanja seksualnog nagona, a histerična psihopatologija, na kojoj je Frojd prevashodno gradio svoja shvatanja, takoreći više i ne postoji. U društvu u kome vladaju novac, egomanija, kolektivni transovi koje šire mediji, otuđenje od prirode, porodice i socijalnog okruženja, te konfuzija u pogledu smisla i vrednosti, puko seksualno zadovoljenje (ili zadovoljenje nagona uopšte) malo znači u ekonomiji

neprimerenog naglaska na seksualnosti kod Frojda je za nas na ovom mestu interesantniji. Seksualnost počiva na biološki fundiranom nagonu, što je bilo primereno biologističkoj matrici razmišljanja koja je bila dominantna ne samo u medicini, već je predstavljala i značajan aspekt duha vremena. Teorija o psihi koja u prvi plan stavlja seksualni nagon, obećavala je model za priznavanje psihoterapije od strane biološki zasnovane medicine. I ovde Frojd nije bio sasvim konsekventan: sa jedne strane je tvrdio da je „hidraulika“ seksualnog nagona u osnovi mentalnog zdravlja, sa druge, da je kriterijum mentalnog zdravlja sposobnost za rad i ljubav, dva pojma koji se *prima facie* više oslanjaju na doživljaj smisla nego na čisto biološki shvaćen seksualni nagon. Redukcionizam Frojdove teorije u sadržinskom smislu sastoji se u njegovim objašnjenjima svih motivacionih poriva (ljubavi, socijalnog vezivanja, radoznalosti, npr.) kao izvorno libidinoznih tj. seksualnih. I kada su eksperimenti na rebus majmunima američkog psihologa Harija Harloa i razvojno psihološka istraživanja inspirisana etologijom psihoanalitičara Džona Bolbija šezdesetih godina nedvosmisleno pokazali da je potreba za emocionalnim vezivanjem kod primata prisutna od samog rođenja i nezavisna od seksualnih i drugih zadovoljstava (popularno rečeno, da socijalnost i ljubav ne počivaju na seksu, već da imaju drugačiju biološku osnovu), psihoanalitički krugovi su dugo ostali neskloni da promene svoje shvatanje da se vezivanje „oslanja“ (tzv. anaklitička teorija) na oralna i kožna libidinozna zadovoljstva koje majka pruža.

Svemu ovome treba dodati da Frojd, ne samo da je principijelno bio naklonjen biologizmu i prirodno naučnoj paradigmi, već je više puta i eksplicitno izrazio svoja redukcionistička uverenja, poput uverenja da bi nedostaci psihoanalitičkih opisa psihe

mentalnog zdravlja. Time ne želimo da negiramo značaj seksualnosti, već dovodimo u sumnju biološko shvatanje seksualnosti, koje zanemaruje njene socijalne i psihološke aspekte. Frojdovo biologističko shvatanje seksualnosti naročito pada u oči, ukoliko uporedimo njegov odnos prema seksualnoj simbolici sa odnosom koje su poznavale stare kulture. Frojd tumači jedan fizički objekat (npr. neki šiljati predmet) koji se pojavljuje u snu njegove pacijentkinje kao simbol drugog fizičkog objekata (penisa). U starim kulturama, naprotiv, prikazi seksualnih organa simbolički predstavljaju prokreativne sile prirode, kod Rimljana je ponekad crtež erektiranog penisa stajao na vratima pekare (da se digne testo!), a u tantrickom budizmu, slike i skulpture eksplicitnog seksualnog sjedinjenja *Samantabhadre* i *Samantabhadri* (muškog i ženskog aspekta budinstva, tj. «Budine prirode») simbolički predstavljaju prirodu prosvetljenog stanja, koje je jedinstvo jasnoće i praznine (muški i ženski aspekt). Kod Frojda, seksualnost je dobrim delom svedena na biologiju i većinom lišena apstraktnije dimenzije.

nestali „kada bismo umesto psiholoških termina već mogli da uvedemo fiziološke ili hemijske“ (Freud, S., 1994, str. 62).

Problem sa ovakvim tvrdnjama je što u Frojdovo vreme nisu postojala gotovo nikakva empirijska znanja o funkcionisanju mozga (u to vreme se tek znalo za postojanje neurona, a Šerington je 1897. uveo pojam sinapse), te one nisu bile više od ličnih ideoloških uverenja. Još veći problem je što deklarativno pristajanje uz prirodnonaučnu paradigmu nije bilo u skladu sa odnosom prema gradnji teorije i njenoj empirijskoj proverbi, ne samo kod Frojda već i u kasnijem razvoju psihoanalize. Konsekventno bi bilo da psihoanaliza, poput prirodnih nauka, podvrgne svoje hipoteze empirijskoj proverbi i modifikuje ih u skladu sa svojim rezultatima; umesto toga, ona se sve više orijentisala ka standardima socijalnih nauka i razvijala u pravcu hermeneutičko-interpretativne discipline. U okviru psihoanalitičke zajednice postavljeni su standardi edukacije i supervizije, ali je njen kontakt sa naučnom zajednicom, kao i sa drugim psihoterapijskim pravcima, koji su se u međuvremenu razvili i postizali značajne terapijske uspehe, ostao čitavih sto godina minimalan. Empirijski nalazi koji su govorili protiv psihoanalitičkih tvrdnji o ranom formiranju karaktera, Edipovom kompleksu, osnovi vezivanja između majke i deteta, psihologiji žene, funkciji snova, često dugo nisu istinski dodirivali psihoanalitičke krugove. Tako su medicina bazirana na empirijskoj evidenciji i akademska psihologija razvile opravdano sumnju prema psihoanalizi. Neuronaučnik i nobelovac Erik Kandel, koji je i sam edukovani psihoanalitičar, zamera danas psihoanalizi da nije preduzela potreban napor da ubedi kritičku medicinu da je ta forma terapije efektivnija od placeba, čak ni posle 100 godina, dok je KBT ponudila preko 1000 pozitivnih evaluacionih studija. U Frojdovo vreme je verovatno izgledalo, da je za prirodnonaučni status discipline dovoljno da u fizikalističkom smislu bude plauzibilna, te je Frojd uložio napor u razvoj metafora preuzetih iz fizike (poput hidraulične npr.) i metapsihološko teoretisanje o psihičkim substrukturama i njihovoj dinamici u okviru psihičkog aparata, u osnovi kojih je deklarativno postulirao izvesne neurohemijske procese.¹⁵⁴

¹⁵⁴ Ova vrsta plauzibilnosti koja je zasnovana na metaforama iz fizike nosi uvek u sebi izvesnu opasnost da svoje teorijske postavke uzme zdravo za gotovo umesto da ih pažljivo operacionalizuje i ispita. Naše je mišljenje da su psihoterapijske tradicije koje su duboko ukorenjene u fenomenologiji i često veoma precizno i minuciozno ispituju domen subjektivnog doživljavanja klijenta bez gotovih teorijskih formula, naučnije u postupku od psihoanalize. One su, takođe, što ćemo kasnije nastojati da pokažemo, više u skladu sa savremenim znanjima o mozgu.

Diltajevska dihotomija ostala je kod Frojda implicitna i odnos između dva domena – prirodnonaučnog i duhovnonaučnog – nejasan. Razvoj psihoanalize dobro opisuje zaključak Gordane Jovanović iz studije o Frojdu: „Dok je prirodnonaučni obrazac u Frojdovoj teoriji eksplicitan u svojoj funkciji i statusu, hermeneutički i socijalno-kritički koriste se kao sredstvo analize, ali nemaju reflektovan metateorijski status. Iako je u osnovi psihoanalitički materijal govor, on nije podvrgnut metateorijskoj elaboraciji. U dodeljivanju različite teorijske težine ovim obrascima i u izboru prioriteta Frojd se pokazao bližim prvobitnim modernim obrascima. Sam predmet psihoanalize zahtevao je, međutim, izlaženje iz ovog obrasca. Frojd je sledio takve zahteve operativno, ali ne i refleksivno.“ (Jovanović, G., 1997, str. 314–315)

Frojdovo insistiranje na prirodnonaučnoj osnovi psihoanalize imalo je „bumerang“ efekat; ono se pokazalo kao jedna od njenih najslabijih karika, jer analiza načina gradnje pojmova i hipoteza u psihoanalizi razotkriva njen pseudonaučni karakter. Karl Popper je već dvadesetih godina kritikovao Frojdovu teoriju nesvesnog zbog nemogućnosti falsifikacije, smatrajući da Frojd umesto nauke nudi niz spekulativnih ideja koje prethode čak i samom formulisanju hipoteza. Kritika nije usmerena na ideju da u našem duhu postoje procesi kojih nismo svesni, već na Frojdov način gradnje teorije koji je pseudonaučan. Popper na primer piše: „A što se tiče Frojdovog epa o egu, super egu i idu, nikakav valjan jači zahtev za naučnim statusom ne može postojati no za Homerove priče sa Olimpa“ (Popper, K., 1988, str. 44). Hans Ajzenk je, na sličan način, Frojdovo mesto video, ne među naučnicima, već uz braću Grim i Hansa Kristijana Andersena (Eysenck, H., 1985, str. 225). Ajzenk je smatrao da nijedna Frojdova teorija nije preživela empirijski test (za razliku od Popera, Ajzenk je očigledno smatrao da je bar neke psihoanalitičke teorije moguće formulisati tako da se mogu empirijski testirati i falsifikovati).¹⁵⁵ Psihoanaliza je dobar primer da se naučnost ne rađa iz fizikalističke

¹⁵⁵ Ajzenk i Popper ovde govore o mitologiji i bajkama u pežorativnom smislu. Iako smo skloni da se složimo sa karakterizacijom dela Frojdovog teoretisanja kao mitološkog, mitologija i mitološki narativi su, po našem mišljenju, integralni deo psihe i zato možemo da ih koristimo kao jedan od terpijskih kanala. Mitološke priče iz različitih kultura oblikuju važne aspekte ljudskog iskustva i time mogu da ponude u terapijskom procesu nove kontekste za smeštanje ličnog iskustava, *reframing* i konstruktivniji pogled na problem. Ovde, međutim, imamo u vidu, u prvom redu, način na koji npr. eriksonijanska hipnoterapija koristi metafore, mitološke priče i rituale u terapijske svrhe. Ovde terapeut svesno bira priču po meri klijenta i njegovog problema, koja može da ga otvori ka novim uvidima i rešenjima. Priča se tretira kao terapijsko sredstvo; bitno je da li klijent pozitivno reaguje na priču, a ne da li je priča istinita. Frojdova psihoanalitička mitologija nagona i seksualnosti samo je jedna od mitologija, koja je, kao i svaka uticajna mitologija, pogodila žicu vremena i izvršila uticaj na zapadnu kulturu, tematizujući njen odnos prema

ideologije, niti biološkog redukcionizma u interpretaciji psiholoških sadržaja *per se*, već iz primene naučne metodologije formulacije i provere tvrdnji. Ne možemo se oteti utisku da rana psihoanaliza, sa svojim dogmama o psihoseksualnom razvoju i seksualnoj osnovi svih motiva, na momente pre podseća na jednu novu materijalističku, seksualnu religiju, nego na prirodnu nauku.

Velika zasluga Frojda je što je razvio potpuno novu vrstu tretmana psihičkih bolesti i promovisao psihoterapiju kao disciplinu, čiji će značaj na Zapadu biti u stalnom porastu u narednih sto godina. Ovo ostaje, uz inspirativne spise pune interesantnih zapažanja, njegova trajna istorijska zasluga, čak i ukoliko od psihoanalitičke teorije i prakse u izvornoj formi mnogo toga ne preživi test budućnosti.

4.5. Dalji razvoj psihoterapije ili „dekonstrukcija“ Frojdovog modela psihoterapije

Dalji razvoj psihoterapije dekonstruisao je gotovo sve aspekte Frojdovog modela psihe i psihoterapijskog procesa i uneo novine u shvatanje prirode samog procesa i delotvornih sačinitelja psihoterapije. Na ovom mestu nam nije namera da se bavimo kritikom psihoanalize, već da ukažemo na spektar novina u shvatanju načina na koji deluje psihoterapija u njenom daljem istorijskom razvoju.

- a) U prethodnom odeljku nastojali smo da pokažemo da je psihoanaliza u praksi pre svega hermeneutički proces, koji podrazumeva subjektivne tačke gledišta, ali koji je delimično skriven pod plaštom objektivne, prirodnonaučne psihologije. Ova pozicija nije bezopasna, naročito zato što je proces tumačenja prevashodno u rukama psihoanalitičara, a skup, u osnovi subjektivnih uverenja o ljudskoj prirodi, prenosi se kroz proces edukacije (inicijacije!) u okviru relativno zatvorene zajednice. Još za Frojdova života, pojavio se niz drugačijih psihoterapijskih narativa o ljudskoj prirodi, koji su u prvi plan istakli druge aspekte i sadržaje ljudske psihe kao najrelevantnije sa psihoterapijske tačke gledišta, umesto Frojdovog fokusa na tzv. edipalnu situaciju i psihoseksualni

seksualnosti, koji je više vekova bio demonizovana tabu tema. Pitanje je i da li bi se socijalne konsekvence koje je ova nova mitologija imala dopale samom Frojdu.

razvoj.¹⁵⁶ Šta god bio glavni sadržajni fokus kod različitih teoretičara, zajedničko im je bilo implicitno uverenje da je upravo on centralan za ljudsku prirodu, psihičku bolest i zdravlje. Radikalnu novinu u tretmanu statusa teorijskih postulata na kojima počivaju interpretacije uneli su tek postmoderni i konstruktivistički pristupi od sedamdesetih, koji su razvili novu otvorenost i širinu u razumevanje psihoterapije, razotkrivajući u tradicionalnim školama iste bazične misaone obrasce – realizam, objektivizam i esencijalizam. Tako psihoterapijski proces postaje oslobođen ideje da simptomi, problemi, uzroci i sl. poseduju objektivnu realnost, koju treba razotkriti, analizirati, tumačiti i promeniti. Terapija je narativni proces, ali terapijski smisao narativa (klijentovih i terapeutovih) nije u tome da li su istiniti, već da li su oslobađajući ili zarobljavajući u odnosu na ono što klijent donosi kao temu u psihoterapijski proces. Narativna terapija Majkla Vajta i Dejvida Epstona, jedna od formi postmodernih terapija, na primer, razvila je sasvim drugačije shvatanje funkcije narativa i njihovog tumačenja u psihoterapiji. Ovde terapeut i klijent kroz kolaborativni proces rekonstruišu klijentove narative o dominantnim problemima u životu, koji najvećim delom oblikuju njegov identitet. Terapeut, postavljanjem pitanja sa pozicije neznanja, izvlači nove aspekte klijentove priče, koji su bili zapostavljeni u prvobitnom problematičnom narativu i uključuje ih u nove priče, kao i klijentove intencije, vrednosti i nade. Na ovaj način terapeut i klijent ko-kreiraju bogatije narative, u kojima prvobitni problem biva eksternalizovan („osoba nije isto što i njen problem“ – moto je narativne terapije!) i dekonstruisan. Ovo nas dovodi do pitanja šta je istinski sačinitelj promene u psihoanalitičkom procesu, te da li je tumačenje¹⁵⁷ (analiza otpora i transfera i razotkrivanje uzroka problema u doživljajima iz ranog detinjstva po

¹⁵⁶ Nama se oduvek činilo misterioznim zašto bi obuhvatna psihološka teorija kakvu je Freud očigledno imao u vidu, eksploatisala samo jednu priču – o Edipu (i to sa fokusom na temu ubistva oca i ženidbe sa majkom, pri čemu su u Sofoklovoj tragediji centralne teme sudbina, hibris i hamartia – ključna greška koju pravi glavni junak i koja pokreće točkove sudbine), a ne, na primer, čitavo bogatstvo grčke mitologije, koja opisuje praktično sve aspekte psihe, da ne pominjemo i druge narative iz svetske kulturne baštine. U tom smislu je Jung, na primer, ponudio daleko širi referentni okvir za interpretaciju – arhetipske teme i simbole iz svetskih religija.

¹⁵⁷ Pomenimo ovde samo da postoje i pravci u psihoterapiji koji su radikalno neskloni bilo kakvoj interpretaciji. De Šežerov savet psihoterapeutima, da, kada im padne na pamet interesantna interpretacija klijentovog problema, bolje odmah popiju aspirin, sugeriše stav maksimalne uzdržanosti u mešanje u subjektivni svet klijeneta.

linearno kauzalnom modelu) uopšte centralni proces u psihoterapiji, ili njena delotvornost počiva na nekim sasvim drugim varijablama.

- b) Istraživanja u kognitivnoj psihologiji poslednjih decenija pokazala su da je prisećanje rekonstruktivni proces, na koji utiče niz varijabli koje su prisutne u trenutku prisećanja – ličnih i socijalnih (uverenja, tumačenja, opažaja, emocija, uslova pod kojima se odvija prisećanje, npr. efekat primovanja i sl.), te da tako nešto kao sećanja koja su fotografski zabeležena i pohranjena poput nepromenljivih entiteta u okviru epizodičke memorije, te ih je odatle moguće izvući, naprosto teško da postoji. Sam akt prisećanja menja naša sećanja, a ono što biva zapamćeno posle svakog prisećanja je poslednja verzija. U tom smislu mi menjamo našu prošlost sve vreme, te možemo da kažemo čak da postajemo u izvesnoj meri priča koju pričamo o sebi i svojoj prošlosti. Novo shvatanje prisećanja dovodi u sumnju svako razvojno psihološko teoretisanje koje je zasnovano na sećanjima klijenata; ono takođe ukazuje da je ono čega će se klijenti prisećati i o čemu će pričati u psihoterapiji u velikoj meri zavisno od teorijske orijentacije terapeuta. Usmeravanje pažnje jedan je od ključnih procesa koji oblikuje sadržaj prisećanja i to da li će se terapijski proces fokusirati oko teme seksa, kompleksa inferiornosti, arhetipova, egzistencijalija i sl.

Ovom novom shvatanju memorije bliži je stav osnivača moderne hipnoterapije Milтона Eriksona da „nikada nije kasno da imate srećno detinjstvo“. Interesantan primer potpuno suprotne orijentacije u rekonstrukciji prošlosti od Frojdove, koja je usmerena ka problematičnim i traumatičnim aspektima odnosa sa roditeljima iz detinjstva je japanska Naikan terapija, sa inspiracijom iz zen budizma, u kojoj je prilično iscrpno prisećanje prošlosti vođeno pitanjem: „šta je neka osoba (roditelj, na primer) dobro uradila za mene tokom raznih perioda mog detinjstva i kasnijeg života?“ Rezultat prisećanja u ove dve terapije biće veoma različit, a terapijski nije beznačajno ni to koje emocionalne reakcije prizivamo prisećanjem – resantimane ili zahvalnost.

- c) Frojdovo shvatanje uzročne nasuprot simptomatskoj terapiji bilo je veoma uticajno u psihoterapiji. Istraživanje uzroka patnje i psihičkih bolesti ostaje svakako interesantna tema i mi još nismo ni blizu integralne teorije koja bi osvetlila njihovu, danas zasigurno možemo reći multiplu kauzalnost, te objasnila veze i interakcije između različitih ravni u kojima možemo tražiti uzroke (genetski, biohemijski, neuralni, psihološki, socijalni, fenomenološki, sistemski).

Nezavisno od toga, možemo postaviti pitanje – da li traganje za uzrocima kao dominantna direkcija u okviru psihoterapijskog procesa počiva na dobroj psihologici (danas možemo reći i neurologici). Znanje o uzrocima i genezi nekog problema po sebi, izgleda korisnije u prevenciji, nego u njegovom otklanjanju. Dugotrajno fokusiranje pažnje na negativne, problematične delove sebe i sopstvene prošlosti, ekstenzivno prisećanje i analiziranje, te traženje uzroka, može biti čak antiterapijsko, jer održava klijenta u prostoru problema (razmišljanja o problemu, otkrivanja stalno novih aspekata problema i načina njegovog rekonstruisanja, razotkrivanje i uklanjanje uzroka...), umesto da mu pomogne da izađe iz prostora problema u prostor rešenja. Većina savremenih psihoterapijskih pravaca ne upada u tu zamku, a neke se čak veoma radikalno okreću radu na rešenjima, poklanjajući minimalnu pažnju problemima, smatrajući pri tome da su prostor problema i prostor rešenja nezvaisni jedan od drugoga.¹⁵⁸

- d) Humanističke psihoterapije istakle su značaj još jedne varijable kao esencijalnog lekovitog sačinitelja psihoterapijskog procesa. To je zdrav ljudski odnos koji se uspostavlja između terapeuta i klijenta. Uspostavljanje ovakvog odnosa omogućavaju tri odlike koje terapeut treba da poseduje. Jedna je empatija, tj. sposobnost terapeuta da vidi problem očima klijenta, umesto da primenjuje spoljašnje (npr. teorijske) referentne okvire u pokušaju razumevanja i tumačenja. Druga je pažljivo slušanje sa bezuslovno pozitivnim, prihvatajućim i neprocenjujućim odnosom prema klijentu. Treća je kongruentnost, otvorenost, genuinost, tj. autentičnost terapeuta. Ove odlike terapeutovog ponašanja postaju model i za klijenta. Terapijska situacija omogućava posebnu vrstu otvorenosti i bliskosti, kakva je retko prisutna u svakodnevnom životu, u kojoj intimni sadržaji, uključujući i klijentove tabu teme imaju priliku da izađu iz izolacije u komunikaciju, što smatramo, naročito u svetlu savremenih shvatanja mozga kao intrinzički socijalnog sistema, po sebi terapijskim. Ovu vrstu komunikacije prvi je opisao Karl Rodžers, a kasnije je na sličnim osnovama Maršal Rozenberg razvio svoje principe nenasilne komunikacije.

¹⁵⁸ Na primer Stiv de Šejzer i Inso Kim Berg, polazeći od Vitgenštajna, teorije sistema i kibernetike drugog reda, o čemu će kasnije biti više reči.

- e) Još jedan delotvorni sačinitelj svake psihoterapije je promena perspektive, refokusiranje pažnje sa jednog aspekta problema na širi kontekst, što može da znači i postavljanje ličnog problema i patnje u novi referentni okvir, koje nude, između ostalog, psihoterapijske teorije.¹⁵⁹ U tom smislu razne psihoterapijske paradigme mogu da odigraju ulogu u inicijalnoj fazi terapije, bez obzira da li nude kao kontekst za novo razumevanje ličnog problema primarno biologiju, oblast socijalnih odnosa, istoriju kulture i religije, filozofiju, ili čak, što je najnoviji trend, neuronauku. Izlazak iz izolacije u sopstvenoj patnji, frustraciji, samooptuživanju, osećanju neuspeha, kroz komunikaciju sa terapeutom i njegovo razumevanje, donosi izvesno početno olakšanje, ohrabrenje i nadu. Terapijska uloga psihoterapijskih narativa o ljudskoj prirodi u kasnijim fazama terapije je, po našem mišljenju, manje izvesna, a može da predstavlja i ograničavajući faktor u meri u kojoj implicitno (usmeravanjem pažnje) ili eksplicitno (tumačenjem) indoktrinira klijenta terapeutovom teorijom.
- f) Već smo pomenuli Fišerov opis psihoterapije (ovde on ima u vidu analitički orijentisane terapije) kao majeutičkog vođenja razgovora, koji iznosi na svetlo nesvesno znanje, izražavajući sumnju da je čista majeutika u bilo kojoj psihoterapiji moguća. Terapeut principijelno ne može da bude teorijski i vrednosno neutralan i da ne utiče na to šta će izići na svetlo, tj. biti osvešćeno. „Naučnička“ neutralnost i objektivnost je nemoguća čak i kod terapeuta koji su maksimalno uzdržani u interpretaciji i fokusiraju sa na postavljanje pitanja i slušanje. Sve što terapeut čini, usmerava pažnju klijenta u jednom pravcu umesto u nekom drugom, a akt usmeravanja pažnje u terapiji, kao i u svakodnevnom životu, implicitno sadrži vrednovanje (pažnja se usmerava na ono što za nas ima vrednost, što je važno). Što je svesniji svoje esencijalne subjektivnosti, terapeut će biti skloniji da uvek iznova preispituje sopstvenu poziciju iz metaperspektive, da koristi na školovan način svoje reakcije na ono što klijent iznosi (u psihoanalizi poznato kao kontratransfer) kao dijagnostički instrument i da stalno dalje školuje svoje sposobnosti otvorene pažnje,

¹⁵⁹ Ovde imamo u vidu u prvom redu ono što je Džerom Frank (Frank, J., 1993) nazvao „konceptualna shema“, „mit“, tj. način objašnjenja klijentovih simptoma i problema koje nudi terapeut, smatrajući da je to jedan od tri zajednička, nespecifična delotvorna terapijska sačinitelja svih uspešnih terapija.

prisutnosti i empatije (danas naročito popularno kroz *mindfulness–awareness* trening za psihoterapeute), koje mu daju potrebnu mentalnu i emocionalnu fleksibilnost, kao lek protiv pristrasnosti.

- g) Ideju o terapeutu kao objektivnom ekspertu naročito su radikalno doveli u pitanje sistemski porodični terapeuti. Primarni cilj porodične terapije je promena interakcija u okviru porodičnog sistema, a ne promena problematičnih ponašanja i simptoma pojedinca, člana porodice. Dok je sistemska porodična terapija prvog reda bila većinom fokusirana na promenu u ravni ponašanja i koristila bihevioralne postupke nalik onima u BT i mehaničke, kibernetске metafore (poput povratne sprege), sistemska porodična terapija drugog reda radikalno je preoblikovana idejamakonstruktivizma (Ernst von Glaserfeld, Hajnc von Ferster, Humberto Maturana, Francisko Varela) i cirkularne tj. kibernetске epistemologije Gregorija Bejtsona i postmoderne.¹⁶⁰ Ona pomera fokus rada iz bihevioralne ravni u ravan značenja, uključujući time sve više i domen intrapsihičkog i subjektivna iskustva članova porodice. Sistemčari drugog reda ne vide više porodicu kao objektivno postojeći sistem (sa objektivnom disfunkcijom!) koji terapeut iz ekspertske, privilegovane metapozicije posmatra, te utiče na njega; terapeut je aktivno uključen u sistem, katalizujući tokove komunikacije i razumevanja u okviru porodice i učestvujući kao koautor u kreiranju novih značenja i priča, koje bolje služe članovima porodice od starih.¹⁶¹ Terapija je shvaćena kao kolaborativni, dvosmerni proces, bez hijerarhijske strukture u kojoj bi jedna strana (terapeut) bila u posedu znanja i moći. Terapeut nije neutralan posmatrač izvan sistema, već on aktivno nastoji da kroz razgovor razume značenja i perspektive svakoga od članova porodice; termini kao što su „multinaklonost“, „polifona vizija“, „pluralitet svesnosti“ „višestruka pristrasnost“ koriste se pri opisivanju uloge terapeuta u sistemu (vidi

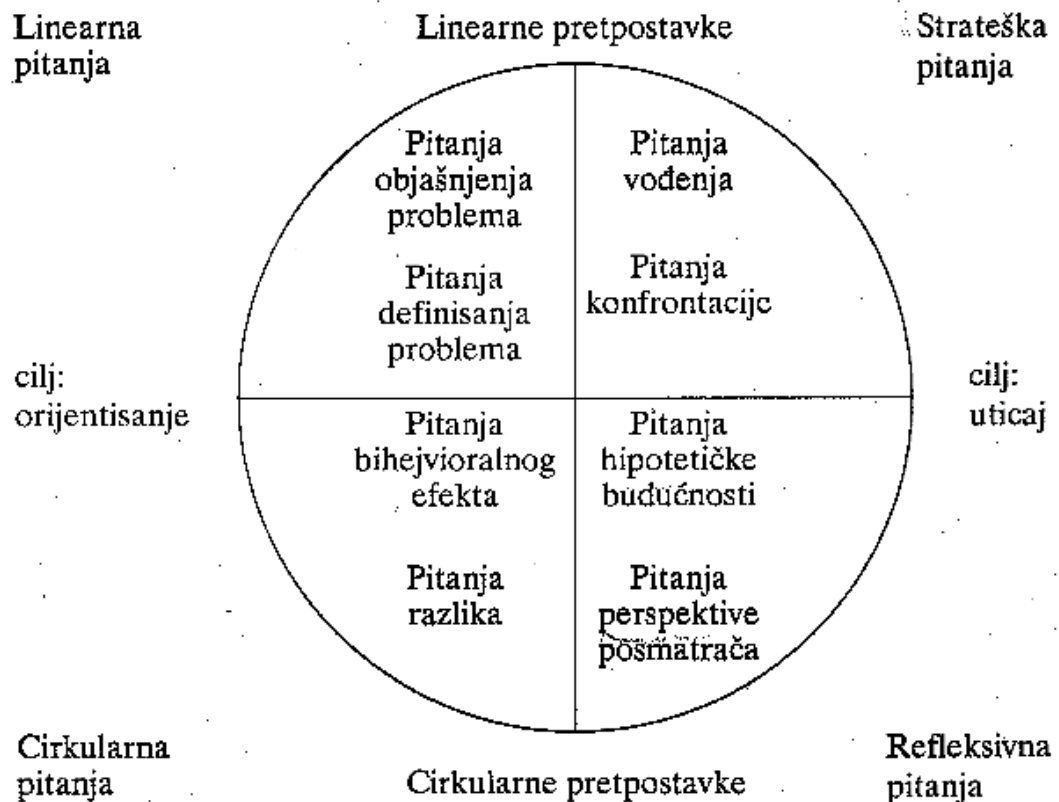
¹⁶⁰Ovaj način razmišljanja nije logički nužno, već pre istorijski povezan sa porodičnom terapijom, jer su potrebe u radu sa multiplim, međuzavisnim perspektivama u okviru porodičnog sistema učinile zaokret ka konstruktivizmu i cirkularnosti neophodnim i prirodnim korakom. Sistemsko-konstruktivistički način razmišljanja je podjednako primeren i prisutan danas i u situaciji individualnog terapijskog rada.

¹⁶¹U osnovi ovakvih pogleda su opšti konstruktivistički stavovi o saznanju kao aktivnom procesu koji je u funkciji samoorganizacije živih bića, pre nego reprezentovanja spoljašnjeg, objektivnog sveta. Svaka opservacija (npr. terapeutova) govori o samom posmatraču podjednako kao i o predmetu posmatranja, iz čega sledi da je neutralna ekspertiza iz neke spoznajno privilegovane perspektive nemoguća. Ni uvid u psihoterapiji nije otkrivanje neke skrivene istine o sebi, nego kreiranje nove priče koja u sadašnjosti može da posluži bolje od stare.

npr. u Milenković, S., 1997, str.219). Ukoliko je terapija, po sistemskim porodičnim terapeutima drugog reda, konverzacija („razmena priča“) koja dovodi do promene pre svega u ravni značenja, osnovna terapeutova tehnika su pitanja. U okviru ovog terapijskog modaliteta razrađena je tipologija pitanja, koja eksplicitno opisuje terapeutove intencije i način razmišljanja koji stoje u osnovi izbora jedne ili druge vrste pitanja, dakle nešto što je dotada u psihoterapiji često ostajalo implicitno. Zato ćemo na ovom mestu posvetiti pažnju tipologiji Karla Toma (Tomm, K., 1988), koja pokazuje da nema neutralnih pitanja i da svako pitanje vodi terapijski proces u tačno određenom pravcu, te se stoga može shvatiti i kao vrsta intervencije, bez obzira da li je terapeut toga svestan ili ne. Tomova klasifikacija polazi od dve dimenzije. Prva se odnosi na nameru terapeuta da se informiše, razume, tj. da se orijentiše u pogledu porodice, klijenta, problema, situacije, nasuprot nameri da pitanjem izvrši uticaj, proizvede terapijski efekat¹⁶² na klijenta tj. porodicu (eng. *orienting vs. influencing questions*). Druga dimenzija se odnosi na pretpostavke koje terapeut ima o prirodi mentalnih fenomena i psihoterapijskog procesa pri postavljanju pitanja. One mogu biti linearne, u smislu traženja uzročno-posledičnih veza ili cirkularne (kibernetске, systemske, interakcionističke) u smislu razumevanja repetitivnih obrazaca koji povezuju osobe, događaje, percepcije i ideje unutar porodice. Članovi porodice u početku uglavnom misle linearno o svom problemu, tako da terapeutovo uvođenje cirkularnosti unosi nov, kreativniji, neutralaniji i više prihvatajući kontekst za sve. Tipična linearna pitanja su: „Ko je šta uradio?“, „Gde?“, „Kada?“, „Zašto?“. Cirkularna pitanja mogu imati sledeću formu: „Kako to da smo se danas našli zajedno?“, „Ko je najviše (najmanje) zabrinut zbog situacije?“, „Šta ta osoba radi kada je zabrinuta?“, „Kako drugi članovi reaguju na njenu zabrinutost?“ Strateška pitanja imaju intenciju da utiču na klijenta i porodicu na specifičan način i zasnovana su na linearnim, strateškim pretpostavkama. Cilj im je korekcija nečega što je definisano kao pogrešno (od strane porodice i/ili terapeuta) i na manje ili više otvoren način su instruktivna i direktivna u pogledu promene koja se smatra neophodnom. Obično sadrže neku terapeutovu sugestiju ili su konfrontirajuća.

¹⁶²Pitanja su često suptilniji način uticanja od tvrdnji, procena i prosuđivanja, jer manje podstiču odbrambeno ponašanje.

Refleksivna pitanja polaze od cirkularnih pretpostavki i nastoje da utiču na klijenta ili porodicu na opšti, indirektni način, podstičući ih da mobilišu sopstvene resurse u rešavanju problema. Ona smeraju da uvedu više refleksivnosti u već postojeće sisteme uverenja i time otvore prostor za nove mogućnosti sagledavanja i delovanja, na način primeren klijentu tj. porodici. U odnosu na strateška pitanja su mnogo neutralnija i poštuju autonomiju porodice. Često imaju formu kondicionala: „Ukoliko biste nešto uradili, kako zamišljate da bi reagovao neki drugi član porodice?“ (pitanje perspektive posmatrača), „Šta bi za Vas bilo različito kada taj konflikt više ne bi postojao?“ (pitanje hipotetičke budućnosti). Tom naglašava da terapeutov emocionalni ton i niz paralingvističkih, neverbalnih i kontekstualnih varijabli, a ne u prvom redu sintaksička struktura i semantički sadržaj pitanja, zapravo odlučuju da li će pitanje biti shvaćeno kao linearno, cirkularno, strateško ili refleksivno. Četiri tipa terapijskih pitanja Tom grafički prikazuje na sledeći način:



(Vrste terapijskih pitanja po Tomu)

Tom naglašava da između terapeutovog izbora tipa pitanja (u osnovi čega su njegove namere, način razmišljanja o terapijskoj situaciji i emocionalni stav) i reagovanja klijenta/porodice na pitanje, postoji izvesni diskontinuitet tj. nepredvidljivost; terapeut, međutim, može sa izvesnom verovatnoćom da anticipira moguće efekte 4 tipa pitanja. Linearna pitanja, iako neophodna kao orijentir u početnoj konverzaciji, imaju konzervativni efekat, jer unose malo novine u već postojeći linearni način razmišljanja sa kojim dolaze članovi porodice i imaju tendenciju da taj način razmišljanja validiraju i učvrste. Cirkularna pitanja, naprotiv, nose u sebi oslobađajući potencijal i šansu za uvide u međuzavisnosti u obrascima interakcije članova porodice, koji onda otvaraju prostor za isprobavanje novih, konstruktivnijih načina reagovanja. Strateška pitanja imaju generalno ograničavajući i prisiljavajući efekat; njima terapeut nastoji da uspostavi kontrolu nad ponašanjima koja smatra nepoželjnim i da utiče direktno na porodicu da nešto promeni u pravcu koji smatra ispravnim. Ovakva konfrontacija može u nekim slučajevima biti konstruktivna, ali u mnogim drugim je terapijski kontraproduktivna. Refleksivna pitanja pozivaju na istraživanje novih perspektiva i opcija uz poštovanje autonomije klijenta/porodice i ona često otvaraju novi prostor i imaju kreativni i oslobađajući efekat.

- h) Ukoliko otpadne mit o terapeutovoj neutralnosti i objektivnosti, postavlja se takođe i pitanje – kolika je uloga sugestije i autosugestije u psihoterapijskom procesu? Da li bismo možda čitavu psihoterapiju mogli da vidimo kao placebo ili moć sugestije i da li bi to bilo blisko fizikalističkom uglu posmatranja? Istorija psihoterapije zapravo i počinje od hipnoze, koja je u 19. veku postala popularna zanimacija u intelektualnim krugovima, obavijena aurom mistike i magije. U osnovi ovog trenda verovatno je bila potreba za balasiranjem sve dominantnijeg materijalizma i fizikalizma *mainstreama*. Frojd je, kako smo videli, ubrzo napustio hipnozu i razvio sopstvenu teoriju i postupak. Interesovanje za hipnoterapiju obnovio je harizmatični Milton Erikson pedesetih godina, možda, sudeći po brojnim anegdotama, jedan od najuspešnijih psihoterapeuta svih vremena. Njegov koncept hipnoterapije sasvim je različit od tradicionalnog; može se čak reći da je Erikson radikalno redefinisao pojam

hipnoze, hipnotičkog stanja i hipnotičke sugestije.¹⁶³ Hipnotički trans, po Eriksonu, nije neko posebno stanje svesti, koje je posledica specijalne hipnotičke procedure. Prolazni transovi i mikrotransovi različite dubine prisutni su u svakodnevnom životu tokom celog dana; to su stanja u kojima neki sadržaj (misao, senzacija, prizor...) poseduje izvesnu fascinantnost koja fiksira pažnju, u meri da osoba nije svesna ostalih aspekata okruženja. Tokom dana naša stanja fluktuiraju između orijentacije ka realnosti i ovakvih prolaznih transova, koje obično ne zovemo hipnotičkim transom.¹⁶⁴

Eriksonov postupak je takođe veoma različit od tradicionalne hipnoterapije. Tradicionalno, terapeut provodi nad klijentom standardizovanu hipnotičku proceduru; kod Eriksona je hipnoza neformalni, konverzacioni, interaktivni proces, koji uključuje doživljajni svet klijeneta. Otuda naziv konverzaciona ili skrivena hipnoza (eng. *conversational* ili *covert*). Terapeut koristi prirodne fluktuacije stanja svesti da bi efikasnije pokrenuo isceljujuće procese u klijentovoj psihi. Dok je tradicionalna hipnoza autoritativna i koristi direktne sugestije (koje hipnotički subjekat može da sledi ili da im se opire), Eriksonova hipnoza je permissivna i otvorena – daje klijentu priliku da prihvati samo sugestije sa kojima rezonira, za koje je svestan da mu koriste, svojim tempom i na svoj način. Sugestije su namerno „labavo“ formulisane, permissivne, često u kondicionalu i uz obilno korišćenje metafora i simbola. Ovakva formulacija ostavlja subjektu prostor da ispuni praznine i nejasnoće sopstvenim implicitnim razumevanjem. Uvažavanjem idiosinkratičnosti klijentovog ličnog doživljajnog sveta redukuju se otpori i povećava preciznost intervencije.

Ovde se hipnoza i sugestija, u smislu ciljanog moderiranja klijentovog fokusa pažnje, pokazuju kao sofisticirana veština verbalne i neverbalne komunikacije,

¹⁶³ Po našem mišljenju bi termini hipno i trans u modernoj verziji hipnoterapije mogli i da otpadnu. Ono što praktikuju moderni hipnoterapeuti je, po našem mišljenju, veština vođenja razgovora, koja respektuje voljne i nevoljne procese kod klijenta, zaobilazi otpore promeni, otvara klijenta za nove mogućnosti i priziva njegove uspavane potencijale i resurse da pronađe za sebe najbolja rešenja. Konverzacija ovde nije primarno usmerena na kognitivnu ravan (razmenu informacija, utvrđivanje stanja stvari, razmišljanje o problemu i sl.), već na moduliranje doživljajnog sveta klijenta (od doživljaja zaglavljenosti u problemu do doživljaja slobode, „toka“, šireg spektra mogućnosti doživljavanja i delovanja...).

¹⁶⁴ Ovde ostaje pitanje da li je i normalno budno stanje, orijentisano ka realnosti, zapravo konsenzualni trans. Šta će biti definisano kao realnost, a šta kao trans (u smislu subjektivnog stanja u kome je pažnja fokusirana na nešto drugo od onoga gde je fokus pažnje okruženja), uvek je arbitrarno. Vidi npr. knjigu *Trances people live* hipnoterapeuta Stivena Volinskog.

na čemu počiva, verovatno, najvećim delom i svaka tradicionalna magija. Eriskonijanska hipnoterapija generalno je povećala svesnost psihoterapeuta, bez obzira na vrstu psihoterapije koju praktikuju o tome da svaki oblik verbalne i neverbalne interakcije sa klijentom nosi u sebi snažan sugestivni potencijal.

U tom smislu i takozvani placebo efekat¹⁶⁵ možemo shvatiti kao implicitnu hipnoterapijsku trans indukciju, koja može da pokrene niz isceliteljskih procesa. Placebo je u okviru fizikalističke paradigme dugo tretiran kao marginalna smetnja u istraživanju delotvornosti lekova, koju treba odstraniti uključivanjem kontrolne grupe u istraživački dizajn. Tek poslednjih desetak godina, sam placebo fenomen, koji se zapravo sastoji u pozitivnom delovanju naših uverenja, očekivanja, nada i mentalnih stvova na telesne procese i biohemiju mozga, postaje predmet istraživanja. Ova sve više ukazuju na to da je placebo jedan od najmoćnijih lekovitih faktora koji postoje, čak i u medicinskom kontekstu, dakle u domenu fizikalnih intervencija (lekovi, operacije), za čije dejstvo inače imamo hemijski i fizički kredibilna objašnjenja.¹⁶⁶ Savremena istraživanja placebo uključuju i snimaju promena u pojedinim delovima mozga, kao i promene raznih biohemijskih parametara. Ona pokazuju da lažne pilule, ne samo da snažno deluju na biohemiju mozga već je njihovo dejstvo specifično; placebo se sastoji u aktivaciji tačno onih delova mozga i lučenju hemijskih supstanci, koje su potrebne da bi imali, od strane pacijenta, očekivane efekte od uzimanja tablete.¹⁶⁷

¹⁶⁵ Placebo efekat odnosi se ne samo na dejstvo tableta koje ne sadrže nikakve farmakološki aktivne supstance, već i na intervencije poput lažnih operacija, gde se tokom narkoze naprave lažni ožiljci, na osnovu kojih pacijenti veruju da su bili operisani. Placebo efekat je takođe neodvojivi sastojak bilo koje vrste fizikalnog ili nefizikalnog tretmana. Počiva na sugestiji, očekivanju efekta i može se pojačati uslovljavanjem (kada se, na primer, pravi lek zameni placebo bez znanja pacijenta).

¹⁶⁶ Ranija medicinska istraživanja ukazivala su da placebo deluje u oko 35% slučajeva. Novija istraživanja, koja detaljno ispituju dejstvo niza faktora na sam placebo efekat (način davanja leka u obliku tablete ili injekcije, boja, pakovanje, značenje koje ima za pacijenta, lokalni kulturološki faktori, instrukcija i stav lekara, itd.) pokazuju da placebo može da deluje i u preko 70% slučajeva (vidi u Hamilton, D., 2012). Istraživanja dejstva popularnog antidepresiva prozaka, koja su pokazala da njegovo dejstvo nije bolje od placeba, sem u slučaju teških depresija, gde je antidepresiv bio nešto delotvorniji od placeba, poprimila su poslednjih godina razmere skandala (vidi Kirsh, I, 2009).

¹⁶⁷ Tako davanje placeba pacijentima sa Parkinsonovom bolešću, koju karakteriše nedostatak transmitera dopamina, dovodi ne samo do poboljšavanja pokretljivosti već direktno do povećanja lučenja dopamina u motornim zonama mozga (De la Fuente-Fernandez, R., Ruth, T.J, Sossi, V., Calne, D.B., Schulzer, M.&Stoessl, A.J., 2001). Davanje placebo analgetika ne dovodi samo do smanjenja subjektivnog osećaja bola, već do povećanja lučenja endogenih opijata, prirodnih supstanci u mozgu sličnih morfijumu (Levine, J.D., Gordon, N.C.&Fields, H. L.,1978). Placebo antidepresiv deluje tačno na zone mozga na

Dok je logika testiranja lekova u odnosu na placebo smislaona u medicini, poređenje efekata psihoterapije sa placeboom u psihoterapijskim istraživanjima se pokazalo kao mnogo manje jasno. Kako uopšte definisati placebo u odnosu na psihoterapijske intervencije, s obzirom na to da oba počivaju na psihološkim mehanizmima? Bergin i Garfield diskutuju mogućnost da placebo odredimo kao nespecifične tj. zajedničke sačinitelje psihoterapija (poput očekivanja poboljšanja, sugestije, ohrabrenja, topline, pažnje, razumevanja) nasuprot specifičnim, koje pretpostavljaju pojedine psihoterapijske teorije. Ovi zajednički faktori, međutim, nisu trivijalni, tj. teorijski inertni, već predstavljaju aktivne sačinitelje napretka psihoterapijskog procesa, koji, kao što smo videli, u metaanalizama objašnjavaju čak oko 70% pozitivnih efekata psihoterapije. Neki autori dovode u pitanje i samu konceptualnu konzistentnost pojma placebo u istraživanjima psihoterapije (vidi u Bergin, A. & Garfield, S., 2004, str. 150).

Domet „placebo efekta“ (eksplicitnih i implicitnih sugestija i samosugestija) u psihoterapiji nam se čini, u ovom trenutku, teško saglediv, ali, čak i ukoliko bi se pokazalo da je većinu psihoterapijskih intervencija moguće opisati kao placebo, a psihoterapeute kao „placebologe“ (vidi npr. u Prioleau, L., Murdock, M. & Brody, N., 1983), to ne bi umanjilo njen kredibilitet, s obzirom na to da placebo proizvodi „realne“ i specifične neurohemijske promene. Možda je pre par decenija termin „placebolog“ imao pežorativnu konotaciju; u svetlu rezultata placebo studija poslednje decenije, biti ekspert za placebo znači poznavati i proučavati uslove, procedure primene i principe delovanja jednog od najmoćnijih lekova, univerzalnog, panacea tipa. Jedno od najvažnijih lekovitih uverenja, koje sugerise samo postojanje psihoterapije kao discipline, jeste verovanje u sopstvenu moć da, uz stručnu pomoć, promenimo načine emocionalnog doživljavanja, mišljenja i ponašanja. Ono je antidot jednom od najvažnijih sačinitelja svih poremećaja i problema, koji je Martin Seligman nazvao naučena bespomoćnost. Naučena bespomoćnost je uslovljavanjem stečen doživljaj da su averzivne situacije neizbežne i nepromenljive, te da nemamo moć delovanja na njihov ishod.

koje deluje i pravi antidepresiv fluoksetin tj. prozak (Benedetti, F., Mayberg, H. S., Wager, T. D., Stohler, C.S. & Zubieta, J.K., 2005)

i) Narativi, lični, kulturalni ili mitološki predstavljaju bazične obrasce odnošenja prema svetu i formiranja identiteta. Narativna dimenzija psihoterapije će stoga uvek ostati njen integralni deo. Narativna integracija, tj. kreiranje koherentne priče o sopstvenom životu i rekonstrukcija narativnog identiteta u pozitivnom i ka budućnosti otvorenom smislu je lekoviti sastojak psihoterapijskog procesa. Narrative ili pretpostavljene strukture koje počivaju na narativima (kao što su Edipov kompleks, Bernovi skriptovi, ili čak ja-istanca ličnosti kao narativ) teško da ćemo moći da lociramo u mozgu. To ne znači da oni nemaju neurološku realnost na nekom nivou; plauzibilno je pretpostaviti da promene u pričama koje pričamo i rečima kojima opisujemo svoju stvaranost dovode do promene ne samo u doživljaju i ponašanju, već i u mozgu (vidi npr. knjigu neuronaučnika Endrua Njuberga i Marka Valdmana *Reči mogu da promene vaš mozak* iz 2013). Narativi su u svakom slučaju delotvorni, u smislu da imaju za posledicu aktiviranje pojedinih zona u mozgu i biohemijskih reakcija, iako ne moraju biti u bilo kom smislu istiniti.¹⁶⁸ Pored primarno verbalnih terapija koje su fokusirane na narrative i njihovu rekonstrukciju kroz razgovor (poznate kao *talking therapies* eng. ili *Gesprächstherapien* nem.) psihoterapija poznaje i jednu sasvim drugačiju terapijsku logiku, koja se pojavila nešto kasnije, praktičnija je i više fokusirana na promenu konkretnih problematičnih obrazaca emocionalnog doživljaja i ponašanja u sadašnjem trenutku nego na priče o njima, koje se uvek odnose na prošlost. Primarni cilj u terapiji ovde nije tumačenje problema i njegove geneze, niti rekonstrukcija ličnosti, kako je rana psihoanaliza zamišljala, već da konkretan problem nestane.¹⁶⁹ One polaze od

¹⁶⁸Na primer, klijentov opažaj da neka sasvim neutralna situacija predstavlja za njega opasnost, aktivira alarm (neuralna struktura poznata kao amigdala u srednjem mozgu), što zaposledicu ima hemijske reakcije (npr. lučenje hormona stresa) koje dovode do promene niza fizioloških funkcija u telu. Opažanje promenjenog telesnog stanja daje dodatnu „neurološku“ realnost početnom opažaju.

¹⁶⁹ Rekonstrukcija ličnosti kao cilj klasične psihoanalize diktirana je psihoanalitičkim teorijskim postulatima (da se simptom ne može otkloniti dok se ne otkloni uzrok, a ovaj leži u, za karakter formativnim, godinama ranog detinjstva), a ne motivacijom klijenta. Što je psihoterapijski rad više usklađen saklijentovom motivacijom, to će učenje biti efikasnije i sa manje otpora. Kada je psihoterapijska promena precizno usklađena sa motivacijom klijenta, pojam otpora postaje mnogo manje misteriozan i otpori gube na težini. Izvesna konzervativnost nervnog sistema (tendencija utrvenih navika da se ponavljaju u nedostatku alternativa), strah odosveščivanja bolnih neprijatnih emocija i strah od promene ka nečem novom i neizvesnom, te sekundarne dobiti i ustanovljena potkrepljenja iz sistema (u okviru porodice, na primer), dovoljna su da objasne većinu otpora.

tegoba onako kako ih klijent vidi u sadašnjosti, primenjujući ciljane intervencije, kraće su po trajanju, a njihovi rezultati su lakše merljivi. Terapijski proces je obično eksplicitno koncipiran kao proces promene tj. učenja i često su nešto više tehnički orijentisane od narativnih terapija. Učenje se ne odnosi samo na odučavanje nepoželjnih obrazaca, već i na uvođenje novih lekovitih iskustava i učenje novih veština, često sa elementima treninga. Razgovor i priče su ovde u drugom planu i služe više razjašnjavanju i lociranju onoga što klijent želi da promeni, te uspostavljanju referentnog okvira za rad (ugovor) i razvoju terapijskog odnosa poverenja i razumevanja, koji obezbeđuje klijentu sigurnost, redukuje anksioznost i stvara povoljne uslove za uspešno učenje. Pričanje o doživljaju (što je Fric Perls nazvao „aboutism“) nije isto što i sam doživljaj, priča angažuje većinom verbalne zone leve hemisfere neokorteksa, doživljaj često angažuje ceo mozak (obe hemisfere, starije i mlađe nervne strukture) i telo.¹⁷⁰ Videli smo već da se aktualizacija problema, tj. njegovo dovođenje u konkretnu, iskustvenu ravan, pokazuje u Graveovim istraživanjima psihoterapijskog procesa (kroz različite modalitete) kao jedan od pet najvažnijih sačinitelja delotvornosti psihoterapije.

Ova strateška logika prisutna je u više pravaca u psihoterapiji, koji inače počivaju na različitim psihološkim i filozofskim osnovama. Njen začetak predstavlja svakako biviheviornalna terapija, koja je prva razvila radikalno drugačiji pristup od narativnog stila psihoanalize, ali nenarativnu logiku fokusiranog istraživanja konkretnog doživljaja i ponašanja i ciljanih intervencija u pravcu željenih promena kao primarnu, sledi, po našem mišljenju, vrlo heterogena grupa terapija. Pored biheviornalne, tu su razni postupci humanističkih psihoterapija (geštalt, transakciona analiza, telesno orijentisane terapije), kognitivnih terapija, eriksonijanske hipnoterapije, Gendlinove fenomenološke terapije, terapija orijentisanih ka rešenjima, sistemskih terapija, te niz novih terapija koje osnovu nalaze u budističkoj meditaciji sabranosti (eng. *mindfulness based therapies*). Zajednička odlika im je, pored fokusiranosti, da glavni „materijal“ sa kojima rade nisu jezik i naracija, te njihovo tumačenje, već konkretni svesni doživljaj i ponašanje. Ovu razliku dobro ilustruje

¹⁷⁰Ovde želimo da napomenemo da i u primarno narativnim terapijama doživljajni domen ima veliki značaj, jer tek emocionalno proživljeni uvidi nose u sebi potencijal za da budu transformativni. Razlike dve grupe terapijskih postupaka su pre u tome gde je glavno težište terapijskog rada.

psihoanalitičar Džefri Rubin, poredeći na jednom mestu psihoanalitički i budistički pristup subjektivnosti. Psihoanaliza i budizam istražuju subjektivnost iz veoma različitih perspektiva; psihoanalitički pristup Rubin naziva teleskopskim pristupom širokog ugla, a budistički mikroskopskim i zumirajućim, jer ispituje stanja svesti iz trenutka u trenutak; psihoanalitički pristup se fokusira više na ono što je Vilijem Džejms nazvao supstantivnim, a budistički, na ono što je Džejms nazvao tranzitivnim aspektima iskustva; psihoanalitički pristup je više fokusiran na mentalne dispozicije, a budistički na mentalna stanja (Rubin, J., 1996, str. 51–53). Slično razlikovanje bismo mogli da napravimo i uopšte između rada sa narativima kao makro pristupa (teleskopska perspektiva) i rada sa konkretnim doživljajem i ponašanjem iz mikroperspektive.

Ovaj drugi pristup pravi obično korak ka operacionalizaciji klijentovih iskaza, postavljanjem pitanja i navođenjem klijenta na precizno samoposmatranje. Na primer, ukoliko klijent kaže da želi da bude samopouzdaniji, terapeut može da ga pita šta tačno podrazumeva pod tim – ako bi bio samopouzdaniji, šta bi bila razlika u njegovom ponašanju (u kojim situacijama, sa kojim osobama), telesnom držanju, kretanju, kako bi se različito osećao (uključujući nivo telesnih senzacija), šta bi bilo različito u njegovom misaonom procesu, itd. Ovaj postupak operacionalizacije je dijagnostički izuzetno vredan; on otkriva terapeutu, kao i samom klijentu, niz subjektivnih, idiosinkratičnih značenja koje pojam samopouzdanje ima za klijenta, koje bismo u makropristupu mogli lako da previdimo, podrazumevajući da reč za oboje ima isto značenje, što vrlo često nije slučaj. Operacionalizacija, međutim, nije samo dijagnostička, već istovremeno i terapijska intervencija. Ispitujući aktuelno i željeno stanje, te njihove razlike, klijent dolazi u kontakt sa odlikama samopouzdanja u doživljajnom i bihejvioralnom smislu i isprobava ih preliminarno, što je prvi korak ka njihovom upoznavanju i usvajanju. Operacionalizacija može pored kvalitativnog imati i kvantitativni aspekt, ukoliko terapeut pita klijenta da proceni intenzitet nekog svog doživljaja na skali, obično od 1 do 10. Ovakve skale uveo je najpre bihejvioralni terapeut Džozef Volpe 1969. godine u svom postupku rada sa fobijama, sistematska desenzitizacija, ali danas imaju izuzetno široku primenu u veoma različitim terapijama. Skalu je Volpe nazvao skalom

subjektivnih jedinica distresa¹⁷¹ (na engleskom *SUDS*, tj. *Subjective Units of Distress Scale*, ponekad *Subjective Units of Disturbance Scale*). To je skala od 0 do 10 (ponekad od 0 do 100) koja meri subjektivni intenzitet straha, uznemirenja ili drugog oblika distresa. Terapeut postavlja pitanje klijentu: „Na skali od 10 do 0, na kojoj je 10 najviši mogući nivo uznemirenosti, a 0 odsustvo bilo kakve uznemirenosti, gde biste rekli da ste u ovom trenutku?“ Klijentova procena sopstvenog stanja služi terapeutu za praćenje i evaluaciju napretka u tretmanu. Skale za merenje u domenu subjektivnog doživljavanja ne omogućavaju terapeutu ili istraživaču da znaju šta u apsolutnom smislu znači 1 ili 10 za klijenta i ne omogućavaju poređenje u interpersonalnom kontekstu, ali mogu da znaju da je 7 za klijenta različito stanje (na primer, viši nivo uznemirenosti) od 4. Ova vrsta pseudokvantifikacije nije samo dijagnostička, već istovremeno i terapijska intervencija, odnosno, na suštinski način, delotvorni deo svih postupaka koji je uključuju. Operacija „merenja“ zahteva od klijenta precizno samoposmatranje, koje angažuje druge delove mozga od onih koji koreliraju sa doživljajem uznemirenosti, što dovodi do izvesne redukcije uznemirenja; klijent uči da posmatra svoja stanja i registruje napredak, a opažanje napretka deluje i kao pozitivna autosugestija, koja podstiče dalji napredak. Mikroperspektiva u psihoterapijskom radu omogućava klijentima da lako naprave mikropromene, koje povećavaju samopouzdanje i doživljaj uspeha, što je od ključnog značaja za ishod psihoterapijskog procesa. Interesantno je primetiti i da su klijenti većinom sposobni za ovu vrstu samoposmatranja (koje predstavlja globalnu procenu kompleksnog slozaja senzacija), vrše procenu brzo i lako, a njihove procene koreliraju sa objektivnim merama anksioznosti, merene, na primer, perifernom vazokonstrikcijom i pulsom (Thyer, B., Papsdorf, J., Davis, R. & Vallecorsa, S., 1984.)

Fenomenološki orijentisani filozof i psihoterapeut Judžin Gendlin skovao je još 1953. godine termin *felt sense* za suptilnu i nejasnu svesnost o unutrašnjim telesnim procesima kojima reagujemo na neku situaciju, problem ili priču. Gendlin je iz petnaestogodišnjih evaluacionih istraživanja psihoterapije na Čikaškom univerzitetu zaključio da je ono po čemu se razlikuju uspešni od

¹⁷¹Di-stres je ono što u svakodnevnom govoru nazivamo stresom kao negativnim stanjem, za razliku od eu-stresa koji se doživljava pozitivno i ima pozitivne efekte na ponašanje i zdravlje.

neuspešnih klijenata sposobnost prvih da se intuitivno fokusiraju na doživljajni aspekt problema na kome rade, što im omogućava da pronađu izlaz i dobra rešenja (Gendlin, E.T., 1961). Kako se ova sposobnost, koju ljudi poseduju u različitoj meri, pokazala kao presudna za uspešan ishod psihoterapijskog procesa (psihoterapijska škola i tehnike koje primenjuje psihoterapeut nisu se pokazale kao značajne varijable!), Gendlin je razvio metodu fokusiranja, koja treba da omogući učenje ove veštine, koju je moguće primeniti kako u terapijskim, tako i u vanterapijskim situacijama. *Felt sense* je iz psihoterapijskog ugla najznačajnija vrsta *qualia*, sa kojima implicitno ili eksplicitno rade psihoterapeuti raznih orijentacija, a po svom holističkom, ponekad i sinestezijskom karakteru drugačija od onih koje filozofi duha obično koriste kao primere u diskusijama o fenomenalnoj svesti. Stoga ćemo se ovom pojmu vratiti iznova u narednom poglavlju.

Još jedan aspekt odnosa doživljajne sfere i naracije smatramo značajnim u psihoterapiji. U pričama je pohranjena prošlost, već ponavljani problematični aspekti iskustva, koji sa svakim novim prepričavanjem i analizom poprimaju još veću gustinu i realnost. Domen potencijalnosti i promene primarno je u doživljajnoj sferi u sadašnjem trenutku, u onome što je još nepotpuno verbalno artikulisano.¹⁷² T. S. Eliot opisuje u *Četiri kvarteta* borbu pesnika da iz prostora neartikulisano stvori nov jezički izraz, jer ono što je već „uhvaćeno“ rečima više nije novo, sveže i motivišuće.¹⁷³ Slično je i u psihoterapiji, vraćanje reči i priča u domen neposrednog doživljavanja, te odatle, traženje nove verbalne

¹⁷²Izgleda nam da je Frojd taj neartikulisani, subjektivni, doživljajni prostor, koji mi smatramo terapijski najpregnantnijim, video kao suviše konfuzan da bi bio predmet nauke, te je nastojao da ga prevaziđe projektom metapsihologije, koja barata objektivističkim vokabularom.

¹⁷³I evo me, na pola puta, posle dvadeset godina –
Dvadeset godina uglavnom proćerdanih, godina *l'entre deux guerres* –
Nastojanja da naučim upotrebu reči, a svaki je pokušaj
Potpuno nov početak, i druga vrsta neuspeha
Jer čovek nauči samo da bolje iskoristi reči
Da izrazi ono što više ne mora da kaže, ili način
Na koji više to ne želi kazati. I tako svaki poduhvat
Jeste novi početak, prepad na neartikulisano
Sa jadnom opremom što sve gora biva
U opštem ričetu netačnosti osećanja,
Nedisciplinovanih vodova emocije.
(prepev Ivan V. Lalić)

artikulacije, put je terapijske promene. Što konsekventnije klijent dolazi tokom terapije u kontakt sa doživljajnim svetom iza reči, to će ono što tu pronade biti više novo i iznenađujuće. Kako optimalno terapijski koristiti plodnu tenziju između doživljaja i njegove verbalne artikulacije i naracije, smatramo jednim od najinteresantnijih pitanja psihoterapije uopšte. Primarno narativne terapije obično ne idu do suptilnog nivoa povezivanja pojmova sa iskustvom, a naročito su psihoanalitički metapsihološki koncepti udaljeni od konkretnog iskustva u ovde i sada i teško operacionalizabilni. Fokusirani rad u psihoterapiji, bilo primarno bihevioralno ili fenomenološki orijentisan, ide upravo u suprotnom pravcu od metapsihologije. On je najkompatibilniji sa savremenim neuronaučnim istraživanjima, jer aparati mogu da snime jedino neuralne korelate doživljaja u sadašnjem trenutku, a ne i apstraktne koncepte i pretpostavljene psihičke entitete na koje se ovi odnose, čija veza sa iskustvom nije sasvim jasna. Partner neuronauci je dobra procesna mikrofenomenologija u mnogo većoj meri nego objektivistički formulisane teorije. Iz tog ugla nije za čuđenje što su se neuronaučnici poslednjih desetak godina okrenuli pre budističkim monasima kao subjektima svojih eksperimenata nego narativnoj psihoterapijskoj situaciji.

4.6. Neuropsihoterapija kao savremeni psihoterapijski trend

Kako izgleda Frojdova dilema – psihoterapija između prirodne nauke i hermeneutike – danas, u svetlu novih neuronaučnih istraživanja i jednog novog trenda u psihoterapiji, koji obećava da je dovede u tesan kontakt sa aktuelnom naukom i istovremeno odigra integrativnu ulogu u šarenilu psihoterapijskih teorija i metoda? Reč je o neuropsihoterapiji, disciplini koja postoji zvanično od 2004. godine, kada je Klaus Grave, istraživač psihoterapije sa Univerziteta u Bernu skovao termin i tako naslovio svoju uticajnu knjigu. Neuropsihoterapija nastoji da, u kreiranju i evaluaciji psihoterapijskih postupaka, eksplicitno primeni nova saznanja o mozgu, koja su poslednjih dvadesetak godina napredovala više nego u prethodnih sto pedeset godina. Neuropsihoterapija, dakle, nije nova škola u psihoterapiji, već korak u dubinu, u pravcu razumevanja mehanizama delovanja psihoterapije, povezivanja sa neuronaukom i

integrativnosti. U tom smislu može biti kompatibilna sa svim psihoterapijskim školama. Pored Gravea, pomenimo još nekoliko imena koja se pojavljuju u ovoj oblasti – Luis Kozolino, Danijel Sigel, Boni Badenoh, Džefri Švarc, Rik Henson, Norman Doidž, Pat Ogden, Stiven Pordžes, Džon Arden, Keli Mek Gonigal, Danijel Amen. Postoje već i stručni časopisi posvećeni ovoj oblasti („Neuropsychotherapy Journal“, „The Neuropsychotherapist“).

Videli smo da je svođenje psihičkih procesa na njihovu neuralnu i biohemijsku osnovu bio Frojdov ideal. Da li smo danas, kada prvi put posedujemo solidnija znanja o moždanim procesima, na pragu jedne takve redukcije? U kojoj meri je Frojdov model psihoterapije, koji je kreiran u odsustvu neuroloških znanja, kompatibilan sa onim što smo poslednje dve decenije saznali o neuralnoj osnovi psihičkih disfunkcija i procesa promene?

Pristajanje uz fizikalizam je dosada bilo više stvar deklarativne ideološke pripadnosti; empirijska saznanja o mozgu bila su iskuviše oskudna, a psihoterapijski postupci razvijani su potpuno nezavisno od njih, te je svakom njihovom naknadnom teorijskom povezivanju nedostajalo empirijsko utemeljenje. Da li je pojava neuropsihoterapije nužno nastavak fizikalističkog načina mišljenja ili čak konačna potvrda njegove ispravnosti? Da li će napredak neuronauke učiniti izlišnim psihoterapiju na račun nekih „fizikalnijih postupaka“? U kom pravcu će se razvijati ova nova disciplina i kakve novine će uneti u psihoterapijski proces? Da li je eliminativizam kao radikalni oblik fizikalizma heuristički plodna pozicija u samoj neuronauci?

Odgovori na ova pitanja nisu jednoznačni, a mogu biti i iznenađujući. Sada kada prvi put imamo konkretna empirijska znanja o biološkoj osnovi psihičkog života, ona ne odgovaraju slici o mozgu koju je imao u vidu raniji fizikalizam. Jedno od najvažnijih otkrića nove neuronauke je otkriće neuroplasticiteta i neurogeneze, u čijem svetlu se mozak pojavljuje kao organ u dinamičkom odnosu sa svetom doživljavanja, mentalne aktivnosti i interpersonalnih komunikacija, koji na ove, sa jedne strane, utiče, ali istovremeno biva stalno modifikovan novim doživljajima i aktivnostima.¹⁷⁴ Još pre

¹⁷⁴Pod aktivnostima podrazumevamo spoljašnje aktivnosti (u smislu ponašanja) i unutrašnje mentalneaktivnosti (mišljenje, opažanje, pamćenje, rešavanje problema). Pored ovih aktivnih mentalnih stanja, postoje i stanja u kojima doživljavamo kako nešto deluje, ponekad čak snažno, na nas, a da mi pri tome ne činimo ništa, doživljavamo sebe kao pasivne recipijente. To mogu da budu traumatizujući doživljaji ili ekstatički, estetski, kontemplativni doživljaji i sl. različitih intenziteta, od suptilnih do preplavljajućih. Snimci mozga u ovakvim stanjima ukazuju na intenzivnu moždanu aktivnost, ali iz ugla

dvadesetak godina ovakav opis bio je nezamisliv. Begli (Begley, Sh., 2008) navodi u knjizi o neuroplasticitetu anegdota sa Dalaj Lamom, koji je osamdesetih u razgovoru sa američkim neurohirurgom, koji mu je objašnjavao efekte moždanog tumora na psihičke funkcije, postavio „naivno“ pitanje da li je moguće obratno, da misli deluju povratno na mozak? Odgovor koji je dobio bilo je nedvosmisleno – ne. Promenu paradigme omogućile su u prvom redu nove tehnologije, koje mogu da snimaju aktivnost pojedinih zona mozga, preko metaboličkih parametara (potrošnja kiseonika ili glukoze) prilikom različitih mentalnih aktivnosti u realnom vremenu, kao i male strukturalne i funkcionalne promene i njihovu lokaciju, koje su posledicarnih vrsta mentalnog treninga.

Iako je psihoterapija doskora tretirala mozak kao „crnu kutiju“ na koju se implicitno poziva, ali o kojoj nema konkretna znanja, veliki deo intervencija koje je kreirala bio je kongruentan sa načinom na koji radi mozak. Nova mogućnost da pratimo kako psihoterapijsko iskustvo učenja menja funkcije i strukture mozga, šansa je za psihoterapiju da svoje postupke naučno utemelji. Modifikacija neurotransmitera i biohemijske manipulacije moždanih procesa uopšte, koje možemo smatrati intervencijama koje se *par excellence* uklapaju u fizikalističko-redukcionističku paradigmu, mnogo su manje efektivne i specifične u izazivanju trajnih i specifičnih promena u domenu doživljavanja, kognicije i ponašanja, od savremenih, ciljanih, psihoterapijskih intervencija. Nijedan fizikalni postupak za sada ne može da nadomesti značaj alternativnih pozitivnih iskustava i novog iskustvenog učenja koje psihoterapijska situacija može da obezbedi. Umesto da se pokaže kao suvišna, psihoterapija se pokazuje neophodnom iz ugla savremenih saznanja o mozgu. Nova saznanja sugerišu i pretpostavku da delotvorna psihoterapija uvek menja mozak, kao i da, kad ga ne menja, nije delotvorna.

Otkriće neuroplasticiteta i neurogeneze takođe baca potpuno novo svetlo na kontroverzu psihoterapije i tzv. biološke psihijatrije, koja je bila najčistiji predstavnik fizikalističkog mišljenja u tretmanu psihičkih disfunkcija. Predstavićemo je u par rečenica da bismo demonstrirali značaj aktuelne promene paradigme. Kontroverza se suštinski odnosi na tretman mentalnih poremećaja, ili kao psiholoških posledica toksičkih iskustava učenja,

prvog lica, ona izgledaju kao da nam se dešavaju. Kada pominjemo u tekstu subjektivno doživljavanje i aktivnosti, želimo time da uvažimo ovu fenomenološku distinkciju.

ili kao bioloških poremećaja mozga. Ovaj drugi pristup forsirala je biološka psihijatrija, koristeći termin „hemijski imbalance“ i sugerišući u prvom redu biohemijsku intervenciju za njegovu reparaciju. Termin hemijski imbalance zapravo nikada nije bio operacionalizovan u biohemijskoj ravni, kao ni njegova korekcija, niti referenca na zamišljenu zdravu, tj. „balansiranu“ hemiju mozga. Dejstvo psihofarmaka nije primarno testirano preko biohemijskih, već preko fenomenoloških i bihevioralnih parametara. Iako biološka psihijatrija vidi mentalne bolesti kao biološke bolesti mozga, njihova biologija ostala je decenijama dobrim delom hipotetska u psihijatrijskim dijagnostičkim sistemima i nozološkim kategorijama.¹⁷⁵ Biološka psihijatrija, na kraju, nije ni rođena iz psihijatrijskih ili biohemijskih istraživanja, već iz zapažanja francuskog anesteziologa Anri Laborita da supstanca *chlorpromazine* ima poželjno dejstvo smanjivanja telesne temperature kada se doda „anestetičkom koktelu“. Kod tretiranih pacijenata je istovremeno primećen i pad anksioznosti, odakle se rodila ideja da se lek testira na psihijatrijskim pacijentima. To je bio početak multibilionskog posla farmaceutske industrije; od sredine pedesetih psihofarmaci se masovno koriste za redukciju simptoma uznemirenosti i halucinacija. Zaključak da su psihički poremećaji zapravo biološke bolesti mozga donesen je bez direktne empirijske evidencije i *post hoc* – pošto određene hemijske supstance deluju na psihijatrijske simptome, mora da je u njihovoj osnovi neki biološki poremećaj. Kontrola simptoma daleko je od lečenja mozga i uspostavljanja „biohemijskog balansa“, a produžena upotreba psihofarmaka pokazala je niz jatrogenih efekata, od trajnih neuroloških i endokrinih oštećenja, do diabetesa. Kako su mozak i moždana bolest smatrani fiksnim strukturama, psihijatrijski pacijenti bili su osuđeni na doživotnu eksternu kontrolu biohemije. Ideja da određena iskustva i aktivnosti mogu da koriguju električnu i biohemijsku aktivnost mozga i pokrenu njegove samoregulativne mehanizme, bila je sasvim van referentnog okvira u kome se kretalo razmišljanje u biološkoj psihijatriji. Psihofarmakologija, međutim, nije već decenijama ponudila nova kreativna rešenja, za razliku od psihoterapije, koja je u ovom periodu pokazala puno inventivnosti. Verujemo da će put uticaja na mozak i biohemiju mozga u budućnosti biti pre u razvoju specifičnih psihoterapijskih intervencija, nego u spektakularnim novinama

¹⁷⁵ Ovim nikako ne želimo da negiramo postojanje neurobiološke osnove psihijatrijskih poremećaja, što je uostalom jedna od istraživačkih tema savremene neuropsihoterapije, o čemu će kasnije biti reči, već da naglasimo raskorak između jakih teorijskih tvrdnji o „biohemijskom imbalance“ starije biološke psihijatrije i relativno oskudne neurobiološke empirijske evidencije, koja je poticala najviše iz životinjskih studija.

u psihofarmakologiji, sem ukoliko logika profita, koji medikamentozna kontola psihe donosi, ne odnese pobjedu.¹⁷⁶

Najradikalniju suprotnost biološkoj psihijatriji predstavljao je verovatno antipsihijatrijski pokret. On gleda skeptično na sam koncept mentalne bolesti; pošto za njih ne postoje biološki pokazatelji, dijagnoza se zasniva na psihijatrovoj vrednosnoj proceni i interpretaciji nekog neobičnog i uglavnom socijalno neprihvatljivog ponašanja kao posledice patološkog procesa u mozgu. Poremećaj, zapravo, nije lociran u mozgu, već u socijalnom sistemu, u interakciji između psihijatra i pacijenta i socijalnim pozicijama moći. Ovakvu liniju razmišljanja razvija kasnije socijalni konstrukcionizam. Sa stanovišta novih neuronaučnih saznanja, ovakva gledišta predstavljaju samo drugu stranu nedostatka znanja o mozgu u odnosu na biološku psihijatriju. Obe pozicije, fizikalistička (biološka psihijatrija) i antifizikalistička (antipsihijatrija npr.) reflektuju stanje znanja u neuronauci u vremenu u kome su nastale. Takođe, podela ko tretira biologiju mozga, a ko radi nešto drugo, izgleda sve više veštačka. Ipak ova, više od pola veka stara kontoverza još uvek izgleda da ima snagu. Njen odjek vidimo danas, na primer, u raširenim diskusijama o prirodi poremećaja pažnje (eng. *ADHD – Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), naročito kod dece, jer sve više dece školskog uzrasta dobija ovu dijagnozu. Poremećaj je, na jednoj strani, tretiran kao biološki poremećaj sa genetskom osnovom, za koji se prepisuje medikament ritalin; sa druge strane, na ovu dijagnozu se gleda kao na psihijatrijski kodifikovani socijalni konsenzus o tome šta je prihvatljivo dečje ponašanje, sa kojim roditelji i škola mogu da izlaze na kraj. *ADHD* je nesumnjivo delom socijalni konstrukt i proizvod promena u društvu, kulturi, medijima i školskom sistemu; sa druge strane, veliki broj ove dece ima problem u izlaženju na kraj sa impulsima, raspoloženjima i obavezama, koji, bez adekvatnog tretmana, vodi često u životni neuspeh i izvor je velike patnje za dete i porodicu. Sposobnost fokusiranja pažnje temeljni je preduslov mentalnog zdravlja, osnova volje i potencijalno najvažniji cilj vaspitanja, kako je primetio još Vilijem Džejsms. Neuronaučna istraživanja kod dece

¹⁷⁶ Pomenuli smo ranije i studije koje pokazuju generalno nisku delotvornost psihofarmaka u odnosu na placebo. Čak i kada je neki lek delotvoran, delotvornost je nedovoljno specifična i zbog, uglavnom oralne primene, ima i niz negativnih nusefekata na ceo organizam. Verovatno bi najveći skok u ovoj oblasti bilo otkriće načina da se pojedina supstanca implementira lokalno, samo u zone mozga gde je potrebna. Ovakvo ciljano i specifično delovanje farmaka na određene delove mozga, a ne na ceo mozak, nije na vidiku, a i onda bi verovatno predstavljalo suviše skupu opciju u odnosu na psihoterapiju ili čak placebo. Dodatna komplikacija je što razvoj psihofarmakologije kao nauke određuje, na odlučujući način, logika profita farma-industije.

sa *ADHD* ukazuju na nisku aktivnost u prefrontalnom korteksu, pretežno egzekutivnoj instanci u mozgu, a ponekad i na deficite u drugim delovima mozga. Dok je Džejs pesimistički gledao na mogućnost treniranja pažnje, danas se ulaže napor da se pronađe optimalna vrsta treninga i stila života za decu sa različitim tipovima *ADHD*, koji će pospešiti funkcije prefrontalnog korteksa, što je bolja logika od potiskivanja simptoma ritalinom ili negiranja postojanja deficita.

Pošto samousmerene (u smislu postojanja svesne namere), neuroplastične prakse vode prediktabilnim i opservabilnim strukturalnim i funkcionalnim promenama mozga, stara fizikalistička ideja da mozak utiče na ponašanje, mišljenje i doživljavanje unilateralno, gubi kredibilitet. Mozak se pokazuje kao otvoreni sistem, dizajniran za učenje i promene, a odnos iskustva i mozga ukazuje pre na cirkularnu međuzavisnost. Na primer, praktikovanje sabranosti (eng. *mindfulness*) u tradicionalnom budističkom ili savremenom kliničkom (npr. *MBSR* trening *Mindfulness Based Stress Reduction*) kontekstu vodi poboljšanju funkcija prefrontalnog medijalnog korteksa¹⁷⁷; što je ova neuralna osnova moćnija, dalje praktikovanje postaje olakšano, a što više novostečene sposobnosti postaju „druga priroda“, tj. deo svakodnevnog odnošenja prema sebi i svetu, to delovi mozga koji je podržavaju, bivaju dalje ojačani. Za ovaj proces se danas često koristi termin *hardwiring*, preuzet iz kompjuterskog vokabulara (vidi na primer poslednju knjigu Rika Hensona *Hardwiring happiness* iz 2014.). Samousmerena neuroplastičnost (Hensonov termin) počiva na svesnom, voljnom usmeravanju pažnje na određene sadržaje i procese, koje, ukoliko se ponavlja u periodu od par nedelja, dovodi do trajnih promena u angažovanim delovima mozga. Ključni momenat za uspešnost psihoterapije ili bilo koje slične prakse samousmerene plastičnosti je postojanje intencije i svesne odluke osobe da primeni određena znanja i procedure i upusti se i istraje u njihovom praktikovanju onoliko dugo koliko je potrebno da promena bude implementirana u mozgu. Svesnost i namera intrinzičke su odlike psihoterapijskih i drugih praksi koje opisujemo kao samousmerena neuroplastičnost, a slobodna volja je u njima pragmatički vredan koncept. Uverenje i subjektivni doživljaj da smo u stanju da svesno i voljno upravljamo ne samo skeletnom mišićnom već i

¹⁷⁷ Obično se u savremenoj literaturi pominje 9 funkcija medijalnog prefrontalnog korteksa (vidi npr. Siegel, D., 2010, str. 60–64). Na ovom mestu ćemo ih samo pobrojati: telesna regulacija, usklađenost u komunikaciji, emocionalna uravnoteženost, fleksibilnost reakcija, modulacija anksioznosti, empatija, uvid, moralna svest i intuicija.

usmeravanjem pažnje i refokusiranjem pažnje sa jednog na drugi sadržaj, ključni su i neophodni sastojci ovih praksi, jer je svesno moduliranje procesa pažnje centralni proces u osnovi neuroplasticiteta.

Da li nova otkrića tesne dvosmerne veze onoga što se dešava u svesti i onoga što se dešava u mozgu predstavljaju nedvosmisleni argument za fizikalizam, ili čak za anatifizikalizam? Smatramo da priroda odnosa mozga i fenomenalne svesti tj. subjektivnog doživljajnog sveta ostaje, kao i do sada, podložna različitim metafizičkim interpretacijama. Nezavisno od toga da li smatrali da je svest u metafizičkom smislu *sui generis* fenomen ili ne, pojam fenomenalne svesti ima pragmatičku i heurističku vrednost u psihoterapijskoj praksi i istraživanju, dok se redukcionizam i eliminativizam ne pokazuju kao plodne pozicije. Videli smo da je na mozak i moždanu biohemiju moguće uticati *bottom up* intervencijama (medicinske, fizikalne intervencije, npr. psihofarmaci) i *top down* intervencijama (psihoterapijske, nefizikalne intervencije, koje polaze od domena svesti i doživljavanja) i da je za većinu psihoterapijskih problema drugi pristup efikasniji i specifičniji. Možemo čak reći da je logika *top down* pristupa epistemološki superiorna u odnosu na *bottom up* pristup.

Pokušaj maskiranja epistemičkog problema svesti sadržan je danas u jednoj vrsti govora, koja pripisuje mozgu prerogative svesnog subjekta. Ako, zaboravljajući se u entuzijazmu nove nauke, koristimo fraze poput na primer: „mozak zna...“, to nije više od *facon de parler* koji ponekad koriste i neuronaučnici, iako su oni inače uglavnom svesni postojanja epistemičkog problema. Ova fraza sadrži konceptualni problem – sve što znamo je da mozak pokazuje određenu električnu i biohemijsku aktivnost tokom spoznajnog procesa; o samom spoznajnom procesu i njegovih sadržajima može da nas izvesti samo svesni subjekat. Pitanje je da li smo u heurističkom smislu na bilo kakvom dobitku ako komuniciramo sa klijentom jezikom fenomenologije, a pravimo teoriju objektivističkim vokabularom, bez jasne logike prevođenja sa jednog jezika na drugi. To podseća na Frojdiv jezik metapsihologije, kojim je maskirao subjektivno poreklo svojih pojmova, a iz čega su nastale konceptualno problematične tvrdnje o nesvesnim entitetima kojima se pripisuju spoznajni i intencionalni kvaliteti.

Pojmove kojima barata psihoterapija nemoguće je u potpunosti objektivizirati i zato što jedan njihov, terapijski krucijalni aspekt, ostaje, po našem mišljenju, nereducibilan na njihov reprezentacioni sadržaj. Nazovimo taj aspekt impresivnošću, sledeći intuiciju

Neda Bloka, filozofa duha koji je uveo pojam fenomenalne svesti u filozofski diskurs. Blok smatra da svodenje svesti na reprezentacione sadržaje ostavlja po strani nešto što je suštinski važno. Da li se, na primer, iskustvo orgazma može u potpunosti opisati reprezentacionim sadržajem da se desio orgazam („nešto vrlo prijatno tamo dole“)? Blok smatra da ne može: „Orgazam je fenomenalno impresivan, iako nema ničeg vrlo impresivnog u reprezentacionom sadržaju da se dešava orgazam“ (Block, N., 2003, str. 11). Taj impresivni kvalitet koji doživljaj ima za subjekta glavni je motivacioni impuls u psihoterapijskom procesu i kao takav nezaobilazan. Upravo subjektivni doživljaj saznanja, uvida („aha doživljaj“), intencije, patnje, strepnje, traume, „zaglavljenosti“ (eng. *stuck*), rešenja, zadovoljstva, „toka“ (*flow*), sreće, i sl. (a ne objektivni sadržaj ovih pojmova) glavna je pokretačka sila procesa promene. Bez ove dimenzije ne dopiremo do stvarnog razumevanja dinamike psihoterapijskog procesa, slično kao što znamo da ni orgazam, bez impresivnosti, ne bi imao toliku privlačnu moć u našim životima.¹⁷⁸

Perspektiva prvog lica nezaobilazni je deo i samih neuronaučnih istraživanja, od kada su počela da se bave višim mentalnim funkcijama i kompleksnim stanjima svesti. Bez dobre fenomenologije, merenja moždanih procesa, kakvom god sofisticiranom tehnologijom, ne bi bilo moguće interpretirati. U ovom smislu perspektiva prvog lica ima epistemološki primat, ne samo u psihoterapiji već i u istraživanjima mozga – tek kada smo određena stanja i procese definisali i opisali iz perspektive prvog lica, možemo ih istraživati iz perspektive trećeg lica.¹⁷⁹ Neurofenomenologija je istraživački program koji je popularisao Francisko Varela (istorijske preteče su verovatno nemački psihijatar Ervin Štraus i ruski neuropsiholog Aleksandar Lurija), a koji, kombinacijom

¹⁷⁸Jedno impresivno subjektivno iskustvo u psihoterapiji je čuđenje. Primetili smo u praksi da je, ukoliko pitanjima uspemo da dovedemo klijenta do stanja čuđenja (uvida da nešto nije onako kako izgleda, da ne moramo da verujemo u ono u šta smo navikli da verujemo da je objektivna realnost, da postoje sasvim drugačije perspektive i mogućnosti i sl.), čuđenje često ima moć da bude tačka preokreta u psihoterapijskom procesu. Iz čuđenja ne nastaje samo filozofija (Aristotel), već i promena. Čuđenje prevazilazi čisto kognitivnu dimenziju i zato je psihoterapijski moćnija intervencija od uobičajenih kognitivnih metoda (razgovor, analiza i ubeđivanje) kojima, na primer, kognitivna terapija nastoji da inicira promenu „iracionalnih uverenja“ koja klijentu stvaraju probleme u životu.

¹⁷⁹U najinteresantnije subjekte neuronaučnih eksperimenata spadaju budistički monasi upravo zato što su dugogodišnjim treningom postali majstori u samoposmatranju i voljnom proizvođenju određenih, nestandardnih mentalnih stanja. Činjenica da su u stanju da za kratko vreme (10-20 sekundi), po volji, prizovu stanje dubokog saosećanja, blaženstva, sabranosti isl., čini snimanje i lociranje neuralnih korelata ovih stanja kod njih jednostavnijim nego kod prosečnih subjekata. Drugi razlog je naprosto spremnost nekih budističkih praktikanata, koji su, možda vođeni iprimerom Dalaj Lame, koji već dve i po decenije inicira i održava živ dijalog nauke i budizma, da se podvrgnu snimanjima u fMRI.

dve tradicionalno udaljene oblasti, u više empirijskoj i pragmatičkoj nego metafizičkoj ravni, pristupa „teškom problemu“ svesti (*hard problem of consciousness*, Čalmers).

Psihoterapija je, kao i kontemplativne prakse, za neuronauku interesantna upravo kao disciplinovana analiza i promena u domenu subjektivnog iskustva; bez ovoga bi sa stanovišta nove neuronauke bila marginalna i neinteresantna. Možemo čak reći da što više psihoterapija shvati sebe kao nauku o subjektu, koja neguje epistemološku perspektivu prvog lica, to postaje ozbiljniji partner neuronauci.

Rezimiraćemo kakve posledice, po našem mišljenju, ima susret neuronauke i psihoterapije poslednjih godina za psihoterapiju.

- 1) Ukoliko psihoterapijske nefizikalne intervencije dovode do promena i na nivou mozga, psihoterapija kao disciplina dobija novi kredibilitet. Takođe, ukoliko je psihoterapija, za stotinak godina postojanja, u odsustvu specifičnih objektivnih znanja o mozgu, uspela da razvije niz delotvornih postupaka, koje je danas moguće razumeti i kao „neuroplastične tehnologije“, perspektive prvog i drugog lica na kojima psihoterapija počiva, pokazuju se kao autonomni izvori validnog i operativnog znanja, kompatibilnog sa objektivnim saznanjima neuronauke. Korak dalje, u okviru duhovnih tradicija starih preko dve hiljade godina, kada se verovatno nije ni slutilo šta je mozak kao organ, nastale su kontemplativne prakse „samousmerenog neuroplasticiteta“ (Henson), koje se pokazuju kao najvrednije tehnike optimalizacije mozga, čiji neuralni mehanizmi su danas predmet brojnih istraživanja. Neuronaučna istraživanja zapravo nisu otkrila radikalno nove postupke promene mozga, kakve iz perspektive prvog lica nismo ni slutili, već prevashodno nude objašnjenja iz ugla trećeg lica, zašto su neki psihoterapijski ili kontemplativni postupci delotvorni. Istraživanja mozga mogu ponekad da ponude nove detalje i inspiracije, kako da postojeće prakse učinimo delotvornijim, direktnijim, primerenijim savremenim uslovima života. Tako, na primer, brojna istraživanja poslednjih godina pokazuju da čak i nekoliko minuta dnevno provedenih u stanju prisustva i sabranosti (*mindfulness*), sasvim nezavisno od bilo kakvog sistema verovanja, može da dovede do značajnog terapijskog napretka kod

depresije i anksioznosti, kao i do merljivih promena u specifičnim delovima mozga u roku od samo nekoliko nedelja. Ovu vrstu podataka nam nisu nudili tradicionalni kontemplativni tekstovi.¹⁸⁰

- 2) Neuropsihoterapija retko nudi sasvim novu logiku intervencija od one koja je već poznata u psihoterapijskoj praksi, ali može da dovede, boljim razumevanjem mehanizama u osnovi promene, do diferencijacije delotvornih i manje delotvornih ili čak kontraproduktivnih terapijskih intervencija i da time poboljša efikasnost tretmana.¹⁸¹ Videli smo da istraživanja pokazuju da sve psihoterapijske škole pokazuju srednju delotvornost na duge staze, za čiji su najveći deo zaslužni nespecifični faktori; danas smo, međutim, možda na pragu da izdvojimo i unapredimo intervencije koje su specifično delotvorne i razumemo njihove neuralne mehanizme, te time unapredimo generalnu delotvornost psihoterapijskog procesa. Vrlo zanimljivo pitanje je i kakva je razlika u vrsti fenomenoloških podataka koje daje svakodnevno nasuprot disciplinovanom samoposmatranju, te kompatibilnost jednih i drugih sa rezultatima neuroistraživanja. Ovako postavljena pitanja omogućavaju

¹⁸⁰ Danas, kada živimo u vreme velikog ubrzanja, tradicionalni načini praktikovanja psihoterapije, kao i kontemplativnih praksi verovatno će doživeti velike promene. Duh 21. veka različit je od onoga u kome je nastala psihoterapija; umesto da bude elitistička zanimacija introspektivno senzibilnih bogatih ljudi, danas se psihoterapija okreće kraćim i ciljanijim psihoterapijskim strategijama i obraća sve većem broju ljudi kojima je potrebna pomoć za uspešnije nošenje sa zahtevima svakodnevnog života. Slično je sa kontemplativnim praksama koje su često nastajale u monastičkim uslovima života; da bi čovek koji živi aktivnim životom na zapadu u 21. veku imao od njih koristi i dobrobiti, potrebno je veliko prilagođavanje, promišljanje i istraživanje šta su esencijalni sačinitelji ovih praksi i koliko vremena je neophodno da bi ipak pokazale određene dobrobiti. Plauzibilno je pretpostaviti i da se mozak menja u različitim vremenima i uslovima života; moguće je da smo u odnosu na monahe od pre hiljadu godina neke sposobnosti dobili, a neke izgubili, iako je ovakve pretpostavke teško potvrditi.

¹⁸¹ Naš je utisak, na primer, da psihoanaliza pokazuje u istraživanjima relativno nizak stepen delotvornosti u odnosu na dužinu trajanja i dugu obuku psihoanalitičara, jer postupak sledi racionalnu, linearnu logiku (analizirati problem, otkriti i odstraniti uzroke), koja je, neurološki gledano, ograničena na mali deo mozga (i to ne onaj deo u kome su pohranjena traumatična iskustva!) i nije nužno dobra neurologika celog mozga. Klasični psihoanalitički tretman počinje od problema i ostaje u bavljenju problemom. Ukoliko danas znamo da naše mentalne aktivnosti koje se ponavljaju, dovode do neurogeneze u angažovanim delovima mozga, možemo da postavimo pitanje: šta zapravo radimo, kada se godinama bavimo ekstenzivnim analiziranjem i proživljavanjem mučnih emocija i problematičnih odnosa, trasirajući ih do njihovih izvora u detinjstvu? Šta radimo kada podstičemo puni razvoj „transferne neuroze“ da bismo mogli da je analiziramo? Na kraju, da li preterano dugo ostajanje u prostoru problema potire pozitivno dejstvo psihoterapijskog odnosa, uvida i drugih delotvornih sačinitelja procesa, što za ishod ima opšti relativno nizak nivo efikasnosti. Bolja neurologika bi bila aktivacija svih očuvanih resursa i motivacije klijenta, te dovođenje mozga u optimalnije stanje za mišljenje, učenje i rešavanje problema na samom početku psihoterapije, tako da čitav proces može da teče glatkije i brže.

bolji protok informacija i obostrane uticaje između psihoterapije i bazične nauke, koji je dosada uglavnom funkcionisao u slučaju BT i KBT, ali retko i drugih terapijskih škola.

- 3) Nove neurotehnologije doprineće korekciji dijagnostičkog sistema; identifikacija moždanih struktura i procesa koji su u osnovi pojedinih disfunkcija, dopuniće bihejvioralne i fenomenološke podatke na kojima sistem uglavnom počiva. Verovatno je da će ova korekcija ponekad imati i terapijske konsekvence. Tako, na primer, Danijel Amen koristi u svojoj klinici *SPECT imaging* tehnologiju snimanja mozga (*Single-Photon Emission Computerized Tomography*) u dijagnostici *ADHD*, pomoću koje je definisao 6 podtipova ovog poremećaja; za svaki od podtipova je indicirana ponešto različita terapijska strategija. Džefri Švarc na sličan način koristi *fMRI imaging* (*functional Magnet Resonance Imaging*) u dijagnostici opsesivno-kompulsivnog poremećaja. Snimanje mozga, samo po sebi, međutim, ne daje direktno uput za terapijsku intervenciju, ono je samo dodatno dijagnostičko sredstvo, koje, uz razgovor i tradicionalne postupke, može da precizira terapijsku strategiju. Skupe neurotehnologije će verovatno ostati primarno istraživačko i samo iznimno dijagnostičko sredstvo; one uglavnom nisu neophodne za psihoterapijsku praksu. Epistemički napredak koji bi doneli u odnosu na cenu, vreme i znanje potrebno za analizu rezultata, verovatno ne bi bio naročito veliki. No smatramo da je interesatno ponekad razmišljati o snimanju mozga kao eventualnom novom izvoru informacija i ideja, u slučajevima kada se psihoterapijski proces zaglavi.

U psihoterapiji, najdirektnije i najjeftinije dijagnostičko sredstvo ipak predstavljaju i dalje dobra pitanja. Klijenti su uglavnom u stanju da daju veoma precizne odgovore o svom unutrašnjem stanju, o napredovanju procesa, o mestima „zaglavljenja“ ukoliko im se postave precizna pitanja. Povratna informacija koju daje subjekt iz ugla prvog lica obično je suptilnija nego ono što je moguće snimiti aparatom.

- 4) Istraživanje mozga doprineće ne samo izdvajanju i boljem razumevanju generalno delotvornih sačinitelja psihoterapijskog procesa, već eventualno i kreiranju specifičnih strategija koje proističu iz istraživanja neuralnih koralata i biohemijske osnove psihijatrijskih poremećaja.

Grave smatra u svojoj knjizi iz 2004. da je za sada najbolje istražena neurobiologija depresije i posttraumatskog sindroma, dok o anksioznim i kompulsivnim poremećajima znamo manje.

- 5) Psihoterapijski postupci su ranije bili više usmereni ka tome da otvore klijenta ka novim, pozitivnijim, zdravijim iskustvima, kognicijama, emocionalnim stanjima, nego da to novo sistematski implementiraju. Neuronauka stavlja naglasak na značaj svesne, intencionalne implementacije novog kao jedan od važnih puteva povećanja efikasnosti psihoterapije. Pozitivne emocije i uvidi tokom psihoterapijske seanse mogu biti lako „potrošeni“ u svakodnevnom životu, a stari obrasci, koji su mnogo puta ponavljani i koji su već dobro učvršćeni u mozgu, obično neće po sebi nestati. Jedan značajan uslov za implementaciju novog iz neuroperspektive je usporavanje mentalnih procesa i razvoj stava posmatranja i receptivnosti, jer su stariji moždani sistemi, gde su često locirani problemi i traume, mnogo sporiji od misli, tj. od neokortikalnih struktura. Da bi se desila trajna promena, potrebno je u ovim slučajevima dopreti do somatske, emocionalne memorije, za šta su „levohemisferični“, verbalni ili „*top down*“ pristupi nedovoljni. Neuronauka skreće pažnju psihoterapeuta u pravcu sistematske primene faktora od kojih zavisi implementacija novih, pozitivnih iskustava, tako da ona od stanja pređu u trajnu crtu (eng. *state into trait*), kao što su: trajanje, intenzitet, bogatstvo doživljaja, po mogućstvu u različitim čulnim modalitetima, uključivanje somatskog doživljaja, novina, interesantnost.
- 6) Na kraju, korišćenje jezika neuronauke u kontekstu psihoterapijskog procesa možemo delom shvatiti i kao moćnu sugestivnu intervenciju – autoritet nauke, prodor novih znanja o mozgu kroz medije do opšte populacije, uobičajeni utisak klijenta da je mozak nešto opipljivo i konkretno, te danas vrlo rašireno verovanje u materiju i materijalno, daju posebnu težinu „neuronarativu“ u odnosu na većinu drugih psihoterapijskih narativa.¹⁸² Pri tome su „neuroplasticitet“ i „retreniranje

¹⁸² Ovde govorimo o uticaju neuronauke na psihoterapiju u drugoj ravni od one u stavkama 1–4. Neuro-jezik u psihoterapiji može biti zgodan, kada je u skladu sa pogledom na svet klijenta. Ovde glavnu ulogu igra, kakvu sliku o mozgu klijent ima u odnosu na svoj problem i mogućnost promene – da li je mozak

mozga“ naročito terapijski korisni pojmovi, koji se savremenom čoveku dopadaju i ulivaju novo poverenje i optimizam da mogu da promene nešto u svom životu nabolje. U tom smislu, neuropsihoterapiju možemo videti i kao novi psihoterapijski mit.

Dosada su se psihoterapijski pravci oslanjali na različite psihološke modele, a neuropsihoterapija uvodi dodatno neuronaučna znanja i modele u promišljanje psihoterapijskih strategija i intervencija. Neuropsihoterapija proširuje znanja o nastanku disfunkcionalnih stanja, ponekad može da poboljša dijagnostički postupak, omogućiti bolje razumevanje mehanizama delovanja intervencija, te poboljšanje njihove delotvornosti. Kako nas narednih decenija očekuje dalji napredak neuronauke, pred psihoterapijom stoji zadatak da pronade novu ravnotežu sa burnim razvojem ove discipline, koja nudi za praksu niz korisnih i inspirativnih saznanja, ali i izazov nekritičke neurobiologizacije duha, tj. identifikacije psihe za slikom moždane aktivacije. Ovakva redukcija je uvek simplifikacija, jer su klijentov i terapeutov doživljajni svet mnogo bogatiji od slike moždane aktivnosti, a mentalna plastičnost (u smislu sposobnosti da doživimo i zamislimo nešto novo) veća je od neuroplastičnosti.

Podrška konceptu neuropsihoterapije, u heurističkom i pragmatičkom smislu, međutim, po našem mišljenju, uopšte ne mora da vodi u redukcionizam; štaviše, mislimo da neuropsihoterapija ne može ni da se razvija u okviru redukcionističke paradigme, jer je svaki dalji napredak u istraživanju neuralne osnove kompleksnih procesa, koji su u osnovi psihoterapije, nemoguć bez dobre fenomenologije i kliničkog iskustva. Autonomija psihoterapije, kao i autonomija perspektive prvog lica nisu ugrožene razvojem neuronauke, već dovedene u dinamičan i interesantan odnos sa novom oblašću znanja.

Perspektiva i metode prvog lica nisu samo sredstvo rada u psihoterapiji, već se razvoj sposobnosti klijenta da bude u kontaktu sa sopstvenim doživljajnim svetom, posmatra ga i utiče na njega, može shvatiti i kao psihoterapijski cilj. U tom smislu u perspektivi prvog lica, načinu na koji se svet pojavljuje svesnom subjektu, začinju se i

nepromenljiv, a geni sudbina, ili je, kao što nam savremena neuronauka sugerise, mozak fleksibilan organ na koji možemo uticati. Isto tako je, na primer, kod religiozne osobe, terapijski relevantno, kakvu subjektivnu sliku ima o bogu, da li ga doživljava kao ograničavajuću i kažnjavajuću instancu, ili, na primer, kao prostor beskonačnih mogućnosti i podrške.

psihoterapijski problemi i rešenja, a terapijski napredak je u učenju veštine uspešnijeg navigiranja u tom prostoru. Bazično poverenje u sopstveno iskustvo u odnosu na autoritet objektivnih spoljašnjih kriterijuma (kao što je slika moždane aktivnosti) preduslov je uspešne navigacije. Svesna voljna odluka da nešto promenimo (retreniramo mozak) ključni je element uspeha u procesu. Bez saglasnosti, kooperacije i odluke klijenta, koja nastaje iz dimenzije subjektivnog samorazumevanja, malo toga se može uraditi u psihoterapiji, koliko god znanja o mozgu imali.

4.7. Svesnost kao varijabla u psihoterapijskim teorijama, metodama i ciljevima

U ovom odeljku ćemo analizirati značaj i ulogu koje različiti psihoterapijski modaliteti pridaju svesti, svesnosti i osvešćivanju. Sve psihoterapije nude prostor za nova učenja u oblasti subjektivnog doživljavanja, ali sa različitim fokusom i pridajući ovom procesu različit teorijski značaj i interpretaciju. Pri tome, mesto koje svesnost ima u teorijskoj refleksiji i postavljanju psihoterapijskih ciljeva nije uvek identično sa onim što možemo da posmatramo u konkretnim terapijskim postupcima i klijentovom iskustvu sa njima. Naš cilj u ovom odeljku je konceptualna analiza, u smislu izdvajanja bazičnih obrazaca, za šta su najpogodniji čisti modeli, te će bogatstvo varijacija unutar psihoterapijskih pravaca, kao i integrativni psihoterapijski pristupi koji su sa razlogom sve više zastupljeni u savremenoj psihoterapiji, ostati po strani. Takođe se nećemo baviti teorijskim i tehničkim aspektima odabranih modaliteta koji nisu direktno povezani sa problemima svesti i subjektivnosti. Nalaze ćemo rezimirati u tabeli na kraju odeljka. Kako na psihoterapijskoj sceni danas postoji više stotina psihoterapijskih modaliteta, odlučili smo se za jedan uzorak koji istovremeno dobro reprezentuje *mainstream* i raznovrsnost psihoterapijskog mišljenja i ideja.

4.7.1. Frojdova psihoanaliza

Sigmund Frojd, osnivač psihoterapije, formulisao je njen cilj kao osvešćivanje nesvesnog i taj cilj je, u najrazličitijim varijantama i reformulacijama, ostao nit vodilja čitave discipline do danas. Ono što je Frojd podrazumevao pod svešću, nesvesnim i

osvešćivanjem, međutim, često je različito od shvatanja istog u kasnijim psihoterapijskim pravcima.

Frojd je svoje promišljanje nesvesnih procesa u psihi počeo u epistemološkoj ravni. On polazi od primera kao što su prisećanje zaboravljenog sadržaja ili iskustva praznine u činjenicama svesti, koje zahteva interpoliranje nesvesnih duševnih akata van opsega neposrednog i prezentnog, radi razumevanja smisla i povezanosti svesnog iskustva. Frojd rezonuje da, kao što pripisujemo svest drugom čoveku *per analogiam* na osnovu opazivih ispoljavanja i da bismo ga razumeli, tako bismo morali da pretpostavimo drugu svest u sebi koja nam je tuđa i nepoznata, kada primetimo akte koje ne možemo da povežemo sa ostatkom svog psihičkog života (kao na primer omaške, sadržaje snova i sl.). Kako ti latentni procesi poseduju izvesnu nezavisnost, izgleda gotovo kao da oni pripadaju nekoj drugoj osobi. To bi, međutim, bila svest kojoj nedostaje glavno svojstvo svesti; stoga Frojd odlučuje da postulira postojanje psihičkih akata kojima nedostaje svest. (Freud, S., 1957, str. 169–170). Sve dovde se Frojd kreće u okvirima introspektivnog posmatranja i rezonovanja, te ideja o nesvesnim procesima koje su već bile u opticaju od Lajbnica. Uvođenjem metapsihologije, Frojd, međutim, pravi zaokret ka ontologizaciji nesvesnih procesa. Nesvesni procesi nisu više diskutovani u epistemološkom kontekstu (da li i kako mogu da znam ono što se dešava u mojoj psihi), već nesvesno postaje, u spacijalnom i dinamičkom smislu, nezavisna struktura u okviru psihe, koja je principijelno netransparentna svesnom subjektu. Pri tome, primetimo, da je nesvesno konceptualizovano po modelu „druge svesti“, koja pripada drugom subjektu sa spoznajnim i intencionalnim prerogativima. Metapsihološka teoretisanja potom idu u pravcu pseudoobjektivnog opisa nesvesnih procesa i sukoba interesa između tri nesvesne instance ličnosti – ida, superega i nesvesnog dela ega. Ovakav „metafizički robustan“ koncept nesvesnog bio je kritikovan od mnogih autora, a u praksi napušten kao model od svih fenomenološki orijentisanih psihoterapijskih modaliteta. Erih Fromm je termin nesvesno smatrao mistifikacijom. On smatra da postoje iskustva kojih smo svesni i kojih nismo svesni, ali da ne postoji nesvesno kao misteriozno mesto u kome su pohranjena nesvesna iskustva (Fromm, E., 1980, str. 89) Džon Serl je Frojdiv koncept nesvesnog kritikovao zbog nedostatka koherentnosti. Nekoherentnost se ne ogleda u ideji da nesvesni procesi mogu činiti osnovu svesnog psihičkog života, već u postuliranju nesvesnih misli u nekom privilegovanom regionu psihe, koji je principijelno neproziran svesti, dakle misli kojih niko nije svestan (Searle, J., 1994, str.

151–173). Za nas je najinteresantnije pitanje, kakvu ulogu ovakav pojam nesvesnog igra u koncipiranju terapijske situacije.

Frojd je, pretpostavkom potiskivanja kao nesvesnog mehanizma odbrane koji drži niz psihičkih sadržaja daleko od svesti, povukao između svesti i nesvesnog neprozirnu zavesu. To znači da je klijentu sopstvena struktura ličnosti introspektivno netransparentna, dakle, iz ugla prvog lica, esencijalno nedostupna. Kako je osnovna karakterna struktura zacementirana do pete, šeste godine života u nesvesnom, normalan tok života i svesnog iskustva je ne može promeniti. Promena je moguća samo preko rekonstrukcije ličnosti kroz psihoanalitičku terapiju. Njeni ciljevi su restauriranje svesti, koja je sužena usled potiskivanja, prisećanjem i jačanje ega i principa realnosti koji on reprezentuje, na račun ida i superega. „Tamo gde je bio id neka bude ego“ – moto je psihoanalitičkog projekta. „Cilj naših napora možemo izraziti različitim formulama: učiniti svesnim nesvesno, otkloniti potiskivanja, ispuniti amnestičke praznine, sve to izlazi na isto.“ – piše Frojd (Frojd, S., 1969, str. 407). Ovo osveščivanje u krajnjoj liniji znači racionalniji pristup životu i njegovim ograničenjima, manje borbe sa pritiskom instinktivnog (id) i iracionalnim osećanjem krivice (superego). Pošto antagonizam instinktivnog i socijalnog ostaje, neurotičnu patnju može da zameni svakodnevna patnja.

Kako je osveščivanje nesvesnog uopšte moguće? Slobodne asocijacije i snovi klijenta predstavljaju glavni materijal sa kojim radi terapeut. U njima se manifestuje ono što je sa druge strane zavesu i to u kamufliranom, simboličkom obliku. Terapeut ništa od onoga što klijent iznosi ne uzima zdravo za gotovo, već sluša skrivena značenja i lovi inkonzistencije. Tako gradi hipoteze o nesvesnim procesima. Osnovna tehnika psihoanalize je analiza i interpretacija otpora i transfera. Otpor je sve što se opire terapijskim ciljevima – osveščivanju i promeni. Transfer (koji je takođe vrsta otpora) je prenošenje osećanja i fantazija vezanih za osobe iz detinjstva na terapeuta, koji namerno neguje anonimnost i distanciranost, da bi bio bolje „projekciono platno“ za klijenta. Interpretacije otpora i transfera koje nudi psihoanalitičar moraju biti dobro uvremene, date u trenutku kada je klijent u stanju da ih primi. One pospešuju njegov proces uvida u sopstvene nesvesne procese. Čisto intelektualni uvid nije dovoljan, važno je da bude proživljen i prorađen iz različitih uglova. Ponekad su uvidi praćeni emocionalnim katartičkim oduškom, što se, ipak, ne smatra neophodnim u psihoanalizi.

Kroz rekonstrukciju svog iskustava iz detinjstva klijent postiže postepeno bolje samorazumevanje. Terapija se okončava kad je klijent razumeo svoje simptome njihovo poreklo i funkciju i smanjio defanzivnost u odnosu na terapeuta, kao i osobe i situacije iz ličnog života.

Iz dosadašnje diskusije postalo je jasno da kao najveći problem psihoanalize vidimo njen metapsihološki zaokret, do koga je Frojdu bilo toliko stalo. Nije sasvim jasno u čemu je epistemička i metodološka vrednost postuliranja nesvesnog kao intrapsihičke realnosti skrivene iza svesti, nedostupne njenom nosiocu i dostupne jedino dubinskoj psihologiji. Nesvesne procese je moguće konceptualizovati na jednostavnije načine, koji sugerišu brojne postupke kojima terapeut može da ih učini dostupnim samom klijentu (pitanja, ponuda različitih vežbi i iskustvenih eksperimenata). Na ovaj način on afirmiše i pomaže razvoj klijentove „ekspertske“ kompetencije u domenu sopstvenog subjektivnog iskustva, umesto da sam „lovi“ ono što je skriveno iza zavese i na osnovu znakova konstruiše interpretacije, „otuđivši“ najpre nesvesno od klijentove svesti. Tako je, na primer, nesvesne procese moguće shvatiti kao implicitne procese, kao u pojmu implicitne memorije u savremenoj kognitivnoj psihologiji, koji se odnosi na tip memorije u kome prethodna iskustva učestvuju u sadašnjem ponašanju, bez da smo u ovom trenutku svesni tih prethodnih iskustava. Delom ih takođe možemo videti kao automatske i nevoljne procese, delom kao neverbalne, preverbalne i transverbalne (koji su teško uopšte podložni verbalizaciji) procese, koji ostaju u pozadini, van fokusa verbalne i svesne komunikacije. Osvestiti nesvesno u generalnom smislu, iz ovog ugla, nije ni moguće ni poželjno; mnogi nesvesni procesi su korisni i normalni. U terapiji osvešćujemo samo aspekte nesvesnih obrazaca koji su problematični i koje želimo da promenimo. Frojdov pojam potiskivanja (represija je kod Frojda dramatičan i nesvestan proces, za razliku od supresije neprijatnih misli i emocija, koja je svakodnevni fenomen, dostupan svesti¹⁸³), koji je postavio u temelje svoje teorije i pridao mu univerzalnu funkciju u ljudskoj psihi, zapravo je najsmislaonije povezati sa specifičnim fenomenom

¹⁸³ Pokušaj Dolarda i Milera da prevedu Frojdov pojam represije na jezik psihologije učenja kao učenje reakcije izbegavanja pre nam izgleda kao njihova reinerpretacija Frojdovog pojma nego kao prevod. Učenje reakcije izbegavanja može dobro da opiše supresiju neprijatnih misli i naročito emocija, što je postepen proces koji bi se teško mogao opisati kao nesvestan. Njegov krajnji rezultat posle više ponavljanja može biti da osoba prestaje da bude svesna određenog mentalnog sadržaja. Frojdovo potiskivanje nam više liči na fenomen disocijacije, do koga dolazi u slučaju traume, koji je uopšte teško proučavati u laboratorijskim uslovima. Supresija neprijatnih emocija je mnogo univerzalniji fenomen i mnogo prisutniji u svakodnevnoj psihoterapijskoj praksi od disocijativne amnezije.

disocijativnog poremećaja, do koga dolazi ponekad u traumatskim iskustvima. Jedna njegova manifestacija može biti amnezija, a druga otupljen kontakt sa telom i doživljajnim svetom, kao rezultat instinktivne reakcije zamrzavanja pred preplavljajućim iskustvom, a koja postoji, ne samo kod čoveka nego i kod mnogih životinja (Levine, P., 2008). Disocijativni poremećaj svakako nije univerzalno prisutan sačinitelj psihičkog funkcionisanja. Ne treba zaboraviti ni da je Frojd gradio svoja shvatanja prevashodno u radu sa histeričnim poremećajima, koji su veoma specifični, a koji su danas postli pravi raritet. Dejvid Holms je zaključio, pregledajući laboratorijska istraživanja izvedena tokom 60 godina, da za Frojdiv koncept potiskivanja i simboličko vraćanje potisnutog u svest, ne postoji pozitivna empirijska evidencija (Holmes, D., 1990).

Frojdiv je, polazeći od ideje o fiksnoj strukturi ličnosti zacementiranoj nesvesnim mehanizmima odbrane, po našem mišljenju, konstruisao terapijsku situaciju, tako da terapija mora da traje dugo, jer se do krajnjeg cilja – autonomije klijenta u odnosu na terapeuta, dolazi na vrlo zaobilazan, a ponekad i rizičan način – podsticanjem regresije, vezivanja i odigravanja u odnosu sa terapeutom svih problematičnih aspekata odnosa sa značajnim osobama iz prošlosti (podsticanje transferne neuroze, koja je *differentia specifica* psihoanalitičkog metoda). Dovoljno je da pogledamo razliku između psihoanalitičke instrukcije (osnovnog pravila): „Recite mi sve što vam padne na pamet, bez pokušaja da bilo šta kontrolišete i cenzurišete“ i instrukcije kakvu koriste često savremeni terapeuti i kojoj smo mi skloni: „Recite mi o tome ono što želite da mi kažete i što mislite da bih ja trebalo da znam da bismo mogli na tome da radimo“. Prva instrukcija je poziv na regresiju, predavanje kontrole, a mogli bismo čak reći i da konstruiše terapijsku situaciju u „sado-mazohističkom“ maniru, gde se jedna strana „izručuje“ drugoj, koja zadržava potpunu kontrolu. Ovaj efekat je pojačan time što prva osoba leži na kauču, a druga sedi iza nje i van njenog vizuelnog polja. Ovako postavljena situacija je, po našem mišljenju, istovremeno recept za prizivanje otpora.¹⁸⁴ Druga instrukcija poziva klijenta od početka na autonomiju, samoposmatranje i refleksiju o sopstvenoj motivaciji, granicama do kojih hoće da ide u intimnosti i o svojoj

¹⁸⁴ Ideja da je sve što se protivi analizi otpor, kao deo patološkog procesa, koji treba interpretacijom savladati, prilično je ekstremna stav. Otpori u sebi nose uvek i važne resurse za klijenta, a želja za promenom u pozadini nosi svoju suprotnost u potrebi za stabilnošću i sigurnošću. Respektovanje obe potrebe, kao i samog „otpora“ od strane terapeuta, smanjuje defanzivnost klijenta i utrošak vremena i energije.

temi iz ugla: šta bi druga osoba stvarno morala da zna o tome da bi me razumela. Šta se uči u ove dve terapijske situacije? U prvoj, prepuštanje infantilnoj zavisnosti i otpor tom prepuštanju, te, posle više godina ponavljanja i interpretiranja, korak ka slobodi od tog obrasca. U drugoj situaciji osoba uči od prvog trenutka autonomiju kao sopstveni resurs (instrukcija je poziv za njenu demonstraciju i vežbanje) i kao vrednost.

Na ovom mestu ćemo napraviti kratku napomenu da je psihoanaliza kao prva i dugo gotovo jedina psihoterapijska ponuda, bila okvir u kome su se razvile veoma različite škole mišljenja i postupci koji su značajno odstupali od Frojdovog, zadržavši pri tome lojalnost prema osnivaču psihoanalize. Pomenućemo sledeće: teorija odnosa sa objektom, ego psihologija, socijalna psihoanaliza, psihologija selfa, relacionalna psihoanaliza. U ravni metodologije, širenje psihoanalize je dovelo do pojave reformisane psihoanalitičke terapije, koja je obično poznata kao analitički (ponekad dinamski) orijentisana psihoterapija. Ona je namenjena širem krugu klijenata, kraća je, ima manje radikalne ciljeve i odstupa od jednog ili više postulata klasične psihoanalitičke tehnike kako smo je opisali. Umesto restrukturacije ličnosti, ona cilja ka manjim promenama u pravcu bolje adaptacije, više u domenu aktuelne situacije i interpersonalnih odnosa nego prorađivanja intrapsihičkog konflikata. Terapeut se ne drži stroge neutralnosti, ima sa klijentom *vis-a-vis* kontakt, aktivniji je, te može biti više suportivan i sugestivan. Analiza otpora i transfera je selektivna, a terapijska situacija ne podstiče primarno regresiju i transfernu neurozu. Za potrebe konceptualne analize nam je bio zanimljiviji klasični model psihoanalize, s obzirom na to da on jasnije demonstrira spregu psihoanalitičkog koncepta svesti i nesvesnog sa logikom terapijskog postupka od brojnih odstupanja Frojdovih sledbenika, u pravcu uključivanja elemenata drugih psihoterapijskih modela i shvatanja.

Za razliku od varijeteta u okviru psihoanalitičke tradicije, pomenućemo ovde sasvim kratko i bez detaljne analize dva disidenta iz rane istorije psihoanalize, koji su potpuno napustili psihoanalitički pokret i psihoterapiju iz njenih bioloških i prirodnonaučnih okvira povelu u sasvim drugim pravcima – Junga i Adlera. Psihoterapijski pravci koje su oni razvili neće biti dalje analizirani.

4.7.2. Jungova analitička psihologija

Jung je rano počeo da traži referentni okvir za svoje shvatanje i terapanje psihe pre u istoriji kulture i religije, antropologiji i mitologiji, nego u biologiji. Posle Frojdivog zahteva da mu obeća da nikada neće napustiti seksualnu teoriju („Seksualna teorija je najbitniji deo svega. Vidite, moramo da napravimo dogmu, jedan čvrsti bedem od nje“ iz Jung. C. G. 1989, str. 153), Jung se definitivno povukao od svog mentora i pošao sopstvenim putem. Rad sa klijentima u srednjem životnom dobu ga je uverio da je kod njih važnija motivaciona determinanta traženje smisla u životu od zadovoljenja nagona, a da dimenzija budućnosti može snažnije da utiče na oblikovanje sadašnjosti, od prošlosti. Njegovo shvatanje nesvesnog je takođe potpuno različito od Frojdivog; umesto da bude ratno poprište između potisnutih instinktivnih pulzija i mehanizama odbrane, nesvesno je kreativni rezervoar, ne samo individualnih već i univerzalnih ljudskih iskustava, sa samoorganizacionim kvalitetima. Slobodne asocijacije i simbolika snova, naime, nemaju pokrivaću, maskirajuću, već pre otkrivajuću i prospektivnu funkciju. Snovi otkrivaju ono što je u psihi zapostavljeno u svakodnevnom životu, a što je potrebno integrisati kao balans jednostranosti naše svesne orijentacije.

Jung je psihoterapiju odveo potpuno u pravcu duhovnonaučne, interpretativne discipline. Jungovo grandiozno i inspirativno delo decenijama je bilo utočište svima koje je interesovalo povezivanje psihoterapijskog rada sa kulturnom antropologijom i duhovnim tradicijama. Iza Junga je ostala psihoterapijska škola koja je prilično izolovana i malo zainteresovana za kontakt sa naučnom zajednicom. Jungove teorijske postavke često uopšte i nisu testabilne, te je moguće diskutovati ih jedino u hermeneutičkoj ravni.¹⁸⁵

¹⁸⁵ Interesantan primer jedne takve kritike je kritika Jungovog psihološkog komentara prevoda *Tibetanske knjige mrtvih* (1935) iz pera tibetologa Džona Rejnoldsa (vidi Reynolds, J., *Self-Liberation through seeing with naked awareness*, 1989). Ovde Rejnolds pokazuje kako je Jung pogrešno interpretirao tibetanske budističke pojmove koji se odnose na duh i svest, vođen delimično sopstvenim shvatanjem strukture psihe, a delimično nekompetentnim prevodom teksta od strane Evansa Venca. Za razliku od Jungovih interpretacija alhemijjskih spisa, gde je nemoguće konsultovati autentične predstavnike tradicije, tibetanski budistički učitelji, živi nosioci transmisionih linija u interpretaciji tekstova, koje su negovane u okviru škola tibetanskog budizma, počeli su od šezdesetih godina da dolaze na Zapad, te je Jung, da je živio desetak godina duže, mogao da ih lično sretne i konsultuje.

4.7.3. Adlerova individualna psihologija

Adler je drugi Frojđov učenik koji je razvio sasvim različita shvatanja ljudske psihe i psihoterapijske situacije, što je rezultovalo njegovim napuštanjem Frojđda i osnivanjem Društva za individualnu psihologiju 1912. Inspirisan Fajingerovom filozofijom „kao da“, Adler je verovao da ljudi žive sopstvene fikcije o tome kakav bi život trebalo da bude i da ih bolje možemo razumeti ako znamo kuda idu nego odakle dolaze. Adler vodi psihoterapiju u pravcu psihološke fenomenologije, u smislu pokušaja terapeuta da vidi stvarnost iz klijentovog subjektivnog referentnog okvira – vrednosti, uverenja, stavova, interesovanja, smisla, ciljeva, životnog stila. Ove subjektivne interpretacije mogu doći u konflikt sa socijalnim okruženjem i proizvesti obeshrabrenje i patnju. Ljudima je potreban odnos sa drugima zasnovan na podršci i razumevanju. Zato je i terapijska situacija koncipirana kao kolaborativni proces u kome su centralni procesi reedukacija i reorijentacija, a ne lečenje. Ljudi se ne menjaju, ne zbog otpora, već zato što ne vide greške u svojoj privatnoj logici, ne znaju za bolje i imaju strah od promene i novog. Psihoterapeut pruža podršku, ohrabrenje i zajedničku refleksiju o ispravnosti klijentovih uverenja i načina na koji ova oblikuju njegov život. Adlerova shvatanja psihoterapije, u tom smislu, direktna su preteča humanističkih i kognitivno-bihejvioralnih terapija.

4.7.4. Bihejvioralni i kognitivno bihejvioralni pristupi

Bihejvioralna terapija nastala je pedesetih godina, istovremeno na tri mesta, u Velikoj Britaniji, Americi i Južnoafričkoj Republici. Bihejvioralna terapija ima poreklo u akademskoj psihologiji tog vremena, koja je bila dominantno bihejvioristički obojena i nastupila je frontalno antagonistički u odnosu na psihoanalizu, njenu teoriju, postupke i ciljeve. Jedina prednost koju je u početku imala u odnosu na, u psihijatriji već etabliranu psihoanalizu, bilo je naučno poreklo i odlučnost da primeni postupke modifikacije ponašanja proučavane u laboratorijama (uglavnom na životinjama) sa istim naučnim rigorom u terapijskoj situaciji, tj. da terapiju promovise kao primenjenu nauku. Kratko trajanje i uspesi u tretiranju fobija i anksioznih poremećaja, potvrđeni evaluacionim

studijama, kojima psihoanaliza nije mogla da se pohvali, prokrčili su put BT na terapijsku scenu. BT je startovala parolom da se bavi promenom ponašanja, a ne terapanjem psihe poput drugih; zato će za nas centralno biti da pokažemo kako svest i unutrašnji subjektivni svet figuriraju u klasičnoj BT, a zatim u dva njena naredna razvojna talasa – osamdesetih i devedesetih, kada se delom transformisala u kognitivnu bihevioralnu terapiju i u 21. veku (krajem devedesetih i intenzivno od 2000), kada je uključila, za potrebe terapijske situacije modifikovane meditativne postupke (*mindfulness–awareness*), preuzete uglavnom iz budizma, često kao centralne intervencije i istovremeno napravila veliki prodor u medicinu (tzv. bihevioralna medicina).

Bihevioralna terapija je startovala sa sličnim fizikalističko-determinističkim premisama kao psihoanaliza, bar kada je reč o opštoj slici o čoveku koju je promovisala. Prošlost (istorija učenja) i spoljašnji, sredinski faktori, determinante su aktuelnog ponašanja i simptoma sa kojima dolazi klijent. Umesto da se, međutim, fokusiraju na etiologiju poremećaja i ličnost, bihevioralni terapeuti usmeravaju pažnju na minucioznu analizu konkretnih problematičnih ponašanja i simptoma u „ovde i sada“. Terapeut pri tome nastoji da imitira eksperimentatora, operacionalizuje varijable, postavi i testira hipoteze. Primetimo ovde da je BT imitacija naučnog postupka zapravo veoma blizu pravom naučnom postupku, dok je Frojdova bila sasvim metaforička. BT se nekada definiše kao primena zakonitosti, principa i teorija učenja poreklom iz eksperimentalne psihologije učenja na terapijsku situaciju. Jedan od najznačajnijih predstavnika BT, Lazarus, međutim, smatra da je BT empirijski orijentisan eklektički skup postupaka, bez jasne teorijske pozadine (Lazarus, A., 1978). Veza sa laboratorijskim istraživanjima u različitim BT postupcima nije svuda podjednako jaka; BT je sklona da uključi i zdravorazumske metode modifikacije ponašanja, ukoliko se pokaže da rade.

BT je od strane psihoanalitičara etiketirana kao površna i simptomatska terapija; stoga su bihevioralni terapeuti uložili napor da pokažu da se simptomi eliminisani BT postupcima ne vraćaju i ne pomeraju, kako bi po psihoanalitičkoj teoriji moralo da se desi. BT čak eksplicitno tvrdi da poznavanje uzroka nekog neadaptivnog ponašanja nije ni dovoljan ni nužan uslov za njegovu promenu. Uvid u uzroke se nekada dešava pre, nekada posle bihevioralne promene, a nekada potpuno izostaje.

BT je prva unela tri, po našem mišljenju, presudno važne intervencije u psihoterapijski rad. Jedna je precizna operacionalizacija problema i ciljeva terapije, koju vidimo kao istovremeno dijagnostičku i terapijsku intervenciju, a o čijem značaju smo već pisali. Druga je terapijski ugovor, koji polazi od želja i motivacije klijenta; ukoliko, dakle, klijent dolazi sa simptomom koji izaziva akutnu patnju u njegovom životu, terapeut prihvata da radi direktno sa tim, onako kako je klijent definisao tegobu. Ugovor ima etičku dimenziju, jer prepušta klijentu da definiše kakvu vrstu promene želi (podrazumeva se da ugovor mora biti takođe u skladu sa etičkim standardima terapeuta), ali se na ovaj način takođe izbegavaju otpori, jer je motivacija klijenta od početka respektovana. Postupci su, naročito kasnije u multimodalnim pristupima, (Lazarus) specifično krojeni prema potrebama klijenta i uz njegovu saglasnost. Treća novina je uvođenje domaćih zadataka, koje klijenti rade između seansi, primenjujući ono što su naučili odmah u svakodnevnim situacijama. Time klijent preuzima aktivnu ulogu i stiče od početka iskustvo kako da sam sebi pomogne.

Negativna strana BT je bio enormno uzan okvir za sagledavanje ljudskih problema i patnje (prezet najvećim delom iz životinjske psihologije), sa kojim je startovala. Ona je zapostavila bogatstvo unutrašnjeg sveta na račun naučnosti i pragmatičnosti. BT je u početku takođe zapostavljala značaj terapijskog odnosa između klijenta i terapeuta, kao jedne od ključnih terapijskih varijabli, na račun dominantno tehničkog pristupa; vremenom, izgleda, sazreva spoznaja da negovanje odnosa i tehnički strukturiranog pristupa ne moraju da budu nespojive suprotnosti. Sa druge strane, ovaj *bottom up* pristup u gradnji terapijskih postupaka, imao je izvesnu prednost, jer je sa manje dogmatizma bio otvoren da prihvati nove postupke i ideje, pod uslovom da su terapijski korisni i da im je moguće pristupiti naučnom metodologijom. Dobar primer predstavlja recepcija budističkih kontemplativnih praksi, koje su, u odnosu na zapadnu psihoterapiju, bile dugo vremena nešto drugo i nepoznato. Dok su psihoanalitičari, u pokušaju da iz svog ugla sagledaju budističke tekstove i prakse, produkovali niz masivnih misinterpretacija (počev od antologijskog primera nesporazuma iz pera Franca Aleksandera u članku „Budistički trening kao veštačka katatonija“ iz 1931), bihejvioralni terapeuti su pokazali znatno više opreza i otvorenosti. Psihoanalitičari su „čitali“ budističke prakse kroz naočare sa „visokom psihoanalitičkom dioptrijom“, koje su ponekad deformisale „tekst“ do neprepoznatljivosti, a neki bihejvioralni terapeuti su, za to vreme, sa stavom neznanja i interesovanja, probali da ih sami praktikuju, a zatim,

otkrivši njihove mentalno higijenske dobrobiti, da ih, korak po korak, istražuju i integrišu u svoje terapijske paradigme.

a. Postupci klasične BT

Rani BT postupci slede logiku klasično definisanih oblika učenja: klasičnog uslovljavanja, operantnog učenja (nagrađivanjem i kažnjavanjem), učenje po modelu. Jedna grupa postupaka počiva na idejama skinerijanske škole koju smo ranije opisali kao jedinu konsekvantno bihejviorističku. Oni se zbilja ne bave nikakvim unutrašnjim sadržajima (opažajima, doživljajima, kognicijama), već analizom ponašanja u S–R terminima (*Applied Behaviour Analysis*), modifikacijom ponašanja i merenjem ishoda, bez uključivanja i konsultovanja „unutrašnjih varijabli“. Takvi postupci su na primer ekonomija žetona (koja se uspešno primenjuje na nekim psihijatrijskim klinikama ili u popravnim domovima) ili potkrepljena praksa, koji počivaju na ciljanoj i specifičnoj primeni pozitivnih potkrepljenja (nagrada) za demonstraciju adaptivnih i konstruktivnih ponašanja. Ovi čisto bihejvioralni postupci mogu doneti lepe rezultate, ali je domen njihove primene izuzetno ograničen.

Asertivni trening i učenje socijalnih veština uopšte, polazi od ideje da klijentov problem počiva često na nedostatku neke veštine neophodne za uspeh. Asertivno (samopouzđano) ponašanje, kao i niz drugih socijalnih veština, usvajaju se modeliranjem, potkrepljenjem i isprobavanjem u svakodnevnim situacijama.

Volpeova sistematska desenzitizacija je najpoznatija metoda BT i verovatno najpoznatija metoda rada sa fobijama. Ona je izvedena iz postupaka razuslovljavanja. Uključuje 3 elementa: izlaganje fobičnog objekta (obično u imaginaciji), relaksaciju i postupnost. Klijent sa terapeutom pravi hijerarhiju zastrašujućih situacija, uči neku od metoda relaksacije (npr. progresivna relaksacija Jakobsona ili autogeni trening Šulca), a zatim u relaksiranom stanju zamišlja situaciju koja je na dnu hijerarhije (najmanje zastrašujuća). Svoje stanje procenjuje na SUD skali, koju smo opisali u prethodnom tekstu. Kada strah pređe dogovorenu granicu, vizualizacija se prekida. Posle relaksacije se ponovo zamišlja situacija, sve dok ona u potpunosti prestane da izaziva strah. Onda se prelazi na situaciju koja stoji za podeok više u hijerarhiji. Fobija nestaje kada je moguće ostati u relaksiranom stanju pri zamišljanju situacije koja je bila najviša u hierarhiji. Transfer efekata ovog treninga na situacije u realnom životu je zadovoljavajući (McNeil, D.&Kyle, D., 2009). Ovaj postupak je nastao u okviru

bihevioralne terapije, sa inspiracijom iz istraživanja klasičnog uslovljavanja, ali on zapravo u sebi nema gotovo ničeg bihevioralnog. Rad se sve vreme odvija u domenu subjektivnog doživljavanja, koje klijent posmatra, procenjuje i izveštava o tome terapeuta. Promena takođe nastaje u subjektivnom doživljavanju zastrašujuće situacije, a svaka promena ponašanja do koje naknadno dolazi posledica je promene u doživljaju.

Preplavlivanje (eng. *flooding*) *in vivo* ili u imaginaciji je, za razliku od sistematske desenzitizacije, pomalo rizičan, ali brz (uglavnom iz jednog puta) postupak ovladavanja strahom, koji počiva na izlaganju fobičnoj situaciji ili objektu dovoljno dugo, dok strah ne nestane i zameni ga relaksacija i uverenje klijenta da je sposoban (*self-efficacy*, A. Bandura) da se uspešno nosi sa onim što je ranije bilo zastrašujuće. Pri primeni ove tehnike je važno ostati do kraja u situaciji, jer prekidanje seanse u stanju straha dovodi do pojačavanja fobije.

Element izlaganja u svim problemima koji sadrže komponentu straha i anksioznosti (a to je većina psihoterapijskih problema) nezaobilazni je deo terapijskog postupka. Klasična istraživanja fobija pokazala su da su reakcije bežanja i izbegavanja situacije u kojoj se javlja strah ključni za perpetuiranje straha. Kada se strah javi pri susretu sa fobičnim objektom i dovede do bežanja od njega, stekli su se čak svi uslovi da dođe do novog emocionalnog uslovljavanja (tj. pojačavanja fobije), fenomen koji je Ajzenk sedamdesetih godina opisao kao „emocionalnu inkubaciju“. Kako će terapeut i klijent organizovati i sprovesti situaciju izlaganja, stvar je njihove kreacije.¹⁸⁶ Izlaganje plus uspešno ovladavanje i rezultujuće povećanje samopouzdanja jedna je od ključnih determinanti psihoterapijske promene. Nikakva količina analiziranja i razumevanja problema neće razviti punu moć promene, ukoliko komponenta uspeha u svakodnevnom životu (tamo gde smo ranije bili neuspešni) izostane. Na ovo su najpre ukazali bihevioralni terapeuti, sledeći u svojim postupcima tipično anglosaksonsku izreku „Ništa ne uspeva kao uspeh“, ali je uvažavanje ovog principa postalo *sine qua non* bilo kog delotvornog terapijskog pristupa.

¹⁸⁶ Izlaganje je element koji, verujemo, implicitno postoji kao delotvorni agens u svim terapijama. Na primer, u Rodžersovoj terapiji, klijent ima mogućnost da kaže i doživi sve što ga muči u sigurnoj situaciji, u kojoj zna da neće biti negativno procenjivan od strane terapeuta, te da neće imati nikakve negativne posledice. Terapijski prostor je generalno siguran prostor za eksperimentaciju i vežbanje, kakav retko kada nudi svakodnevni život.

Biofidbek metode su se razvile iz laboratorijskih proučavanja operantnog učenja autonomnog nervnog sistema i našle su primenu, bilo kao metod relaksacije, bilo u bihejvioralnoj medicini, npr. u regulisanju kardiovaskularnih problema (visokog krvnog pritiska i sl.).

Iz kratkog pregleda klasičnih BT postupaka, vidimo da ona nikada nije bila samo terapija ponašanja, jer je mali deo njenih postupaka čisto bihejvioralan. Držeći se konsekventno skinerijanskog pristupa, malo toga bismo mogli da uradimo u terapiji. Čak i u čisto bihejvioralnim intervencijama, kakva je potkrepljena praksa ili sputavanje prisilnih radnji, ne možemo biti sigurni koliko ulogu u pozitivnoj promeni igra promena u doživljavanju (kao skrivena varijabla), podstaknuta promenom ponašanja, naprosto zato što se bihejvioralni terapeuti interesuju samo za drugu. Interesantno pitanje je i sledeće: da li promena okolnosti automatski menja ponašanje ili posredstvom promena u doživljaju i kognicijama? U drugim BT postupcima, kao što je asertivni trening, svakako je značajno da dođe do promene u doživljaju samopouzdanja da bi promena bila trajna, jer asertivno ponašanje koje nije u koherenciji sa unutrašnjim doživljajem sebe, bilo bi od male koristi i privremeno. Na kraju, neki BT postupci, koji rade sa strahom i na strahu zasnovanim problemima, rade direktno na promeni doživljaja straha. U tehnici preplavlivanja imamo za rezultat promenu doživljavanja, iako ne radimo sa domenom doživljavanja u samom postupku, a u sistematskoj desenzitizaciji je čitav terapijski postupak kao i rezultat fokusiran na doživljajnu sferu. U okviru ovog postupka nastale su i skale za merenje u domenu subjektivnog doživljavanja (*Subjective Units of Distress Scale*). Pri tome ne treba zaboraviti da je sistematska desenzitizacija verovatno najviše istraživana i najuspešnija tehnika BT.

b. Kognitivne i kognitivno-bihejvioralne terapije

Kognitivni elementi su često prisutni i u klasičnim BT postupcima; čak i jednostavni, nekognitivni oblici učenja, kao što je emocionalno uslovljavanje, kod čoveka imaju kognitivne elemente, kao što su npr. uverenja da možemo ili ne možemo da se nosimo sa situacijom. Videli samo ranije da je i jedna klasična bihejvioristička teorija učenja (Tolmanova) eksplicitno postulirala prisustvo kognicije u učenju pacova. Paralelno sa razvojem kognitivne psihologije, kognitivne varijable (misli, stavovi, očekivanja, pripisivanja (eng. *attribution*), uverenja, kognitivna struktura, kognitivni stilovi, mentalni set, unutrašnji govor i samoinstrukcije), dakle unutrašnje O-varijable iz S-O-

R neobiheviorističke sheme, postaju centar terapijskog interesovanja. Takođe, model učenja sada dopunjuju modeli obrade informacija. Postojale su izvesne razlike u njihovoj interpretaciji od strane kognitivnih i kognitivno-bihevioralnih terapeuta, koje su, razvodnjavanjem biheviorističke platforme, počele da gube na značaju. Tako su više bihevioralno orijentisani terapeuti govorili pre o „govoru upućenom sebi“ (*self-talk*) nego o kognicijama, zato što je ta sintagma više nalikovala pojmu ponašanja (bihevioristička formula da se izbegnu unutrašnje varijable je bilo „verbalno ponašanje“).

Opšta postavka koja povezuje različite KT i KBT pristupe je da naše emocionalno reagovanje i ponašanje ne određuju po sebi životne situacije i događaji (S varijable), već način kako ih opažamo i interpretiramo. Ideja je stara, nalazimo je u istoj formulaciji kod Epikteta, stoika, Bude ili Adlera. Na emocionalnu patnju i neadaptivno ponašanje možemo najlakše uticati ako napravimo promenu u kognitivnom domenu, koji je ključna karika u lancu, umesto da radimo prevashodno sa emocijom ili ponašanjem – smatraju kognitivisti.

Kognitivno orijentisani psihoterapijski pravci razlikuju se prema tome koje aspekte kognitivnog funkcionisanja stavljaju u prvi plan, kao i po stilu rada; postoje, dalje, naglasci na različitim metodama, značaju koji se pridaje ponašanju, a u savremenom kontekstu i kombinacijama sa drugim terapijskim orijentacijama (sistemsko-konstruktivističkim, hipnoterapijskim i sl.). Ovde ćemo kratko opisati tri varijeteta¹⁸⁷, pomenuti tipične metoda, a onda ćemo ih prodiskutovati sa stanovišta naše teme – mesta svesnosti u KT i KBT postupcima, pošto direktna svesnost i doživljajna sfera nisu varijable koje u BT ili KBT dobijaju primerenu teorijsku refleksiju.

Albert Elis tvorac je racionalno-emocionalne bihevioralne terapija (u nastavku REBT). Iako Elis radi i sa emocijama i ponašanjem, njegov glavni fokus je na iracionalnim uverenjima, koja figuriraju u klijentovom govoru samom sebi (eng. *self-talk*). Iracionalna uverenja o sebi, drugima i životu, koja počivaju na komandama i zahtevima (mora, treba...) učimo delom u detinjstvu, ali ih konačno sami kreiramo, stalnim ponavljanjem i autosugestijom. Terapijski rad je edukativan, usmeren na otkrivanje

¹⁸⁷ Vidi npr. u knjigama: Albert Ellis&Debbie Joffe Ellis: *Rational Emotive Behaviour Therapy*, 2011, Aaron Beck: *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*, 1976, Donald Meichenbaum: *Cognitive-Behaviour Modification: An Integrative Approach*, 1977.

klijentovih iracionalnih uverenja, načina na koji ona utiču na emocije i ponašanje i kreiraju životne probleme, te na kognitivnu restrukturaciju, tj. usvajanje tolerantnije i realističnije filozofije života, dobrim delom kroz logičku debatu. Elisove metode su prilično direktivne, persuazivne i konfrontativne i uključuju modeliranje „racionalnog mišljenja“ od strane terapeuta. Primetimo da je i Frojd, poput kognitivista, doduše iz drugog ugla, imao u vidu psihoterapiju kao prosvetiteljski projekat, koji treba da uvede racionalnost tamo gde je vladala iracionalnost.

Kognitivna terapija Arona Beka manje je didaktička i konfrontativna od REBT-a, a Bek ne želi da govori ni o iracionalnim uverenjima, jer smatra da nije na terapeutu da procenjuje šta je racionalno, a šta ne; umesto toga on koristi termin kognitivne distorzije da označi načine mišljenja koji interferiraju sa dobrim funkcionisanjem i imaju tendenciju da kreiraju probleme. Počevši od svog istraživanja depresije, Bek otkriva niz odlika kognitivnog stila koji dovodi do distorzija – arbitrarni zaključci bez evidencije, selektivna apstrakcija, preterana generalizacija, uveličavanje ili minimiziranje, personalizacija (shvatanje svega lično), pogrešno etiketiranje, dihotomno mišljenje. Bek smatra da su ljudi u stanju da posmatraju svoje „automatske misli“ i unutrašnji govor, te da sami mogu da otkriju načine mišljenja koji su okidači emocionalnih problema; stoga ubeđivanje i indoktrinacija od strane terapeuta nisu neophodni. Terapeut pre poziva klijenta na samoposmatranje i samostalno otkrivanje kognitivnih distorzija, te njihovo testiranje u realnosti (isprobavanje, sakupljanje evidencije i sl.). Terapeut, umesto ubeđivanja i debate, vodi sa klijentom „sokratovski dijalog“, postavljanjem pitanja sa otvorenim krajem, koja pozivaju klijenta na samoposmatranje i refleksiju o sopstvenim temeljnim premisama. Bek smatra da ova vrsta preispitivanja i otkrivanje alternativnih, adaptivnijih pravila po kojima je moguće živeti, mogu da dovedu do promene bez indoktrinacije od strane terapeuta.

Kognitivna bihevioralna terapija Donalda Majhenbauma bavi se primarno tvrdnjama tj. verbalizacijama koje klijent ima o sebi, koje su često samoporažavajuće i vode neuspešnim obrascima ponašanja. Važno je postati svestan samoinstrukcija koje dajemo implicitno sebi u specifičnim problematičim situacijama i modifikovati ih Majhenbaumovim samoinstrukcionim treningom radi postizanja boljeg ovladavanja (eng. *coping*) situacijama. Novi psihoterapijski ugao gledanja, koji je uvela jedna struja KBT-a je, da umesto traganja za prisustvom patologije, neadaptivnih ponašanja, kognicija i sl. pažnju usmerimo na odsustvo, tj. na to šta klijentu nedostaje, da bi se

uspešno nosio sa nekom situacijom, a zatim na fokusirano treniranje i primenu te veštine (*coping skills* pristup).¹⁸⁸ Ukoliko klijent ima strah od javnog nastupa, na primer, fokus nije na radu sa strahom (analizi, desenzitizaciji i sl.), već na veštinama, uz čiju pomoć će klijent moći da, uprkos strahu, na uspešan način javno nastupi (ove veštine mogu da uključe bihevioralne i kognitivne veštine, relaksaciju i sl.). U osnovi unutrašnjeg govora koji klijent može da posmatra je, po Majhenbaumu, kognitivna struktura, kao organizatorni aspekt mišljenja, koja nadgleda i usmerava tok mišljenja, tj. vrši izbor misli u određenoj situaciji, vrsta egzekutivnog procesora. Promena treba da se desi na sva tri nivoa – unutrašnjeg govora, kognitivne strukture i ponašanja; klijent dakle, između ostalog, postaje svestan da nije žrtva svojih misli i osećanja, već njihov kreator (nivo „egzekutivnog procesora“), što je mnogo dalekosežnija terapijska dobrobit od adaptivnijeg i uspešnijeg ponašanja.¹⁸⁹ Jedna od inicijalnih i ključnih intervencija na ovom putu je upućivanje klijenta na samoposmatranje, kako bi razvio senzitivnost za svoje misli, osećanja, ponašanja, fiziološke reakcije, reakcije na druge ljude i situacije.

U KBT pristupima uopšte postoji niz intervencija koje je moguće opisati verbalno-racionalnim terminima, i koje izgledaju principijelno podložne formalizaciji i algoritmizaciji, tako da svest u njenom fenomenalnom aspektu može da se zaobiđe. Davanje informacija, učenje kognitivnih veština (ovladavanje, rešavanje problema...) biblioterapija (čitanje inspirativnih tekstova), kao i intervencije koje su didaktičke, kao ukazivanje na pogrešne kognicije i njihovo zamenjivanje adaptivnijim, te vežbanje novih oblika govora sebi u problematičnim situacijama, intervencije su koje možemo opisati reprezentacionim terminima, a kognitivni pristup terapiji možemo shvatiti kao intervenisanje i promenu u reprezentacionom sistemu klijenta, tj. u načinu na koji on reprezentuje svet i sebe u svetu. Jedan od razloga prilično isključivog fokusiranja na kognicije u KBT-u nije bio u postojanju jake empirijske evidencije o jednostranom uticaju kognitivnog na doživljajni domen (veze kognicija i emocija su pre dvosmerne i

¹⁸⁸ Inokulacija, tj. pelcovanje protiv stresa, (*SIT, Stress Inoculation Training*) po analogiji sa biološkom imunizacijom je široko poznat Majhenbaumov postupak, u kojem klijent uči niz veština i vežba ih u situaciji izloženosti blagom stresu, ne bi li se osposobio da bolje reaguje na stres višeg intenziteta.

¹⁸⁹ Majhenbaum je u poslednjoj fazi razvoja svog terapijskog pristupa napravio zaokret ka konstruktivizmu, njegov fokus danas je na značenju i narativima klijenata, te njihovoj rekonstrukciji tokom procesa promene (u smislu postmoderne narativne terapije), kao i na sposobnostima i resursima koji su klijentima omogućili da opstanu i idu dalje, uprkos često traumatičnim uslovima (za razliku od ranijeg fokusa na tome šta im nedostaje), koji ga vodi u pravcu razmišljanja terapija orijentisanih ka rešenjima, umesto ka problemima.

kompleksne, tako da osnovna kognitivistička postavka sadrži veliku simplifikaciju); već zato što je kognicije lakše uhvatiti reduktivnom formulom i opisati objektivnim terminima. Problem je što je promena kognicija u psihoterapiji, koja polazi od ovakvog njihovog reduktivnog shvatanja upravo ono što terapijski ne radi. Što je manje lično angažovanje i uključenost klijenta u otkrivanje problematičnih kognicija, što su metode koje koristi terapeut više racionalne, pravolinijske, persuazivne i, i što je proces usvajanja i vežbanja novih kognicija mehaničniji i automatičniji, to je čitav „racionalistički projekat“ više osuđen na neuspeh.¹⁹⁰ Povećanje efikasnosti intervencija vodi KBT u pravcu doživljajnih, iskustvenih pristupa. Kad god efektivno primenjujemo sokratovski dijalog, provokativna pitanja koja stvaraju kognitivnu disonancu, humor, paradoks, *reframing* i otvaranje novih perspektiva za sagledavanje neke teme, korišćenje priča i metafora i slične kognitivne postupke u razgovoru, oni su delotvorni u meri u kojoj uključuju samoposmatranje, lični uvid, te doživljajni, organizmički aspekt kognicija sa kojima se radi u ovde i sada. Neophodni angažman klijenta u razumevanju i promeni sopstvenog kognitivnog funkcionisanja podrazumeva najpre vraćanje introspekcije i svesnosti kao esencijalnih elemenata samoregulacije u psihoterapiju.¹⁹¹ Drugo, sva lično značajna uverenja i kognicije na čijoj promeni se radi, povezane su na intrinzički i kompleksan način sa doživljajnom sferom, a ova dalje sa telom i interpersonalnim kontekstom. Neadaptivne misli koje opisuju KBT prisutni predstavljaju verbalizacijom apstrahovani i objektivizovani reprezentacionalni sadržaj nečega što se zapravo može opisati kao kompleksan način bivanja u sopstvenom

¹⁹⁰ Paralelno sa KT i KBT u popularnoj kulturi cveta već dve decenije pokret pozitivnog mišljenja, koji se oslanja na ponavljanje afirmacija – pozitivnih iskaza o sebi i svetu; u ovom periodu tržište je preplavilo verovatno desetine hiljada knjiga samopomoći koje nam pokazuju kako da racionalno postavimo ciljeve i sprovedemo ih u delo, te recepte kako da promenimo sopstvena ograničavajuća uverenja i postignemo više uspeha u životu. Recepti često počivaju na solidnoj i jednostavnoj logici (promeni misli i uverenja i promenićeš život) i imaju početni motivišući efekat na čitaoce; u krajnjem ishodu, rezultati su minimalni. Što više samoindoktrinacije i automatičnosti sadrži postupak ponavljanja novih adaptivnijih misli i uverenja (afirmacija), to je više skopčan sa rizikom od bumerang efekta da se praktikanti osećaju još lošije. Čitav doživljajni svet, koji je uglavnom kompleksan i neuhvatljiv rečima, a nije u skladu sa novim afirmativnim verbalnim formulama se buni, doživljavajući ih ponekad kao nasilje nad „istinom“. Samo kada su afirmacije u skladu sa doživljajnom telesnom dimenzijom izgleda da rade. U većini slučajeva se, međutim, one koriste baš za promenu negativnih stavova o sebi, zaboravljajući da je stav u ovom slučaju samo jedan verbalno apstrahovani element kompleksnog doživljaja sebe u relaciji sa svetom. Pozitivno mišljenje ne izaziva automatski promenu na doživljajnom planu, a bez ove, pozitivno mišljenje ostaje poput stranog tela u sistemu, koje vremenom otpada.

¹⁹¹ Kognitivni bihevioristi koristili su najpre termin samonadgledanje (*self-monitoring*) koji je imao objektivniji prizvuk od introspekcije. Samonadgledanje se najpre odnosilo na određena ponašanja u toku dana, a kasnije i na kognicije. Obično se primenjuje u vidu domaćih zadataka gde klijenti samo prate ili i zapisuju automatske misli, procene i sl. tokom dana.

iskutvu, a što uključuje i doživljajne komponente (afektivne, čulne i sl.) koje su delom neverbalizabilne i teško uhvatljive. Apstrahovanje kognitivnog sadržaja u svrhe pojašnjavanja i fokusiranja je dobra terapijska intervencija, ali može lako da nas navede da poverujemo da kognicije postoje u nekom mentalnom prostoru kao nezvisni entiteti, koje možemo relativno jednostavno izvući iz sistema i zameniti boljim verzijama.

Na kraju, KT i KBT nisu lišene prosvetiteljsko-racionalističke predrasude prema emocijama, koje se vide kao posledica iracionalnog aspekta mišljenja i kognitivnih distorzija stvarnosti i koje bi, u krajnjoj liniji, trebalo držati pod kontrolom, ako ne i eliminisati u jednom racionalnom, mentalno higijenski ispravnom pogledu na svet. Ni iz fenomenološke dimenzije, ni iz savremene neuronauke, naprotiv, ne stiče se utisak da kognicija i emocije predstavljaju strogo odvojene i nužno antagonističke domene psihe; emocije se takođe mogu videti, umesto kao defekti u funkcionisanju sistema, kao signalni, motivacioni i samoregulatorni procesi. Eriksonijanski hipnoterapeuti upravo idu logikom promene stanja svesti i doživljajnog stanja (prizivanje svih pozitivnih resursa klijenta, izvođenje iz „transa problema“ u „trans rešenja“), da bi lakše mogli da utiču na rigidne obrasce kognitivnog funkcionisanja, sledeći Ajnštajnovu izreku da „problem ne možemo da rešimo iz istog stanja u kome je nastao“. Sistem se može menjati iz raznih uglova, polazeći od kognicija, emocija ili ponašanja; koji putevi su pod kojim uslovima optimalni ne treba da bude predmet psihoterapijskih dogmi, već empirijskih istraživanja.

Kognitivne terapije istakle su u prvi plan nešto što ima svoje mesto u svim psihoterapijama – značaj pogleda na sebe i svet koji ima klijent i preispitivanje sistema uverenja i pravila po kojima živi, a koja filtriraju način opažanja i spektar mogućih akcija u svetu. Ideja vodilja ovakvog preispitivanja je pre da klijent ustanovi da li su njegove kognicije u koherenciji sa njegovim intrinzičkim vrednostima (ili se radi o skupu introjektovanih, a često i kontradiktornih stavova, koji su možda nekada imali za njega ličnog smisla, ali više ne služe aktuelnim ciljevima), a ne da li su racionalane, ispravne i sl. u bilo kom spoljašnjem smislu. KBT pristupa promeni kognicija obično čisto kognitivnim oblicima učenja, dok su doživljajni oblici učenja ovde primereniji, jer uključuju u promenu i afektivnu i konativnu dimenziju, pored kognitivne (doživljaj sveta iz ugla tog uverenja tj. kako je biti...? tj. *qualia* tip pitanja; vrednost koju uverenje ima ili možda više nema u životu ili kako čak interferira sa vrednostima klijenta). Najnoviji trend u metodologiji postavljanja ličnih i profesionalnih ciljeva je

konsultovanje ličnih vrednosti i razvijanje svesnosti da ciljeve ne jurimo po sebi, već zbog osećanja koje želimo da nam donese njihovo ispunjenje; ovaj element se uključuje u proces pojašnjavanja i formulacije ciljeva i zbog svoje motivacione vrednosti (vidi npr. Danielle LaPorte „*Desire Map: A Guide to Creating Goals with Soul*“, 2014).

c. Treći talas BT – mindfulness revolucija¹⁹²

Novi talas u bihejvioralnoj terapiji (a sada već i bihejvioralnoj medicini) osvaja poslednjih petnaestak godina psihoterapijsku scenu, sticajem istorijskih okolnosti ili unutrašnjom logikom razvoja BT. Logika bi bila sledeća – BT počinje kao terapija ponašanja bez koncepta duha, odnosno psihe i tu logiku sledi neko vreme, iako ne konsekventno (jer prečesto radi direktno, mada prećutno, sa doživljajnim svetom); u drugoj fazi, intervencije usmerava ka kognitivnim O-varijablama, jer od njih zavisi ponašanje u većoj meri nego od sredinskih okolnosti (ili je na njih bar lakše uticati); pošto se pokazuje da promene kognicija bez dubokog ličnog angažovanja klijenta nisu moguće, potreba za metodom pomoću koje će klijent moći da posmatra sopstveni duh postaje akutna; *mindfulness-awareness* praksa poreklom iz budisitčke tradicije je upravo takva metoda. Meditacija sabranosti je, međutim, mnogo više od sredstva za detekciju neadaptivnih kognicija.¹⁹³ Ona je deo jedne sofisticirane filozofije mentalnog zdravlja, duhovnog razvoja i fenomenološkog, otelovljenog istraživanja svesti i duha. Uspostavljajući ovakvu kopču sa fenomenologijom, duhovnošću, vrednostima, otelovljenim iskustvom, doživljanim svetom, BT je dobila sve što joj je nedostajalo, a možda i ono što nije ni tražila. Bihejvioralna u nazivu ne znači danas mnogo više od porekla i sklonosti koju je zadržala da promene do kojih dovodi terapija treba da imaju i merljive posledice u ponašanju u svakodnevnom životu (tj. da bude *evidence based*). Ali to je uputno za bilo koju terapiju da ne bi upala u zamku da neguje psihoterapijsku ezoteriju kao paralelnu i od života odvojenu stvarnost.

¹⁹² Terminom revolucija se ponekad označava ovaj zaokret BT, koji može izgledati iznenađujuće, a može se videti i kao deo evolutivnog procesa, zavisno od ugla gledanja.

¹⁹³ *Mindfulness* neguje sposobnost da se na otvoren način bude svestan svega što se dešava u svesti iz trenutka u trenutak, u tom smislu može se shvatiti kao postupak osveščivanja svih spoljašnjih i unutrašnjih stimulusa i okidača prisutnih u sadašnjem trenutku. Njena centralna odlika je prihvatanje sopstvenog trenutnog iskustva sa ljubaznošću i radoznalošću, a bez procenjivanja, suđenja i preferencija, kao i bez intencije da bilo šta koriguje ili promeni.

Pošto će ova metoda budističkog porekla biti opisana kao metoda prvog lica u sledećem poglavlju, na ovom mestu nećemo detaljno opisivati logiku ovog novog psihoterapijskog talasa, već ćemo samo navesti četiri najpoznatija pristupa zasnovana na meditaciji sabranosti (tzv. *mindfulness based therapies*).¹⁹⁴

Dijalektička bihevioralna terapija (DBT, *Dialectical Behaviour Therapy*) je kreacija Marše Lineham, koja je bila bihevioralni terapeut sa specijalizacijom za *borderline* populaciju, a u privatnom životu zen-praktikant. Tokom niza godina, korak po korak, pronašla je način da integriše ono što je naučila u zenu u svoj terapijski rad. Njen postupak je utoliko interesantniji, jer se decenijama smatralo da je za ovu vrstu nestabilne populacije svaka meditacija apsolutno kontraindikovana, jer ih može odvesti u dekompenzaciju. Lineham je za potrebe rada sa *borderline* pacijentima, koje većina terapeuta doživljava kao teške i frustrirajuće, raščlanila *mindfulness* postupak iz zena na niz veština koje je moguće lakše podučavati. One se pokazuju kao efikasna pomoć u regulaciji emocija i ponašanja, tolerisanju bolnih emocija bez upuštanja u autodestruktivna ponašanja i bolje prihvatanje sopstvenog iskustva u sadašnjem trenutku uopšte, umesto bežanja od njega.

MBSR (*Mindfulness Based Stress Reduction*) program Jona Kabat-Zina, trening je koji obuhvata niz vežbi, od sedećih oblika meditacije, vežbi mentalnog skeniranja tela, disanja, do sabranosti prilikom kretanja, jela, vežbanja jednostavnih joga vežbi. Kroz njih se uči konstruktivniji način odnošenja prema unutrašnjim i spoljašnjim izvorima stresa, te umetnost dubljeg mentalnog prisustva u sadašnjem trenutku, umesto u mislima o prošlosti i budućnosti.

MBCT (*Mindfulness Based Cognitive Therapy*) Tizdejla i Bernarda nastala je integracijom Bekove kognitivne teorije depresije sa *mindfulness* principima i praksom, što je smanjilo recidivitet depresije. Pristup je nastao kao pokušaj prevencije recidiva kod depresivnih pacijenata koji u istoriji već imaju više depresivnih epizoda. Kroz uvežbavanje stava da budu svesni svega što se pojavljuje, uključujući automatske negativne misli, sa stavom prihvatanja, bez vezivanja i reagovanja na njih, depresivni pacijenti razvijaju takozvanu metakognitivnu svesnost. Pod tim Tizdejll podrazumeva

¹⁹⁴ Vidi npr. Koerner, Kelly & Linehan, Marsha M., *Doing Dialectical Behavior Therapy: A Practical Guide*, 2011, Williams, M., Teasdale, J., Siegel, Z. & Kabat-Zinn, J., *The Mindful Way Through Depression: Freeing Yourself from Chronic Unhappiness*, 2007, Hayes, S., Strosahl, K. & Wilson, K., *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*, 2011.

sposobnost doživljavanja negativnih misli i osećanja kao mentalnih događaja koji dolaze i prolaze, a ne kao intimnog dela sopstvene ličnosti. Metakognitivna svesnost omogućava da se ne ode u depresiju kada stresne životne okolnosti isprovociraju negativne misaone obrasce i pokazalo se da zbilja donosi bolje rezultate nego supresija, tj. prekidanje automatskih misli.

ACT (*Acceptance and Commitment Therapy*) Stivena Hejsa takođe smatra da je stav prihvatanja sadašnjeg iskustva bez suđenja, terapijski i životni stav koji donosi bolje rezultate od klasičnog KBT stava konfrontacije iracionalnih ili neadaptivnih kognicija. Umesto da podučava kontroli misli, emocija i drugih sadržaja svesti, Hejs uči klijente da primete, prihvate i čak prigrle sve aspekte svog iskustva, umesto da ga izbegavaju, bore se sa njim, ili ga opravdavaju i reifikuju. To se odnosi naročito na ona iskustva koja su bila nepoželjna. *Mindfulness* pristup omogućava kontakt sa transcendentnim doživljajem sebe kao kontinuiteta svesnosti, umesto kroz identifikaciju sa pojedinim mislima, osećanjima, sećanjima ili senzacijama. Druga strana ove terapije se odnosi na rad sa ličnim vrednostima i rad na donošenju i sprovođenju odluka.

Bihevioralni pristupi su, verovatno zbog svog porekla u psihologiji učenja, prvi u psihoterapiji naglasili značaj vežbanja, u vidu treninga, domaćih zadataka i sl., takođe značaj samostalnosti klijenta u radu van seansi i veština samomenadžmenta (*self-management*). Smatramo da savremena istraživanja neuroplasticiteta daju ovakvom stavu za pravo, te da će on dobiti na značaju u psihoterapiji uopšte. Da bi došlo do promene mozga (da bi nova iskustva postala „hardwired“, tj. implementirana u mozgu), potrebno je ponavljanje i vežbanje. Dalje, aktuelna istraživanja pokazuju da svako vežbanje (ne samo u okviru terapije ili nekog oblika kognitivnog vežbanja, već i jednostavno telesno vežbanje) jača prefrontalni korteks, koji je, ukratko, egzekutivna instanca mozga, povezana sa snagom volje, kontrolom impulsivnosti i sposobnošću donošenja odluka. To su upravo sposobnosti koje i većina klijenta priželjkuje.

4.7.5. Egzistencijalistički pristupi

Egzistencijalistički pristupi psihoterapiji imaju poreklo u filozofiji, iako su mnogi njihovi predstavnici po profesiji bili lekari. Psihoterapeuti inspirisani prevashodno

spisima Kjerkegora, Ničea, Sartra, Kamijsa, Huserla, Hajdegera, Bubera, a nezadovoljni biološkim i psihopatološkim referentnim okvirom koje je nudila psihoanaliza, počeli su da sagledavaju probleme sa kojima dolaze klijenti na terapiju kao probleme egzistencije – suočavanje sa slobodom izbora, odgovornišću, smislom i besmisлом, egzistencijalnom anksioznošću pred konačnošću života, vrednostima, patnjom. Egzistencijalistički pristupi prvi su uneli dah fenomenologije u psihoterapiju i bili radikalna suprotnost dominantnom fizikalističkom modelu (bilo psihoanalitičkom, bilo biheviorističkom). Ovu grupu psihoterapeuta predstavljaju samosvojni mislioci koji nisu na sistematski način gradili školu, i koje povezuje više opšti način razmišljanja i pristup psihoterapijskim problemima nego bilo kakve zajedničke metode ili tehnike. Njihov stav je često čak eksplicitno netehnički, jer insistiranje na tehnikama može da unese mehanizaciju i depersonalizaciju u terapijsku situaciju, koje inače postoje van terapije i doprinose ljudskim problemima. Terapeut je vrsta mentora, filozofskog prijatelja ili saputnika na zajedničkom putu, brižno ljudsko biće u nesenzitivnom svetu, pre nego ekspert za tehnike lečenja.

Pomenimo nekoliko poznatih imena – rani evropski egzistencijalistički psihoterapeuti Medard Bos i Ludvig Bisvanger, kasnije Viktor Frankl, te najpoznatiji američki predstavnici ove struje Rolo Mej i Irvin Jalom. Poslednjih decenija, najpre u Velikoj Britaniji, a zatim i internacionalno, Emi van Drojzen angažuje se oko Društva za egzistencijalnu analizu i formulacije platforme egzistencijalističke terapije kao psihoterapijskog pravca.

Svesnost i prisustvo u sopstvenom iskustvenom svetu, kao i sa klijentom, kvalitet odnosa koji se ostvaruje između njih od centralnog su značaja za terapijski proces. Svaki klijent je jedinstven i svaki terapijski proces je takođe jedinstvena kreacija. Terapeut zato ne postavlja teoriju i metodu između sebe i klijenta, već pokušava da što više uđe u njegov subjektivni svet i iznutra, klijentovim očima vidi kako ovaj osmišljava životne događaje. Kategorija smisla je za sve egzistencijaliste važna, a Frankl govori o „volji za smislom“ kao o primarnoj motivacionoj pokretačkoj sili.¹⁹⁵

¹⁹⁵ Smisao je gotovo sasvim subjektivna kategorija, koja nastaje iz subjektivne perspektive. Da li je moguće naći smisao u nekoj životnoj situaciji ili ne često odlučuje o životu i smrti, a nekada se taj suptilni doživljaj smisla može promeniti iz trenutka u trenutak, što znaju oni koji su radili na tzv. teleapel telefonskoj liniji gde potencijalne samoubice mogu da se jave 24h dnevno. Smisao je više nalik na osećaj nego na misao, teško ga je uhvatiti, verbalizovati i definisati, bilo spošljašnjim okolnostima, bilo kao

Egzistencijalisti su skloni da vide pozitivnu stranu u krizi, anksioznosti (egzistencijalna anksioznost u suočavanju sa smrtnošću i nebićem može biti motivaciona, a ne samo parališuća), osujećenju, usamljenosti, nepostojanju fiksnog identiteta, umesto da patologiziraju ove fenomene. Cilj egzistencijalističke psihoterapije je da podrži klijenta u razvoju sledećih vrednosti i kapaciteta: širenje samosvesti i sposobnosti suočavanja sa slobodom i izborima, više prisustva u sopstvenim izborima i odgovornosti za izbore, prihvatanje neophodnosti kreiranja sopstvenog života, identiteta i odnosa sa drugima, razvoj hrabrosti da se ne beži od slobode, anksioznosti i neizvesnosti, pronalaženje sopstvenog autentičnog života bez laganja sebe i skrivanja, te život po sopstvenim standardima i vrednostima. Psihoterapijski proces je takođe kreacija i istraživanje sa otvorenim krajem. Terapeut razumevanjem za subjektivni svet klijenta, uči klijenta da bolje sluša samog sebe, respektuje sopstveno znanje o sebi i uzme ozbiljno sopstvenu subjektivnost.

Problem egzistencijalističkih pristupa je nedostatak sistematičnosti, pojmovi su veoma široko definisani i ponekad teško razumljivi van filozofskog konteksta u kome su nastali, kao i bez dimenzije njihovog iskustvenog proživljavanja i subjektivnog razumevanja. Autentičnost terapeuta i njegova sposobnost promišljanja i proživljavanja egzistencijalnih tema, te njegova empatijska sposobnost, gotovo je jedina osnova na kojoj počiva delotvornost terapije. Ovakvi terapeuti predstavljaju zapravo skup nadarenih pojedinaca koji je svaki za sebe razvio osoben način praktikovanja terapije iza koga stoji ličnim autoritetom i vrednostima. Individualizam u pristupu čini svaku empirijsku evaluaciju problematičnom. Naglasak da autentičnost terapeuta prevazilazi njegova teorijska i tehnička znanja smatramo ipak važnim. Suviše globalno formulisane postavke teško su testabilne, a filozofski pristup nije primeren svim klijentima, njihovim potrebama, obrazovanju i kulturnoj prirodnosti, s obzirom na to na često jak naglasak na individualizmu i egzistencijalističkom pogledu na svet.

Egzistencijalistička dimenzija u psihoterapiji može biti kompatibilna sa bilo kojim drugim psihoterapijskim modalitetom, čak i sa onima koji počivaju na tzv. simptomatskom i tehničkom pristupu, ukoliko je terapeut spreman i otvoren da ponekad sledi klijenta do krajnjih egzistencijalnih pitanja. Ukoliko terapeut ima hrabrost da se sa

moždani proces ili kao čisto kognitivnu funkciju, a njegovo prisustvo tj. odsustvo pravi u mnogim situacijama veliku razliku.

njima suoči u sopstvenom životu, može da ponudi klijentu svoje autentično prisustvo na ovom nivou, ukoliko ne, važno je da ih makar ne patologizuje. Egzistencijalistički pristupi neguju svest terapeuta da se u pozadini klijentovih problema i patnji nalaze egzistencijalne teme kao zajedničko tlo (ne nužno obojene egzistencijalitičkom filozofijom!), koja je dobar korektiv kada se terapeut suviše zapetlja u tehnike ili psihopatološke i druge modele koje može da koristi kao oruđe u radu.

4.7.6. Humanističke psihoterapije

Humanističke psihoterapije dele osnovnu fenomenološku matricu mišljenja i shvatanje prirode odnosa terapeuta i klijenta sa egzistencijalistima, jedino što su humanistički pravci manje opterećeni specifično egzistencijalističkim patosom i generalno više pragmatične. One su sledile uglavnom ideje humanističke psihologije, koja je pokušala da uvede proučavanje pozitivnih strana ljudske prirode i viših mogućnosti ljudskog razvoja na psihološke katedre od šezdesetih godina dvadesetog veka.

Specifičnost humanističkih pristupa je naglašavanje da je najvažniji „lekoviti sastojak“ u psihoterapiji u samom klijentu, a ne u tehnici. Terapijski odnos ima centralni značaj, jer u okviru tog prostora mogu da se pokrenu samoisceljujući i samoorganizacioni resursi. Specifičnost humanista u odnosu na egzistencijaliste je vera u inherentni kapacitet čoveka za samoaktualizaciju i kreativnost. Kao humanistički slove mnogi psihoterapijski pravci nastali 60-ih i 70-ih godina poput Rodžersove terapije usmerene na klijenta, geštalt terapije, transakcione analize, psihosinteze, psihodrame, terapija orijentisanih na telo, transpersonalnih terapija i sl. Mi smo odlučili da analiziramo tri humanistička psihoterapijska pravca, vođeni potrebama naše osnovne teme u ovom odeljku – Rodžersov pristup koji se fokusira na značaj terapijskog odnosa, geštalt psihoterapiju koja uvodi „fenomenologiju sadašnjeg trenutka“ u psihoterapiju, i terapijske pristupe usmerene na telo, zbog značaja odnosa svesnosti i tela. Ostale humanističke psihoterapije dele uglavnom slične teorijske postavke vezane za predmet naše analize kao i metodološke okvire kao ove tri.

a. Terapija usmerena na klijenta

Rodžersov nedirektivni pristup savetovanju i terapiji¹⁹⁶ sadrži izvesnu radikalnost po kojoj će se pamtiti. Imamo u vidu Rodžersov radikalni stav, da za pozitivnu psihoterapijsku promenu nije potrebno ništa osim određene vrste odnosa između terapeuta i klijenta; odnos je katalizator promene koja se dešava u klijentu i iz njega samog. Terapeut ne nudi dijagnoze, terapijske strategije i interpretacije, ne podučava i ne savetuje, ne upušta se ni u kakvu evaluaciju klijenta, ne primenjuje nikakve efektivne terapijske procedure, ne igra profesionalne uloge i ne donosi odluku o trajanju tretmana. Čitav proces je u rukama klijenta; on sam sebe leči. Uprkos tome, zahtevi pred terapeutom i njegova odgovornost za terapijski proces su vrlo veliki, jer terapeut kreira prostor za samoistraživanje i samoisceljenje klijenta. Terapeut nudi poseban kvalitet prisustva svom klijentu tako što neselektivno i bez ikakvog procenjivanja prihvata sve što klient iznosi. Iako terapeut može da bude i aktivniji od tradicionalne slike o rodžersijanskom terapeutu koji samo reflektuje i pojašnjava ono što klijent iznosi, on ne bi trebalo da aktivno usmerava tok procesa. Njegov stav prema klijentu nije neutralan, već zainteresovan, bezuslovno prihvatajući i brižan. On sluša sa punom pažnjom klijenta, sa fokusom na tome da razume njegov subjektivni svet iz njegovog sopstvenog referentnog okvira. Terapeut dakle mora posedovati visoko razvijenu sposobnost preciznog empatijskog razumevanja. Na kraju, terapeut mora posedovati unutrašnju kongruentnost; njegov stav prema klijentu mora biti potpuno genuin, a ne poza i profesionalna uloga, jer on kvalitetom svog autentičnog prisustva modelira za klijenta taj novi način da se bude u sopstvenom iskustvu.

Šta po Rodžersu ovakvo terapeutovo prisustvo omogućava klijentu? Klijent može da izrazi sve što je u njemu (strah, krivicu, bespomoćnost, stid, mržnju, agresiju...), a da ne bude procenjivan i odbačen, dakle sve ono što u uobičajenim odnosima ostaje skriveno i implicitno. Kada klijent doživi, posle nekog vremena, svu sigurnost terapijskog prostora koji mu je ponuđen, njegova defanzivnost popušta i on počinje sa poverenjem da se otvara prema sopstvenom iskustvu, uči iz njega, što rezultuje boljim samorazumevanjem i prihvatanjem svih aspekata sebe. Terapeut ne mora da intervenišeni u kakvom edukativnom, interpretativnom ili sugestivnom smislu, jer su se uslovi već stekli da klijent počene da aktualizuje svoju istinsku prirodu (kako humanisti vole da

¹⁹⁶ Vidi npr. Karl Rodžers, *Kako postati ličnost*, 1985.

kažu istinsko sopstvo (*self*), ličnost, „založenu ljudsku prirodu“, u kojoj je sadržano sve što smatramo ciljevima terapije – konstruktivnije ponašanje, sposobnost ovladavanja problemima, kreativnost, sloboda izbora, vrednosti, odgovornost, autonomija, smisao i sposobnost za dalji lični rast.

Rodžersova, naizgled krajnje svedena, provokativno jednostavna konstrukcija psihoterapijske situacije fokusira zapravo dva centralna, i danas još uvek veoma aktuelna pitanja – u čemu je lekovita priroda terapijskog odnosa i kakvu ulogu igraju samoorganizacioni procesi u psihoterapiji. Pogledajmo najpre pitanje odnosa.

Psihoterapijski odnos i „terapeut kao varijabla“ prvi je i nezaobilazni sačinitelj psihoterapijskog procesa, daleko kompleksniji nego što na prvi pogled izgleda, te, po našem mišljenju, zahteva ozbiljna istraživanja i posle više od 100 godina psihoterapije. Tri komponente psihoterapijskog odnosa koje ističe Rodžers su nedirektivnost, empatijsko razumevanje i bezuslovno prisustvo i prihvatanje.

Pošto je prva stavka etičkog kodeksa psihoterapije da ne šteti, možemo primetiti da Rodžersov pristup ovde dobija visok rejting. Bilo da je odnos kakav opisuje Rodžers dovoljan za promenu bez dodatnih procedura ili ne, on ne može biti štetan. Ova tvrdnja nije trivijalna, kako može da izgleda na prvi pogled, naročito imajući u vidu istoriju psihoterapije i njenih lidera. Klijent je, ušavši u psihoterapijski odnos, podložan svim mogućim oblicima implicitne¹⁹⁷ indoktrinacije i manipulacije, od kojih mnoge ne moraju biti na njegovu dobrobit. Već smo na par mesta izrazili sumnju u mogućnost potpune terapeutove nedirektivnosti – vrednosti do kojih nam je stalo, teorijske postavke, razna suptilna, implicitna uverenja prisutna u aktuelnom „ovde i sada“ kontaktu sa klijentom „filtriraju“ sve što do terapeuta stiže i usmeravaju tok njegove pažnje. Čak i ukoliko izbegava da veoma eksplicitno reaguje¹⁹⁸ (npr. da nešto interpretira ili savetuje), ono što selektuje pažnja terapeuta kao važno (a pažnja je uvek

¹⁹⁷ Ovde se, dakle, ne bavimo slučajevima svesne i namerne indoktrinacije i manipulacije od strane terapeuta, dakle zloupotrebom klijenta, čega istorija psihoterapije nije lišena, ali što predstavlja sasvim drugu temu.

¹⁹⁸ Rodžers nije smatrao da terapeut treba da je neutralan i pasivan. Čak i ukoliko konstruišemo terapijsku situaciju gde je terapeut neutralan i čak skriven (klasična psihoanaliza), videli smo da je ova takođe veoma direktivna – podstiče regresiju i transfernu neurozu. Moderna hipnoterapija (naročito u sprezi sa konstruktivističkim stavom) i njena analiza voljnih i nevoljnih reakcija u komunikaciji pokazuje da je potpuno nedirektivna komunikacija fikcija. Svaki komunikacioni akt je izbor, koji otvara neka vrata i zatvara neka druga.

selektivna), može uvek postati za klijenta čitljivo preko niza nevoljnih verbalnih i neverbalnih reakcija terapeuta i usmeriti dalji tok komunikacije. Tako terapeut može, na primer, da duboko empatijski sluša klijenta sa fokusom na bar tri različita (meta)pitanja, tako da rezultat 3 „slušanja“ bude sasvim različit: a) Šta je tu što mu stvara problem? b) Šta nedostaje (šta bi moglo da bude tu), pa da problem nestane? i c) Šta je tu što mu omogućava da ide dalje uprkos problemu?

Smatramo da su samorefleksivnost terapeuta u pogledu toga na šta će obratiti pažnju, tj. šta smatra vrednim pažnje, u šta veruje (u pogledu svojih i klijentovih kapaciteta, mogućnosti promene, terapijskih strategija, šta su delotvorni sačinitelji terapije i sl.) i transparentnost toga u odnosu sa klijentom, bolja zaštita od preterane direktivnosti od verovanja u nedirektivnost. Direktivnost sama po sebi nije loša, ukoliko želimo da usmerimo proces u pravcu klijentovih željenih ishoda terapije; najbolji način da znamo šta je to i da li smo na dobrom putu je da stalno konsultujemo klijenta. (npr: Da li vam ovo što sam rekla na bilo koji način pomaže da napravite korak u pravcu vašeg željenog ishoda?). Za ovu vrstu direktivnosti terapeut dobija pokriće iz terapijskog ugovora u kome je klijent formulisao svoje ciljeve. Oni se mogu vremenom menjati i reformulisati, ali predstavljaju referentnu tačku za obe strane i čine da pitanje terapeutove direktivnosti, neutralnosti, neupletenosti itd. dosta izgubi na težini.

Fenomenološki pravci polaze od toga da problemi postoje u subjektivnoj ravni klijenta, te da je važno da ih terapeut razume iz tog referentnog okvira, a ne iz svog ličnog ili svođenjem na neku teoriju. Uvažavajući implicitno epistemološki problem svesti, fenomenolozi naglašavaju značaj empatije kao primarnog terapeutovog kvaliteta i „instumenta“. Sam empatijski proces je, međutim malo bio predmet istraživanja, a još manje je postojala ponuda sistematskog treninga u razvoju empatijskih sposobnosti. Najnoviji trend je pokušaj povezivanja empatije sa otkrićem tzv. neurona–ogledala (eng. *mirror neurons*) koji se aktiviraju prilikom izvođenja određenih motornih sekvenci, ali isto tako i prilikom posmatranja kako ih druga osoba motorno izvodi. Ideja da empatijski proces počiva na nekoj vrsti kinestetičkog reflektovanja podseća na staru ideju Teodora Lipa da je nesvesni proces uživljavanja tj. empatije (nem. *Einfühlung*) zasnovan na prirodnom instinktu da iznutra imitiramo opažene pokrete i afektivnu ekspresiju druge osobe, što rezultuje buđenjem sličnih osećanja u nama samima. Slična ideja je u osnovi hipnoterapijskog postupka praćenja, „držanja koraka“ (eng. *spacing*), gde terapeut svesno reflektuje telesni stav, gestikulaciju, ritam disanja, mimiku,

dinamiku i tempo govora ili koristi reči iz klijentovog vokabulara. Obično se smatra da je *pacing* tehnika pomoću koje terapeut dobija poverenje klijenta (doživljaj da ga je ovaj razumeo), ali se *pacing* može shvatiti i kao empatijska tehnika u kontekstu gornjih teorijskih formulacija. Postojanje ovakvog procesa međusobne implicitne imitacije i uživanja, koji se može osvestiti i čak svesno primeniti, ali je obično van fokusa svesne pažnje, daje za pravo Rodžersu i drugim teoretičarima, koji ukazuju na značaj terapeutovog prisustva sa klijentom, izvan bilo čega što on čini i van bilo koje vrste ekspertize koju poseduje. To što terapeut jeste, kako se odnosi prema sebi i prema klijentu postaje model za klijenta, htele to obe strane ili ne, svesno ili nesvesno. Naglašavanje značaja pukog prisustva podseća na ono što se u azijskim duhovnim tradicijama zove satsang sa učiteljem, guruom, tj. visoko realizovanim praktikantom u okviru neke tradicije. Satsang je susret čiji smisao nije u prenošenju učenja, već u direktnom doživljaju prisutva učitelja, koji, zahvaljujući fenomenu rezonancije, pomaže učeniku da sam uđe u određeno stanje svesti.¹⁹⁹ Svest o sveprisutnosti modeliranja u psihoterapiji kao intimnoj situaciji učenja dovodi u prvi plan preispitivanje značaja terapeutovih vrednosti, nivoa ličnog razvoja, ljudskih kvaliteta, spremnosti da sam bude u stalnom procesu promene, tj. da bude otelovljenje onoga što podučava.²⁰⁰

¹⁹⁹ Ove „guru“ asocijacije mogu da izazovu nelagodnost kod nekih terapeuta koji žele po svaku cenu da vide sebe kao „naučno orijentisane“, te da požele da zatvore sebe u uzanu definiciju eksperta da bi eliminisali svaku drugu konotaciju u onome što rade. Ovo je, naravno, legitimno ukoliko nekome pruža osećanje lične sigurnosti. Sa druge strane, redukcija terapeuta na ekspertske funkcije (dominantno kognitivni aspekt) je slična redukciji klijenta na simptom, problem ili dijagnozu. To u pragmatičkom smislu znači samo da dimenziju „da tu ima još mnogo više od toga“ prestajemo da respektujemo i koristimo kao mogući resurs. Opasnost od „guru sindroma“ kome su neki psihoterapeuti skloni rešava se samorefleksijom, stalnim radom na sebi i negovanjem otvorenosti za promenu, pre nego zatvaranjem u ekspertsku ulogu.

²⁰⁰ Ukoliko je jedna od najvažnijih stvari koje se u psihoterapiji uče jedna nova kultura u odnošenju sa sopstvenim subjektivnim, doživljajnim svetom, što je centralno čak i u trećem talasu BT, kao što smo videli, a terapeut to sve vreme podučava, ne samo putem formalnih tehnika već i modeliranjem, onda je nemoguće odvojiti psihoterapiju kao disciplinu od vrednosne dimenzije onoga čemu ona podučava. Psihoterapija je dugo vremena bežala od suočavanja sa time pomoću formule da se ona zapravo bavi reparacijom nekih objektivno definisanih entiteta, bilo psihopatoloških ili neadaptivnih ponašanja i kognicija i sl., a da klijent, kada je repariran, može da odluči šta će dalje raditi sa tim u svom životu. Vrednosna dimenzija je, međutim, intrinzički sačinilac svakog psihoterapijskog problema, u smislu pridavanja ili nepridavanja vrednosti određenim aspektima sopstvenog iskustva i odnosa sa drugima i sopstvenim životom, što postaje evidentno tokom psihoterapijskog procesa. To ne znači da se terapeut preuzima bilo kakvu funkciju moralne edukacije, već da je njegova eksplicitna i transparentna svest o vrednosnoj dimenziji, katalizator procesa reevaluacije kod klijenta, koja doprinosi boljem odnosu sa sobom i drugima. Psihoterapijski proces upravo otkriva unutrašnje samoregulativne funkcije etičkih

Smatramo da, pored empatije, postoji drugi način prevazilaženja problema druge svesti u terapiji, a to je iznalaženje i postavljanje klijentu preciznih pitanja, koja ga navode na pažljivo samoposmatranje i samorazumevanje; ovakva pitanja su, dakle, istovremeno terapijska intervencija. Najbolje je ukoliko ih terapeut postavi sa pozicije neznanja, kao na primer: „Možda nemam dovoljno ličnog iskustva sa tim, kako biste mi opisali vaš doživljaj toga, tako da bih mogla bolje da osetim i razumem kako vam je?“ Ovakva pitanja su takođe dobar korektiv, naročito za empatijski i intuitivno nadarene terapeute, koji lako zaborave da postoji problem druge svesti i da je dobro da uvek iznova testiraju svoju intuiciju umesto da podrazumevaju da sve razumeju.

Rodžersova formula terapeutovog ponašanja: neprocenjujući stav prema svemu što klijent iznosi, empatijsko prisustvo, безусловna otvorenost i prihvatanje, neodoljivo podseća na ono što su savremeni terapeuti naučili kao terapijski princip iz *mindfulness* meditacije i čemu podučavaju klijente da primenjuju u odnosu sa sopstvenim iskustvom. Interesantno je da se danas meditacije sabranosti i saosećanja (*mindfulness* i *compassion*), te takođe saosećanja prema sebi (*self-compassion*)²⁰¹ pojavljuju kao psihoterapijska i mentalnohigijenska *panacea*, slično kao što je i Rodžers tvrdio da je terapeutov odnos baziran na donekle sličnim principima *panacea*. Polazeći od toga da se i u savremenim studijama kvalitet terapeutovog prisustva i povezanosti sa klijentom pokazuje kao najrobusniji prediktor pozitivnog ishoda terapije (daleko značajniji od primenjenih tehnika i teorijske orijentacije), Danijel Sigel, koristeći danas popularnu „*mindfulness* terminologiju“ u knjizi *Mindful Therapist* (2010) detaljno analizira kako su kvaliteti terapeuta, na koje je referirao još Rodžers, povezani sa klijentovim napredovanjem. Pri tome se poziva i na podatke iz interpersonalne biologije koji ukazuju na sličnosti između dva naizgled veoma različita fenomena (sa stanovišta mentalnohigijenskih posledica, kao i neuralne organizacije) – fenomena sigurne vezanosti (eng. *secure attachment*) u odnosu između deteta i roditelja i efekata *mindfulness* meditacije. Kvalitet kontakta koji nudi klijentu sigurnost, prisustvo, osećanje povezanosti i razumevanja, prihvaćenost bez procenjivanja, sa jedne strane,

vrednosti, što ostaje u senci u pristupima poput Frojdovog, koji ih vidi kao spolja nametnuti sistem koji služi primarno socijalnoj adaptaciji.

²⁰¹ Vidi npr. istraživanja Kristin Nef o kojima smo ranije govorili.

može biti korektivno interpersonalno iskustvo, sa druge, modeliranje novog odnosa prema sopstvenom iskustvenom svetu.²⁰²

Rodžersova tvrdnja da van odnosa kako smo ga opisali klijentu ne treba nikakva druga specifična psihoterapijska intervencija za izlaženje iz zastoja i razvoj, počiva na dubokoj veri u postojanje onoga što bismo savremenom terminologijom mogli nazvati samoorganizacionim procesima; to je nešto što Frojd i bihevioristi nisu uvažavali kao mogućnost. Danas postaje sve očiglednije da telo i mozak kao biološki sistemi imaju takve samoorganizacione kapacitete²⁰³ na kojima počiva dejstvo placebo, molitve, raznih hipnoterapijskih postupaka, kao verovatno i rad raznih „duhovnih“ iscelitelja. Samoorganizacioni procesi prevazilaze svojom kompleksnošću mogućnost objašnjenja linearno-racionalnim modusom mišljenja i većinom su nedostupni svesti – obično vidimo rezultat, ali ne i elemente i faze procesa. Pošto još uvek ne razumemo kako rade, a ponekad su brzi i imaju stoga auru magičnog, racionalno mišljenje često teži da ih ignoriše ili negira. Dodatni otpor dolazi od toga što se u ovom domenu koriste često objašnjenja koja su jako udaljena od nauke, čak i kada se na nju pozivaju u metaforičkom smislu, kao danas popularne kvantne metafore; inače je u igri šarenilo tradicionalnih i novih metafizičkih i ezoterijskih formula. Ukoliko sve postupke ovog tipa smestimo pod „placebo kišobran“, možemo da primetimo da je njihova sličnost u tome što ne poznajemo delotvorni princip i mehanizam samoorganizacionih procesa, ne možemo tačno da znamo ni dokle dosežu njihovi dometi u samoisceljivanju i regulaciji razvojnih procesa, ali znamo donekle šta može da ih podstakne. Poverenje, davanje dozvole da se dese, prizivanje, otvoren i receptivan mentalni stav su povoljni uslovi;

²⁰²Odnos, dakle, podrazumeva odnos sa drugom osobom, ali i odnos prema sebi tj. sopstvenom iskustvu. To može takođe biti odnos sa nekom od arhetipskih figura koje reprezentuju bezuslovno prisustvo, prihvatanje i ljubav, kao na primer bog (jedna od mogućih slika boga), bogorodica Marija. Isus, Buda, bodisatve Kuanjin i Avalokitešvara, u okviru solitarne duhovne prakse. Slika ove sveobuhvatne, permisivne, opraštajuće dimenzije, koja je viša i šira od svakog problema, može biti naročito važna mogućnost ljudima koji imaju teškoću da oprostite sebi i prihvate sebe, kakvih ima mnogo, na primer, u zatvorskoj populaciji. Egzistencijalna i duhovna dimenzija rada, pre nego ono što vidimo kao uobičajeno psihološku, može kod njih verovatno lakše da otvori prostor za promenu i mogućnost da ponovo prihvate sebe kao ljudsko biće (Zohar i Maršal navode interesantne primere u svojoj knjizi o duhovnoj inteligenciji).

²⁰³ Maturana i Varela su uveli u biologiju koncept *autopoiesis* (stgrč. *auto*–samo *poiesis*–stvarati, graditi, kreirati) da označe organizacione odlike živih bića kao sistema koji su u stalnom procesu samostvaranje i samoodržanja bez spolja zadatog cilja. *Autopoiesis* je po ovim autorima *differentia specifica* živih sistema. Za nas na ovom mestu nije od značaja da ulazimo dalje u njihova objašnjenja autopoietičkih sistema, niti u spoznajnoteorijske konsekvence ovog koncepta u vidu radikalnog konstruktivizma.

preterano ulaganje napora, forsiranje, suviše jaka emocionalna vezanost za ishode i kognitivna elaboracija (preispitivanje, sumnja i sl.) su kontraproduktivni. Milton Erikson je koristio u hipnoterapijskoj intervenciji evokacije skrivenih nesvesnih resursa (u smislu implicitne memorije, proceduralnog ili epizodičkog tipa), koncept terapijskog tercijuma. Tercijum je konstrukt benevolentnog resursa prisutnog u terapijskoj situaciji pored klijenta i terapeuta, tj. njihove svesti i svesnih znanja, sposobnosti i veština. Latinska reč *tertium* – nešto treće – zgodna je zbog svoje metafizičke neutralnosti; ne moramo da znamo i objasnimo šta je tačno tercijum po prirodi, ali možemo da ga koristimo kao pomoć u terapijskom radu.

Humanističku tvrdnju da je klijent sopstveni iscelitelj koji ima u sebi seme samoaktualizacije, kome trebaju samo povoljni uslovi, slično kao što semenu ciklame trebaju voda i sunce da bi se razvili u cvet, u tom obliku nije moguće testirati. Naša metafizička uzdržanost prema ponekad egzaltranim humanističkim opisima čovekove prirode balansirana je pozitivnim pragmatičkim rezonom, koji je sklon da ovakve opise vidi kao hipnoterapijske indukcije ili korisne fikcije u Fajingerovom smislu.²⁰⁴ Ukoliko terapeut zbilja veruje da klijent ima kapacitet da sam sebe isceli i da napravi pozitivne i konstruktivne izbore bez ikakve spoljašnje intervencije, i tu veru konzistentno prenosi samim svojim pristupom, ona može imati implicitno pozitivno sugestivno dejstvo, koje je nalik placebo, što ga, međutim, ne čini manje stvarnim.

Naše uverenje je, za razliku od Rodžersa, da je psihoterapija razvila mnogo delotvornih intervencija, koje terapeut može da primeni umesto da čeka da samoorganizacioni procesi urade čitav posao, ali da je dobro ukoliko terapeut respektuje postojanje ove dimenzije. Ima stvari koje ne možemo da rešimo linearno racionalnim mišljenjem, tehnikama kojima raspolažemo, uz pomoć evidentnih resursa klijenta, gde nam nedostaju informacije i sl. Ako ostavimo otvorena vrata za samorganizacione procese

²⁰⁴ Nemački filozof Hans Fajinger je u svojoj filozofiji „kao da“ („als ob“) smatrao da su korisne fikcije neophodne i prisutne, kako u životu tako i u nauci, religiji, filozofiji, i da se legitimiraju svojom pomoćnom ulogom u pragmatičkom kontekstu (Vaihinger, H., 2007). Takvih fikcija je puna psihoterapija, samo što ovde takve fikcije snažno utiču na psihoterapijske postupke i njihove ishode, te mogu postati samoostvarujuća proročanstva. U tom smislu je fikcija da je čovek poput semenke, iz koje se uz dovoljno svetlosti i vlage razvije divan cvet, terapijski upotrebljivija od fikcija da je čovek rob istorije sredinskih uticaja ili mračne igre iracionalnih sila van domašaja svesti. Smatramo da je u psihoterapiji uputnije, umesto zastupanja ovakve ili onakve slike o čoveku i ljudskoj prirodi, pogledati pažljivo konsekvence koje svako implicitno uverenje ima u konkretnim postupcima, pitanjima koja terapeuti postavljaju i načinu na koji oblikuju terapijsku situaciju.

(terapijski *tertium*), moguće je da oni odigraju ulogu sličnu šećernoj piluli. Kod placebo efekta takođe ne znamo kako, ali šećerna pilula proizvede lučenje tačno onih hemijskih supstanci u mozgu koje su potrebne. Da li ćemo *tertium* nazvati kreativnim, nesvenim porivom za samoaktualizacijom, individuacijom, transcedentalnom funkcijom (Jung), mudrošću tela ili ćemo slediti bilo kakvu ezoteričnu formulu koju klijent ponudi iz sopstvenog repertoara verovanja od sekundarnog je značaja u pragmatičkom smislu.

b. Geštalt psihoterapija

Geštalt²⁰⁵ pristup Frica Perlsa i Laure Posner Perls još je jedan fenomenološki zasnovan, iskustveni pristup psihoterapiji, koji povećanju svesnosti u sadašnjem trenutku pridaje centralni značaj u teoriji, postupku i postavljanju ciljeva terapije. Svesnost za Perlsa ima drugačije značenje nego za Frojda, on je verovatno prvi u psihoterapiji napravio radikalni zaokret od „teleskopske“ ka „mikroskopskoj“ fenomenologiji sadašnjeg trenutka. Svesnost se odnosi na doživljaj svega što se dešava u nama i sredini; nesvesno je, opet, sve što je van polja svesnosti ili pozadina u odnosu na figuru. Cilj geštalt terapije je povećanje svesnosti, koje će proširiti klijentov spektar izbora, omogućiti mu bolji kontakt sa sredinom i prihvatanje svih delova sebe, te prihvatanje odgovornosti za kreiranje sopstvenog života. Svesnost je u geštaltu, može se reći, čak funkcionalno ekvivalenta preuzimanju odgovornosti. Svesnost je lekovita *per se*, ona je i oruđe i cilj promene. U osnovi stava da je svesnost sve ono što je potrebno za pozitivnu promenu leži, za humanističke pristupe karakteristično uverenje, da se samoregulacija i samoorganizacija dešavaju spontano kada se povisi nivo svesnosti.

Geštalt terapiju možemo videti kao dijalošku fenomenološku praksu u kojoj je naglasak na procesu svesnosti (pitanja „kako“ tipa tj. *qualia* tip pitanja), a ne na sadržajima i kauzalnim teorijama („zašto“ tip pitanja). Perls je često formulisao principe svog rada u antitezi prema Frojdu, kao na primer u stanovištu da se geštalt terapija bavi onim što je prisutno u ovde i sada i što je očigledno, nasuprot psihoanalizi koja se bavi prošlošću, skrivenom dinamikom i nesvesnim. Za klijenta je važnije da osvesti šta tačno radi u

²⁰⁵ Termin geštalt preuzet je iz geštalt psihologije kao i termini polje, figura, pozadina, organizacija i reorganizacija polja. Geštalt se odnosi na formu kao koherentnu celinu, koja je više od sume delova. Kao i u vizuelnom opažanju, u klijentovom iskustvu u sadašnjem trenutku postoje figura i pozadina, tj. oni aspekti njegovog sveta koji nisu trenutno u polju svesnosti. Iskustvo se iz trenutka u trenutak organizuje, a ono što je dominantna potreba u ovom trenutku teži da postane figura. (Vidi u: Pearls, F., Hefferline, R. & Goodman, P., *Gestalt-Therapie*, 1985)

„ovde i sada“, na koji način je prisutan u aktuelnoj situaciji i u kontaktu sa terapeutom, nego da osvesti uzroke i etiologiju svog problema. Introspekcija koja ide u pravcu retrospekcije, obojene analizama i tumačenjima se ne ohrabruje. Moguće je naravno Perlsov rad videti i kao nastavak psihoanalize i prepoznati u njegovim pojmovima Frojdovo nesvesno i otpore, ali razlika ostaje u tome što pojmovi geštalt terapije imaju fenomenološko i procesno značenje za razliku od psihoanalitičkih, čije je značenje i metapsihološko, bilo strukturalno ili funkcionalno. Ovde je moguće prepoznati razliku između fenomenološke i funkcionalno-kauzalne karakterizacije svesti iz savremenih diskusija u filozofiji duha. Geštalt terapija pored toga počiva na humanističko-edukativnom, a ne na medicinskom modelu i eksplicitno sadrži jednu životnu filozofiju u kojoj su prepoznatljivi uticaji zena, taoizma i egzistencijalizma. Umesto transfernog odnosa Perls naglašava stvarni, autentični odnos klijenta i terapeuta i njihov stvarni doživljaj situacije, te aktivni angažman obe strane. Egzistencijalni dijalog na osnovama ja-ti odnosa, koji je opisao Martin Buber, dešava se u autentičnom susretu dve osobe koje uzajamno reaguju jedna na drugu i izražavaju sebe; ovakav dijalog produbljuje svesnost i otvaranje i time stvara prostor za promenu i isceljenje. Terapeutova uloga u dijalogu je ponešto različita, jer on kreira uslove za takav dijalog i vodi proces koji priziva svesnost tamo gde su „slepe mrlje“ u iskustvu.

Geštalt terapeut takođe ne interpretira subjektivno iskustvo klijenta, jer smatra da je klijent ekspert za sebe, već nastoji da bude potpuno prisutan i svestan sa klijentom u sadašnjem trenutku i da obraća pažnju na ono što je u klijentovom ponašanju očigledno (umesto da, poput psihoanalitičara, „lovi“ skrivena, nesvesna značenja). To mogu biti, na primer, telesno držanje, pokreti, mimika, nekongruentnost verbalnog i neverbalnog izraza, kvalitet kontakta, doživljaj sopstvenih granica, metafore i pregnantni izrazi i sl. Terapeut skreće pažnju klijentu na to što je primetio i poziva ga da i sam obrati pažnju i ispita svoj subjektivni doživljaj i subjektivno značenje koje to ima za njega. Ovde vidimo, za fenomenološke pristupe karakteristično, poverenje da je klijent u stanju da samostalno razume značenje svog ponašanja, ukoliko mu posveti posebnu pažnju, što obično ne čini u svakodnevnom životu. Nesvesni procesi se osvešćuju svesnim fokusiranjem pažnje, što je veliki kontrast u odnosu na gustinu i netransparentnost koje implicira Frojdov pojam nesvesnog. Terapeut nije nedirektivan; on moderira i fokusira pažnju klijenta u pravcu povećanja svesnosti, a ponekad čak ide do frustriranja klijenta i provokativnih intervencija da bi mu pomogao da osvesti neki aspekt svog ponašanja.

Klijent u psihoterapijskom procesu uči da prihvati i potpuno doživi ono što je trenutno prisutno u njegovoj svesti, da uđe u tok trenutka, što često znači da bude svestan u mnogo većoj meri sveta čulnog doživljavanja nego automatskih misaonih procesa i narativa, što je obično slučaj. Perls je smatrao da je moć promene u sadašnjem trenutku i da beskrajne naracije o prošlosti i budućnosti mogu da budu i izbegavanje da se preuzme moć i odgovornost za promenu. Zato poziva klijenta da, umesto da priča o doživljaju, uđe u sam doživljaj i oseti kako je biti u tome ovde i sada (šta se dešava sada, šta oseća, želi, čega je svestan, kako doživljava strah, zastoje i zaglavljenost, kako izbegava da bude ovde i sada). Šta god da se pojavi iz prošlosti u svesti klijenta, „poziva se“ takođe u sadašnji trenutak – osobe iz prošlosti, fantazije, snovi, emocionalne povrede, jer se „nezavršeni poslovi“²⁰⁶ iz prošlosti, koji muče klijenta, mogu okončati samo u sadašnjem trenutku. Tako, na primer, terapeut može pozvati klijenta da „postavi“ na praznu stolicu naspram sebe osobu sa kojom je imala problematičan odnos u prošlosti i da sa njom „vodi razgovor“ u sadašnjem vremenu, menjajući naizmenično mesta. Nezavršeni poslovi se takođe mogu očitovati u telesnom iskustvu, neizražena osećanja mogu se pojaviti kao fizičke senzacije; Perls poziva klijenta da obrati pažnju gde u telu i kako tačno nešto doživljava, zatim da prevede senzaciju u govor („šta bi mi taj deo tela rekao?“). Direktni rad sa doživljajem u sadašnjem trenutku ima daleko veću impresivnost od pričanja o doživljaju, otuda je u ovakvim intervencijama i veća moć promene.

Ova centralna orijentacija geštalt terapije izražena je u pravilima po kojima se odvija rad u geštalt grupama. Smisao pravila je da osvetle otpore, tj. načine izbegavanja da se bude u ovde i sada i u kontaktu sa terapeutom ili drugim članovima grupe. Pravilo koncentracije na sadašnjost zahteva da sve doživljeno bude izraženo i verbalizovano u

²⁰⁶ Nezavršeni posao u geštalt terapiji je nekompletirano emocionalno iskustvo koje zarobljava energiju za rast i razvoj i izvor je raznih poremećenih i manipulativnih ponašanja. Nezavršeni posao može biti „zarobljen“ u kontrahovanim mišićima, gestovima, pozama, pokretima, simboličkim sadržajima, mimici. Ostajući u pozadini, nezavršeni posao se samoreprodukuje. Terapijski proces dovodi nezavršeni posao u svest, tako da može da postane figura i završi se. Akumulirani nezavršeni poslovi odvrćaju svesnost od „ovde i sada“, gde je jedino moguće zadovoljenje potreba i kompletiranje geštalta. Neispoljena osećanja oslobađaju se samo delimično kroz razne neurotične mehanizme i manipulacije u interpersonalnim odnosima, ali nikada potpuno. Kognitivni napredak u terapiji ne dovodi nužno do velikih promena, ako neispoljena, potisnuta osećanja i dalje inhibiraju svesnost. Završavanje posla je moguće samo ako neispoljena osećanja budu ponovo proživljena i prihvaćena kao svoja, ali ovoga puta kompletno i u središtu svesnosti. To je korak od fragmentacije ličnosti ka celovitosti i integrisanosti, i ka oslobađanju zarobljene energije.

sadašnjem vremenu. Umesto prepričavanja i pričanja o problemu, terapeut poziva klijenta da pokaže ono o čemu priča, što ga navodi da osvesti šta oseća u sadašnjem trenutku. Pravilo kontakta ja i ti je antidot za neodređeni govor i izbegavanje gledanja druge osobe u oči, što se takođe može shvatiti kao otpor. Tako terapeut može da pita klijenta: „Kome se obraćate, kada to kažete?“, čime ovaj postaje svestan svog odnosa sa drugom osobom i načina kako je doživljava. Komunikacija je direktna i lična; u geštalt terapiji se ne govori o nekoj osobi, već joj se obraća direktno. Pravilo korišćenja ličnog govora primenjuje se u slučaju da klijent pribegava apstraktnom ili neutralnom govoru u trećem licu kada govori o sopstvenim osećanjima, mislima i ponašanjima. Terapeut traži od klijenta u tom slučaju da ponovi rečenicu u prvom licu jednine. Koristeći lični govor, klijent preuzima odgovornost za svoja osećanja. Ponekad terapeut traži od klijenta da kaže neku za njega važnu rečenicu (npr.: „ne volim kada ne slušaš šta kažem“) svakom članu grupe ponaosob i da čuje od svakoga odgovor. Pravilo kontinuiteta svesnosti odnosi se na vraćanje klijenta uvek iznova na direktno iskustvo u sadašnjem trenutku; kada se klijent upusti u sećanja, fantazije, analize, tumačenja, traženje uzroka, prepričavanje, terapeut može da pita: „Čega ste sada svesni?“ „Kako to doživljavate?“ „Da li ste svesni položaja svog tela u ovom trenutku?“ i sl. Kontinuirana svesnost i kontakt sa neposredno doživljenim, sa čulima, telom, okolinom, terapeutom, članovima grupe, najbolja su protivmera otporima. Zato geštalt terapija nastoji da pomeri fokus od intelekta ka čulima, da istraži kako nešto doživljavamo, izbegavajući preduge verbalizacije, objašnjavanja i analize.

Čitav rad u geštalt terapiji ima karakter eksperimentacije. Glavno sredstvo rada Perls je i nazvao eksperimentom. Eksperiment služi da pomeri fokus klijenta sa razgovora na direktno iskustvo predmeta razgovora, da poveća svesnot i posluži kao osnova iskustvenog učenja. Eksperimenti su takođe prilika za probu ponašanja koja inače izazivaju kod klijenta otpor i strah. Za razliku od tehnika, koje su već gotovi postupci koji stoje terapeutu na raspolaganju, eksperiment nastaje u trenutku, iz interakcije terapeuta i klijenta i dizajniran je tako da služi konkretnom klijentu i njegovoj trenutnoj temi. Svaki eksperiment je kreativan i spontan čin, koji traži od terapeuta visok stepen prisutnosti, dobru uvremenjenost i procenu odnosa između sigurnosti i rizika za koji je klijent spreman i koji je optimalan da bi doveo do povećanja svesnosti. Rezultat eksperimenta, često je, međutim, iznenađenje i za klijenta i za terapeuta. Eksperiment može da aktualizuje i čak dramtizuje neki konflikt ili da eksternalizuje unutrašnji

dijalog ili neprihvaćeni deo klijentove ličnosti. Jedan veoma često prisutan unutrašnji konflikt je između kritikujuće, naređujuće instance (u geštalt terminologiji *top dog*) i one koja se brani, pravda ili manipuliše (*under dog*). Inscenacija dijaloga između dva dela ličnosti otkriva jasno motivacije i strategije oba dela i time omogućava prevazilaženje unutrašnje podvojenosti i fragmentacije. Sličan dijalog je moguć i sa neprisutnom osobom ili nekim delom sopstvenog tela. Eksperimenti mogu ići u pravcu ponavljanja i pojačavanja nekog suptilnog telesnog signala, gesta, pokreta ili mimike, dok klijent ne postane svestan njegovog unutrašnjeg emotivnog značenja; terapeut takođe može tražiti od klijenta da ponovi neku pregnantnu rečenicu ili frazu koju je izgovorio, samo glasnije, kako bi jasnije sagledao njeno značenje. Terapeut takođe može pozvati klijenta da ostane sa osećanjem koje se pojavilo i pojača ga, što se suprotstavlja automatskoj tendenciji izbegavanja naročito neprijatnih ili nejasnih osećanja, koja onemogućavaju kompletiranje geštalta tj. završavanje poslova. Eksperiment se može sastojati u probi sasvim novih ponašanja i rečenica, pri čemu klijent obraća pažnju na to kako se pri tome oseća.

Geštalt pristup snovima dobro ilustruje različit pravac rada u odnosu na psihoanalizu. Geštalt terapeuti ne analiziraju i ne interpretiraju snove, već insceniraju dijalog između različitih delova sna, sa pretpostavkom da svaka figura i objekat iz sna predstavlja neki deo ličnosti sanjača. Perls je, za razliku od Frojda, koji je snove video kao kraljevski put ka nesvesnom, rad sa snovima video kao kraljevski put ka integraciji.

Još jedan aspekt geštalt terapije je vredan pomena. To je takozvana paradoksalna teorija promene. Što više pokušavamo da nešto promenimo, tj. da budemo nešto što nismo, to je teže promeniti se. Put promene je u prihvatanju svega što jeste; to se odnosi pre svega na ponovno prisvajanje neprihvaćenih delova sebe. Prihvatanje, u smislu saosećajnog posmatranja bez suđenja, daje mogućnost da se neprihvaćeno oslobodi i da se otvore nove mogućnosti.²⁰⁷

²⁰⁷ Sam Perls nije bio naročito saosećajna osoba; poput mnogih osnivača psihoterapijskih škola bio je harizmatičan i narcisoidan, sklon praktikovanju konfrontacije, teatralnosti i dramatičnosti u radu sa klijentima, što su neki njegovi učenici imitirali, a što nije na unutrašnji i smislaon način povezano sa filozofijom i metodologijom geštalt pristupa, niti doprinosi njenoj efikasnosti i dobrom glasu. Mnogi danas praktikuju geštalt psihoterapiju sa ljubaznim i saosećajnim stavom prema klijentu, uz mnogo više kooperativnosti i podrške.

Geštalt psihoterapija je pokazala da je precizan fenomenološki rad sa onim što se aktuelno zbiva u svesti klijenta dovoljan, jer su ograničavajući obrasci mišljenja, doživljavanja i ponašanja, koji su formirani u prošlosti prisutni ovde i sada u vidu opstrukcije klijenta da ide u svom željenom pravcu. Osvestiti opstrukciju u smislu šta i kako, a ne u smislu njenog porekla i istorije može biti dovoljno. Geštaltisti su pokazali, takođe, kako je osveščivanje proces koji se dešava u direktnom fenomenološkom istraživanju, umesto posredstvom interpretacija psihoterapeuta. Najveći doprinos geštalt psihoterapije je konkretizacija fenomenološkog postupka kroz kreativnu upotrebu idiografskih, iskustvenih eksperimenata kao sredstva povećavanja svesnosti. Ono što je u fokusu geštalt rada je upravo fenomenalni aspekt svesti – kako to izgleda biti u nekom iskustvu. Metodologija direktnog posmatranja (s one strane narativa) svega što se pojavljuje bez procenjivanja, suđenja i interpretacije i prihvatanja svakog iskustva takvog kakvo je, bez pokušaja da ga promenimo neodoljivo podseća na savremene *mindfulness* pristupe. Lako je moguće uspostaviti paralelu između Perlsovih shvatanja terapijskog procesa i onoga što se dešava u *mindfulness* meditaciji, koja je, pored tradicionalnih načina praktikovanja, danas ušla na velika vrata u psihoterapiju. Ideja da je svesnost i prihvatanje svega što se pojavljuje u svesti takvog kako jeste ono što dopušta organizmičku samoregulaciju i time po sebi lekovito, provlači se kroz obe tradicije. Teškoća da se bude u sada u dijalogu sa terapeutom takođe je slična teškoći koju ima svako ko počne da praktikuje *mindfulness* meditaciju.

c. Terapije orijentisane na rad sa telom ²⁰⁸

Začetnik telesno orijentisanih terapija je Frojgov učenik Vilhelm Rajh, koji je, posmatrajući telo klijenta tokom terapije, primetio da muskularne tenzije koreliraju sa potisnutim emocijama i razvio iz toga teoriju o transferzalno segmentiranom telesnom oklopu²⁰⁹ i njegovoj vezi sa karakternim strukturama, kako ih je opisao, polazeći od

²⁰⁸ Alternativni termin koji ćemo i mi ponekad koristiti je telesne psihoterapije (eng. *body psychotherapies*), koji je usvojen na kongresu u Lindauu 1991. za brojne psihoterapijske škole koje imaju fokus na radu sa telom, a koje su se razvile u toku nekoliko decenija posle Rajha i njegove vegetoterapije. Telesne terapije su naročitu popularnost stekle od sedamdesetih godina. Pomenimo ovde samo nekoliko primera: bioenergetika Aleksandera Lovenaa, radikals terapija Čarlsa Kelija, primalna terapija Artura Janova, biosinteza Dejvida Boadele, biodinamska psihoterapija Gerde Bojesen, Hakomi terapija Rona Kurca, somatsko doživljavanje Pitera Levina. Danas postoji više desetina telesno orijentisanih modaliteta.

²⁰⁹ Energija protiče kroz telo dominantno po vertikalnoj osnovi, a segmentna struktura telesnog oklopa koja sprečava njen spontani tok je horizontalna.

Frojdove teorije psihoseksualnog razvoja. Direktna rad sa telom, koji je praćen emocionalnom abreakcijom, te teoretisanje o orgazmu, orgonskoj energiji i angažman u nemačkoj komunističkoj partiji bili su više nego dovoljni razlozi da ga Frojd isključi iz psihoanalitičkog pokreta.²¹⁰ Rajh je posmatrao ne samo sadržaje koji se potiskuju, već i kako telo učestvuje u kontroli impulsa i emocija. Dete, pod uticajem represivnog vaspitanja, zaustavlja seksualne impulse ili bes zadržavanjem daha i mišićnim kontrakcijama, te ukoliko stalno mora da se bori sa svojim impulsima, rigidnosti u telu postaju hronične i tako nastaje mišićni oklop, nad kojim osoba više nema svesnu, voljnu kontrolu. Oklop obavlja funkciju potiskivanja i vodi niskom nivou vitalnosti i smanjenoj sposobnosti doživljavanja osećanja. Rajhova vegetoterapija treba da povрати sposobnost prepuštanja toku životne energije bez otpora i pražnjenje seksualnog nadražaja kroz nevoljne spontane konvulzije tela, tj. orgastički refleksi. Rajh je naglašavao značaj Frojdovih faza psihoseksualnog razvoja i postizanje punog orgastičkog kapaciteta kao cilj psihoterapije, što nije karakteristično za njegove sledbenike, koji su razvili u nekoliko narednih decenija brojne psihoterapijske modalitete koji polaze od ideje funkcionalnog jedinstva duha i tela i rade paralelno sa telom i kognitivno-verbalnim sadržajima.

Rajhov učenik Aleksander Loven razvio je školu poznatu kao bioenergetska analiza i u okviru nje učenje o pet karakternih tipova, koji su opisani preko svojih psiholoških i telesnih odlika, kao i niz specifičnih telesnih vežbi koje dovode klijenta u kontakt sa sopstvenim telom, energetskim tokom i blokadama i katalizuju oslobađanje oklopom zarobljenih emocija. Tako na primer vežba uzemljavanja (eng. grounding), koja u bioenergetici ima poseban značaj, razvija osećanje kontakta sa podlogom, sa zemljom i prirodom, sa telom i osećanjima, kao i kontakta sa drugim osobama. Vežbe u stojećem stavu, vežbe balansiranja na jednoj nozi, pokreti udaranja i šutiranja, otkrivaju napetosti, nedostatak kontakta i koordinacije, lošu ravnotežu. Dobra uzemljenost poboljšava toleranciju za povišeni nivo doživljavanja i izražavanja emocija, do koga dovodi labavljenje oklopa. Vežbe produbljanja disanja i dovođenja tela u stresne položaje otkrivaju i rastvaraju tenzije i blokade toku energije i time otvaraju put ka potpunijem proživljavanju emocija i dubljih organizmičkih senzacija. Vežbe koje uključuju pokrete

²¹⁰ Interesantno je da se seksualnost kao glavna tema klasične psihoanalize tretira u terapiji u simboličkoj i narativnoj ravni kao da je samo mentalni, a ne prevashodno telesni doživljaj. Izgleda da je bilo neminovno da se pre ili kasnije pojavi neko dovoljno odvažan poput Rajha da „vrati“ seksualnost u telo.

i emocionalnu ekspresiju su takođe važan deo bioenergetske analize. Klijent može, na primer, ležati na strunjači i udarati pesnicama i nogama dok viče „ne“ ili „neću“, što je verbalni ekvivalent hroničnoj mišićnoj tenziji i oslobađa dublje slojeve osećanja. Proces katartičkog izražavanja mogu pomagati ostali članovi grupe podržavajući klijentovo „ne“ ili mu suprotstavljajući „da“ ili „hoćeš“. Još jedna važna vrsta vežbi u grupnom radu su vežbe kontakta, koje se izvode sa drugim članovima grupe. One su modelirane tako da jasno otkrivaju obrasce odnosa sa drugim, koji postaju očigledni na telesnom nivou, kao i tako da ponude prostor za isprobavanje novih, otvorenijih i više zadovoljavajućih obrazaca odnosa.

Radiks (lat. radix – koren, izvor) terapija Čarlsa Kelija napravila je u odnosu na Rajha i Lovena veliki korak od psihoanalize ka humanističkoj psihologiji – umesto fokusa na patologiji i simptomima, Keli vidi radiks kao edukaciju o osećanjima i smislu i ima za cilj razvoj sposobnosti za proživljavanje dubokih emocija i sposobnosti za svrhovit život. Kelijev rad je usmeren na proces mnogo više nego na sadržaj, on vidi sam proces doživljavanja inhibiranih osećanja kao lekovit, dok konceptualizacija i kognitivna elaboracija doživljenog dolaze naknadno, ukoliko se uopšte pokažu kao potrebne; terapeut napušta interpretacije zarad podsticanja direktnog iskustva kod klijenta.

Radiks je Kelijev centralni pojam, paralelan pojmu orgonska energija ili bioenergija, ali sa ponešto drugačijim nijansama značenja, što ćemo analizirati nešto kasnije. Radiks pulsira u telu, ritmički se šireći (punjenje) i skupljajući (pražnjenje), kao na primer prilikom udaha i izdaha. Ne samo da radiks pulsira kroz telo, već i blokade, koje ometaju prirodan tok radiksa, Keli shvata procesno, kao kontrapulsacije koje imaju suprotan smer od radiksa. Za razliku od Rajha, koji je oklop shvatio kao objektivnu strukturu koja se sastoji od hroničnih mišićnih tenzija, kod Kelija je oklop pre stalna aktivnost organizma koja sprečava spontano doživljavanje i izražavanje osećanja (bol, radost, bes, strah, ljubav). Produblavanje disanja i opuštanje mišićnih kontrakcija dovode u svest osećanja i impulse koji su dotada bili potiskivani – kontrakcija u telu reflektuje suženu svest u smislu nedostatka svesnosti za sve što je povezano sa potisnutom emocijom i što može da je probudi.

Kelijeve rad je posebno fokusiran na blokiranje besa, straha i bola.²¹¹ Radiks edukacija o osećanjima ima za cilj da povрати kapacitet za osećajnost, napuštanjem kompulzivne kontrole nad osećanjima i straha od gubitka kontrole (doživljaj da su emocije opasne, čak i u ravni preživljavanja), koji održavaju osobu u umrtvljenom životu. Time se blokirajuće kontrapulsacije olabavljaju, ali stoje osobi i dalje na raspolaganju ukoliko se ukaže potreba za njima. I sposobnost prepuštanja osećanjima i sposobnost blokiranja osećanja su bitne i adaptivne; klijenet kroz psihoterapijski rad osvešćuje šta radi da bi se zaštitio od osećanja i kako to tačno čini i time proširuje svoj spektar izbora.

Poreklo muskularnog oklopa Keli shvata drugačije od Rajha. Rajh je smatrao da je oklop posledica represivnih socio-ekonomskih uticaja iz porodice, kulture i religije. Keli smatra da je oklop proizvod cilju usmerenog ponašanja koje počiva na mehanizmu voljne pažnje i voljne kontrole toka energije; on je naučen u detinjstvu uz ulaganje napora koji se očituje kroz mišićne tenzije i zadržavanje disanja. Sposobnost blokiranja prirodnog toka radiksa omogućava svrshishodno ponašanje čoveka koje, za razliku od životinje, nije usmereno samo ka ciljevima koji su čisto biološki i instinktivno određeni. Snaga volje je, dakle, u funkciji preživljavanja i razvoja kod čoveka, inače oklopljavanje, koje je biološki štetno, ne bi evoluciono opstalo. Čoveku je prirodan konflikt osećanja i svrhe, spontane privlačnosti koja je biološki programirana i volje kao produkta kulture, verovanja, vrednosti i konceptualnog mišljenja. Što je ulaganje voljnog napora kompulzivnije i što su postavljeni ciljevi manje usklađeni sa osećanjima (na primer, ukoliko nisu zaista naši ili ih ne razumemo u potpunosti), to je veća hronična napetost i fragmentiranost ličnosti. Utoliko je edukacija o svrsi neophodan deo terapije; ona se bavi preispitivanjem ciljeva i vrednosti klijenta – da li su ovi odabrani od strane klijenta, osmišljeni i usklađeni sa najdubljim osećanjima ili su nametni spolja i umrtvljuju osećanja i kapacitet za zadovoljstvo (Kelley, Ch., 1980).

Telesne terapije uvele su različite nove termine za životnu silu ili energiju koja je u centru njihovog interesovanja, a za šta u zapadnoj psihologiji nisu imale jako uporište. Rajh je govorio o orgonskoj energiji, Loven o bioenergiji, Keli o radiksu. Zapravo je već pre njih Frojd skovao termin libido i koristio „energetski jezik“ u svom

²¹¹ Keli pravi razliku između osećanja i oseta; iako radi i sa jednim i sa drugim, njegovo težište je na osećanjima. Dok su oseti (senzacije) više vezani za periferiju tela i imaju poreklo u energijama koje dolaze iz spoljašnje sredine, osećanja su povezana sa somaskim promenama iz srži, tj. dubine tela.

metapsihološkom teoretisanju, ali je ovaj ostao apstraktan, neukorenjen u telo i bez jasne korespondencije sa bilo objektivnim, telesnim ili subjektivnim, fenomenološkim, pokazateljima ili sa postupcima, procedurama ili vežbama preko kojih ga je moguće demonstrirati. U kontekstu azijskih kontemplativnih tradicija koje su se par hiljada godina razvijale u okviru hinduizma, budizma i taoizma, energija i energetske koncepti poseduju pragmatičku relevantnost; oni predstavljaju deo trojstva telo–energija–duh i povezane su sa praksama kultivacije energije, koje vode iskustvu energetskih tela, centara i kanala. Terapije orijentisane na rad sa telom prve su na Zapadu napravile korak u tom pravcu, te nije čudo što su morale da tragaju za novim konceptima i terminima. Keli je jasno shvatio da energiju u telesnim terapijama ne smemo da redukujemo na fizički koncept energije i shvatimo ga mehanicistički, što, prema njegovom shvatanju, njegov učitelj Rajh nije uspeo da izbegne. Sa druge strane, nije želeo da pojam ima mistične konotacije. Zato je uveo sasvim novi, relativno neutralni termin radiks (lat. radix – koren, izvor). Radiks nije odredio kao energiju, već neutralnije, kao kreativni proces koji ima subjektivne i objektivne manifestacije i predstavlja čak most između subjektivnog i objektivnog (vidi npr. u Klisić, Lj., 1995, str. 97–98). Tok radiksa u telu doživljava se subjektivno kao emocija ili neki drugi oblik svesnog iskustva kao što su na primer razni telesni oseti, doživljaj strujanja, vibriranja, pulsiranja, a objektivno se izražava kroz spolja opservabilne pokrete tela. Kelijeva neodređenost u definisanju radiksa može se shvatiti kao slabost ili kao snaga ove pozicije. Smatramo da je Kelijev pokušaj utoliko interesantan ukoliko počiva na razumevanju da je za opis onoga čime se telesne terapije bave nedostatna kartezijanska dihotomija telo-duh i da je za njih opasno zastranjivanje bilo u pravcu fizikalizma ili misticizma.

Ono sa čim rade telesne psihoterapije i nije primarno fizičko telo, onako kako ga shvata na primer zapadna medicina, već pre ono što azijske tradicije nazivaju energetskim ili suptilnim telom, a zapadne fenomenološke tradicije fenomenalnim telom (npr. *corp phenomenal* nasuprot *corp objectif* kod Merlo-Pontija). Koncepti energetskog i fenomenalnog tela su svakako različiti, kao što je različit i kontekst u kome su nastali, ali smatramo da na Zapadu sazreva trenutak njihovog plodnog povezivanja. Dok su razni energetske pojmovi u prvoj polovini dvadesetog veka mogli biti viđeni kao intelektualno neozbiljni (čega je, kako smo videli, Keli bio duboko svestan), bliže upoznavanje sa azijskim kontemplativnim, medicinskim i mentalno-higijenskim

praksama otkriva, da životna energija (*qi* u Kini, *prana* u Indiji imaju donekle paralelu u zapadnim pojmovima libido, orgon, radiks) ovde nije samo metafizički koncept, već se oslanja takođe na iskustvene podatke prvog lica. Energetska anatomija tela na kojoj počiva medicinska praksa (npr. *TCM*) plod je viševekovnog fenomenološkog istraživanja živog tela iz ugla prvog lica, za razliku od anatomije zapadne medicine koja počiva na seciranju fizičkog tela, odnosno leševa i podacima trećeg lica. Azijski koncepti energetske centara i kanala (meridijana) delom su empirijski zasnovani na minucioznom fenomenološkom istraživanju i poseduju znatno viši stepen konkretnosti i upotrebljivosti od npr. energetske vokabulara koji je Frojd koristio u metapsihologiji, a koji izgleda kao da je preuzet iz fizike i deluje dobrim delom mehanicistički i metaforički. Tako, na primer, stimulacija određenih tačaka na stopalima koja pripadaju „meridijanu bubrega“ može da dovede do senzacije topline u predelu bubrega, isto kao i praktikovanje pojedinih čiči gong pokreta. Energetska anatomija, opis fizičkih organa, kao i čitav medicinski sistem počivaju na *qualia* tipu podataka (telesne senzacije – toplo, hladno, bol, pritisak, pravac strujanja energije, kao i boje, ukusi, zvuci...).²¹²

I postupci telesnih terapija mogu biti više usmereni na fizičko, objektivno telo ili na fenomenološko, subjektivno ili energetske telo. Oklop se može ustanoviti spoljašnjim, objektivnim posmatranjem fizičkog tela i to je nešto što rade telesno orijentisani terapeuti - analiziraju telo, muskularne blokade (hipo- i hipertenziju u pojedinim segmentima), pokrete (uobičajene, agresivne, meke, seksualne) i način disanja klijenta, te na osnovu toga zaključuju o toku energije u telu. Sa druge strane, klijent iščitava iznutra telesne osećaje, osećanja (*felt sense*) i fine energetske tokove u telu i traži način da ih verbalizuje i saopšti terapeutu; ovaj rad je više fenomenološki i ne mora nužno uključivati rad sa fizičkim telom. Telesne psihoterapije kombinuju oba pristupa; pri tome, fokus može biti više na korišćenju telesnih vežbi ili na posmatranju telesnih oseta.

Prvi talas terapija orijentisanih na telo izneo je na videlo niz važnih psihoterapijskih tema, uz svu naivnost koju je duh zapadnog čoveka u susretu sa telesnošću i seksualnošću, koje su vekovima na masivan način potiskivane, demonizovane i

²¹² Koncept energetske tela, koje je u jednom svom aspektu takođe fenomenalno telo, možda će se pokazati u daljim istraživanjima i kao interesantna spona između duha i tela. Na Zapadu je obično za treći deo trijade korišćena reč duša, koja nema jasno određenje i uz niz religioznih konotacija u svojoj istoriji, predstavlja pojam koji savremena nauka izbegava. Pitanje koje nam se čini interesantno, iako nećemo ovde na njega pokušavati da odgovorimo jeste – kakva bi bila veza između koncepta energetske tela i tradicionalnih zapadnih shvatanja duše u više iskustvenoj i pragmatičkoj nego metafizičkoj ravni?

posmatrane kao suprotnost svemu duhovnom, morao da ima. To je bio prvi pokušaj prevazilaženja kartezijskog rasepa između tretmana mentalnog i somatskog domena²¹³, prisutnog kako u medicini tako i u psihoterapiji, detabuizacije telesnog kontakta, a pre svega razumevanja da su telesna spontanost, prirodnost i kapacitet za kontakt i doživljavanje zadovoljstva važne determinante mentalnog zdravlja. Danas, kada su na Zapadu dostupne stare azijske discipline kultivisanja životne energije i seksualnosti (či gong, tai či, borilačke veštine, joga, akupunktura, šijacu i razni drugi oblici masaže, tantrička i taoistička umetnost orgazma i sl.), koje počivaju na velikom znanju o energetskim centrima i kanalima protoka energije i sofisticiranom pristupu rastvaranju blokada u energetskim tokovima, ovi rani zapadni pokušaji rada sa telom, energijom i afektom izgledaju ponekad pomalo grubo i pojednostavljeno. Ekscentričnost ponekad forsiranog katartičkog oslobađanja afekta, te radikalnost ideje o razvoju punog orgastičkog potencijala ili o primalnom čoveku, koji spontanano i slobodno živi i izražava svoja osećanja²¹⁴, često su doprinosile lošem glasu ovih terapijskih postupaka u decentnijoj „naučno orijentisanoj“ psihoterapijskoj javnosti.

Dok je težište rada telesnih terapija u prvoj fazi razvoja bilo je na katartičkom oslobađanju potiskivanih emocija i uvidu (pošto su telesni terapeuti obično imali „predistoriju“ u psihoanalizi), kasnije su sve više razvijane procesno orijentisane forme rada, koje imaju za cilj razvoj senzibilnosti za sopstveno otelovljenje, za emocije i protok energije (iskustvo telesnih oseta strujanja, vibriranja, pulsacija). Rad sa telom i emocijama može biti veoma bučan i abreaktivan ili suptilan, fini i niskog intenziteta i

²¹³ Danas, psihosomatika, te bihejvioralna i komplementarna medicina, uključuju u tretman fizičkih bolesti nefizikalne psihološke postupke, kao što sa druge strane, pokazuju da fizikalne intervencije (na primer promena načina ishrane) mogu imati značajne posledice u psihološkoj ravni. Di-stres se pokazuje kao značajan okidač bolesti tela i psihe, dovodeći do poremećaja u samoregulatornim i samoorganizacionim procesima kojima raspolažu telo i mozak, što dovodi tradicionalne demarkacione linije između psihičkog i telesnog, te njihovog tretmana, sve više u pitanje.

²¹⁴ Naročito je Artur Džanov insistirao na ponovnom proživljavanju bolnih primalnih scena u regresiji kao putu oslobađanja potisnute ljudske osećajnosti, koja je u osnovi lažnog, nerealnog ja. Pražnjenje bola, kako se međutim pokazalo, ne garantuje po sebi smisao život i može da stvori čak adiciju na „primalni“ način ovladavanja emocijama i problemima. Suviše naglašeni fokus na bolu i slamanju otpora (gotovo sva ponašanja se mogu videti kao izbegavanje bola), karakterističan za Džanova, nosi u sebi i opasnost, kao i svaka terapijska logika koja prenaglašava negativno, patološko, bolno, problematično, da učvrsti i učini „stvarnim“ ono na čemu počiva pažnja najveći deo vremena. Prenaglašavanje katartičkog puta u terapiji treba, međutim, sagledati i u kontekstu opštih trendova u vremenu u kome se razvijala primalna terapija i slične metode. Potpuno prirodna i oslobođena primalna ličnost bila je jedna radikalna vizija karakteristična za buntovni *Zeitgeist* sedamdesetih.

visokog fokusa pažnje. Ovaj drugi može biti čak efikasniji, jer je puno prisustvo u doživljaju i svesnost o nijansama lakše održati kada je emocionalni doživljaj nižeg intenziteta. Savremeno shvatanje značaja tela u psihoterapijskom radu daleko je šire od telesne ekspresije emocija; u telesnim senzacijama, pokretima i raznim formama „govora tela“ sadržana su često znanja, putokazi i rešenja za kojima tragamo.

Danas su saznanja i metode lečenja zasnovane na idejama o energetskom telu, energetskim centrima i kanalima azijske provenijencije već široko ušli u terapijske postupke, kako u medicini (energetska medicina), tako i u psihologiji i psihoterapiji. Interesantne sinteze istočnih i zapadnih pristupa daju Dona Eden (*Energy medicine*, 2013) i Dejvid Fajnštajn (*The Promise of Energy Psychology*, 2005). Jedan od najnovijih razvojnih pravaca u psihoterapiji je pojava tzv. energetskih terapija, poput *EMDR* (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*), *EFT* (*Emotional Freedom Technique*) i sl., koje se još nisu sasvim etablirale na psihoterapijskoj sceni, iako su široko korišćene, kako u terapiji, tako i kao tehnike samopomoći. Jedna od njih, *EFT* (koju je Gari Krejg preuzeo od psihoterapeuta Rodžera Kalahana i popularisao), na primer, kombinuje verbalni psihoterapijski rad sa tapkanjem akupresurnih tačaka, koje treba da pokrene energetski tok.

Nove terapije orijentisane na telo (npr. Piter Levin – *somatic experiencing* i Pet Ogden – *sensomotor psychotherapy*) razvile su se naročito u radu sa posttraumatskim sindromom, gde postaju nezaobilazne. Dok su tradicionalne terapije fokusirane na verbalno-kognitivno-analitičku ravan rada uspevale da u slučaju traume postignu *reframing*, te bolje izlaženje na kraj (*copying*) sa traumatizacijom i funkcionisanje u svakodnevnom životu, nove terapije teže radikalnijem cilju – potpunoj obnovi vitalnosti i životne radosti. Kako je trauma pohranjena na somatskom i senzomotornom nivou, ovakvo „resetovanje“ nervnog sistema nije ostvarivo kroz verbalno-narativni modus rada, već mora da uključi i direktan, često „mikroskopski“ rad sa telom i čulnim doživljavanjem. Instinktivna reakcija zamrzavanja²¹⁵ dovodi do osećanja tuposti i neprisutnosti u telu, te bega od unutrašnjeg sveta doživljavanja i straha od preplavlivanja neprijatnim senzacijama. Pričanje o traumi ne čini da doživljajno telo

²¹⁵ U engleskom se često govori o 3 F (*fight, flight & freeze*) kao o instinktivnim, biološki programiranim reakcijama na opasnost. Treća je pre svega karakteristična za traumatizaciju; ukoliko se zamrznutost i „paraliza“ posle traumatske situacije ne stresu iz tela (kao što to čine životinje u prirodnim uslovima života), one dovode do posttraumatskog poremećaja koji može trajati godinama (vidi npr. kod Peter Levine, *Healing Trauma: A Pioneering Program for Restoring the Wisdom of Your Body*, 2008).

postane za klijenta ponovo sigurno mesto, a katartičko prizivanje traumatskog doživljaja u punoj snazi nije nimalo uputno. Put obnavljanja zamrznutih energetskih tokova je u postepenom oslobađanju, reintegraciji i ovladavanju neprijatnim emocijama i senzacijama kroz direktan rad sa telom, disanjem, pokretom i domenom čulnog doživljavanja. Savremene telesno orijentisane terapije koriste fenomenološki pristup i na *mindfulness* postupcima zasnovano praćenje sopstvenog tela, za postepeno proširivanje „prozora“ tolerancije za doživljavanje, koji je kod traumatizovanih veoma sužen.²¹⁶

U radu sa traumom, terapije orijentisane ka telu mogu se dobro kombinovati sa art terapijama; telesne terapije su se, na primer, dugo razvijale nezavisno od plesnih terapija kao art terapijskog submodaliteta, iako među njima postoji visok stepen preklapanja.²¹⁷ Povezivanje rada sa doživljajnim telom i ekspresivnih art terapija (terapija umetnošću) uopšte, veoma je prirodno.²¹⁸ U slučaju traume, umetnički mediji, koji deluju primarno preko čulnog doživljavanja izgledaju idealno, jer dozvoljavaju istraživanje senzacija, pokreta, doživljajnog sveta, koje je fokusirano na sadašnji trenutak, a ima eksperimentalni karakter (umetnički prostor je u odnosu na „stvarni svet“ malo pomereni „kao da“ prostor), tako da omogućava postepeno proširivanje prozora tolerancije i dešifrovanje transverbalnog²¹⁹ domena, u kome je ključ traume.

²¹⁶ *Mindfulness* meditacija kao solitarna sedeća praksa, pokazala se inače kontraindikovano kod traumatizovanih. Ovaj način praktikovanja sabranosti koji dovodi do relaksacije i smanjenja svakodnevnih mentalnih aktivnosti, prilika je da preplavljujuća traumatska sećanja i senzacije povezane sa traumom ponovo dođu u svest, a to je upravo ono čega se traumatizovani najviše boje. Praktikovanje sabranosti u interpersonalnom okviru i u okviru joga vežbi pokazalo se znatno primerenijim kod ove populacije (vidi npr. Bessel van der Kolk i sar. *Overcoming Trauma through Yoga: Reclaiming your Body*, 2011).

²¹⁷ U radu sa posttraumatskim sindromom, na primer, ples omogućava spontano završavanje reakcija, tamo gde je došlo do „zamrzavanja“ (traumatski simptomi su često nepotpun odgovor tela na neki oblik napada na integritet), a reakcija „otresanja“ koja postoji kao urođeni mehanizam kod životinja, a o kojoj govori Piter Levin, može spontano da se pojavi. Pored toga, ples na direktan način podstiče somatsko-kinestetičku senzibilnost uključujući i interocepciju. Rad se ovde odvija direktno u sferi telesnog doživljavanja, tamo gde su posledice traume najsnažnije prisutne, a ne samo u narativnoj i kognitivnoj sferi, odakle, tek posredno može da ima efekat na doživljaj.

²¹⁸ Art terapija u ovom radu nije posebno analizirana kao psihoterapijski modalitet, ali smatramo značajnim da pomenemo bogate mogućnosti njenog kombinovanja sa telesnim terapijama.

²¹⁹ Odabrali smo termin transverbalno koji nam izgleda obuhvatnije od termina neverbalno. Neverbalno se odnosi obično na ekspresivne aspekte komunikacije, npr. govor tela (mimika, gestika) koji prate verbalni izraz. Termin preverbalno odnosi se na komunikaciju ili na sećanja koja su povezana sa ranim detinjstvom tj. preverbalnom fazom razvoja. Termin transverbalno odnosi se na elemente komunikacije ili

Umetnički mediji omogućavaju rad sa fluidnim, prolaznim senzacijama i predstavama, koje je teško verbalizovati, na nivou dubljem od racionalizujućih narativa koje podstiču verbalne i sedeće terapijske situacije. Zato je art terapija jedan od najinteresantnijih prostora za integraciju neobično važnog transverbalnog domena u psihoterapiju. Upravo iz tog transverbalnog domena, koji još nije uhvaćen u verbalnu formulu, nastaje sve novo, kako umetnost, tako i psihoterapijska promena. To je, fenomenološki gledano, prostor intenziteta i živosti ili kako kaže fenomenološki orijentisani filozof i psihoterapeut Judžin Gendlin: „Tamo gde prestaje govor, tu živimo.“

Još jedan impuls terapijama orijentisanim na telo daju studije otelovljenja (eng. *embodiment studies*). Pojam otelovljena kognicija i otelovljeni duh pojavio se istovremeno u filozofiji, biologiji, kognitivnoj nauci i veštačkoj inteligenciji, a ukazuje na to da su svi aspekti kognicije dobrim delom zavisni od oblika i pokreta ljudskog tela u okruženju. On donosi promenu paradigme ovim disciplinama, koje su ranije telo shvatale kao periferno za razumevanje duha, kognicije i psihe. Novi koncept otvara prostor za psihoterapijsko istraživanje međusobnih uticaja između tela i psihe. Sa jedne strane telesno držanje, položaji i pokreti mogu imati direktan uticaj na mišljenje i osećanja²²⁰; sa druge strane u sportskoj i plesnoj pedagogiji koristi se sve više mentalni rad, npr. kinestetičko opažanje i imaginacija, za promenu telesnog držanja i usvajanje novih obrazaca pokreta.²²¹ U psihoterapiji, iz ugla nove paradigme, klijent i terapeut su viđeni kao relaciono uslovljeni otelovljeni subjekti, pre nego kao izolovani mentalni entiteti sa svesnim i nesvesnim mentalnim strukturama i procesima.

Na kraju, „nesvesno“ je pre dostupno kroz telo nego ukoliko ga zamislimo kao neki misteriozni deo psihe. Telo je viđeno vekovima kao „sedište greha“ u *mainstream*

vrstu znanja koje prevazilaze (mada mogu da uključe) domen verbalnog i delom su s one strane mogućnosti verbalizacije. Transverbalno je prisutno npr. u jezicima umetničkih medija (likovne umetnosti, muzika, ples...). Sistemske strukturalne konstelacije kao nova terapijska metoda, gde se elementi neke situacije eksternalizuju i predstavljaju kroz prostorni raspored reprezentanata (ljudi koji u prostoru predstavljaju elemente sistema) počivaju npr. na transverbalnom jeziku.

²²⁰ Bogatu zbirku vežbi u kojima je moguće gotovo trenutno osetiti promene u psihičkom domenu korišćenjem jednostavnih telesnih stavova i radnji nudi psihoterapeut Džuli Hendrson u knjizi *Embodying Wellbeing* (2012).

²²¹ Ideja funkcionalnog jedinstva duha i tela uticala je i na razne oblike rada sa telom van psihoterapije (mada i ovi mogu imati psihoterapijski efekat). Vidi npr. rad Frederika Matijasa Aleksandera, Moše Feldenkrajša „Svest kroz pokret“ i Erika Franklina, tvorca Imaginativne pedagogije pokreta. Feldenkrajsova učenica, neuropsiholog Anat Baniel je danas metodu svog učitelja integrisala sa novim neuronaučnim istraživanjima.

hrišćanskoj postavci, kao rezervoar potisnutih emocija, od strane ranih, psihoanalitički orijentisanih terapeuta koji su počeli da rade sa telom, do savremenog viđenja tela kao nosioca sećanja, znanja, „unutrašnje mudrosti“ koja prevazilaze verbalno i neizrecivo, a mogu poslužiti kao putokaz ka terapijskim rešenjima. Telo je i „merni instrument“ pomoću koga imamo direktan intuitivni uvid u kompleksne situacije, npr. da li situaciju doživljavamo kao „laku“ ili „tešku“, „otvarajuću“ ili „blokirajuću“, da li se krećemo „ka“ nečemu i „od“ nečega. Klijenti su u stanju da daju brze i precizne odgovore na ovakva pitanja, koji su značajana povratna informacija u radu. U sistemskim strukturalnim konstelacijama (Sparrer, I., Varga von Kibed, M., 2010), telo se čak koristi kao instrument sistemskog opažanja, telo može da da, preko najrazličitijih telesnih senzacija, ne samo informaciju o sopstvenom stanju i istoriji, već i informaciju o poretku odnosa u okviru kompleksnih sistema, kao što je porodica, radna organizacija i sl.

Čisto verbalne terapije mogu čak da prodube podvojenost duha i tela koja je veoma naglašena u našoj kulturi. Uključivanje rada sa telom unosi novu dimenziju u samorazumevanje, brži i dublji prodor u nesvesno i time doprinosi efikasnosti terapije. Posebno značajan deo telesno orijentisanih terapija je rad sa emocijama u doživljajnoj ravni; on smanjuje strah od neprijatnih emocionalnih stanja koji vodi njihovom stalnom inhibiranju i potiskivanju. Verbalne terapije retko stižu do tako dubokog emocionalnog iskustva, bez koga je bilo kako dobro razumevanje sopstvenog problema nedovoljno da povrati pun opseg vitalnosti. Osvešćene emocije onda mogu da služe svojoj biološkoj svrsi, kao neintelektualna vrsta vrednovanja životnih situacija, signalni i samoregulatorni mehanizam.

4.7.7. Konstruktivistički pristupi

Konstruktivistički zaokret u psihoterapiji inspirisan radovima Hajnca fon Ferstera, Ernsta fon Glazerfelda, Humberta Maturane i Franciska Varele, te Keneta Gergena, uvodi u psihoterapiju jedan kompleksniji i otvoreniji način mišljenja i matateorijsku perspektivu u promišljanju ciljeva terapije, terapijskog odnosa i funkcije terapeuta,

terapijskih tehnika i procedura, te logike promene.²²² Zajednički imenitelj različitih konstruktivističkih pogleda je u preispitivanju načina na koji je posmatrač, sa svojom subjektivnom tačkom gledišta, aktivni učesnik u kreiranju onoga što se potom pojavljuje kao spoljašnja, objektivna realnost; ovo preispitivanje se u psihoterapiji odnosi i na klijenta i na terapeuta. U psihoterapiji kao praktičnoj disciplini konstruktivizam figurira pre svega kao pragmatičko „oruđe“ u radu, a ne kao mogući ontološki stav.

Konstruktivističko mišljenje prodrlo je u sve tradicionalne psihoterapijske škole (psihoanalitičke, KBT, humanističke) preko pojedinačnih predstavnika, bilo je dominantno naročito u razvoju sistemskih porodičnih terapija drugog reda i bilo prisutno kao jedna od osnovnih premisa nekih prevažno individualno terapijskih postupaka. Umesto da pokušavamo da predstavimo široku i šarenu paletu konstruktivizmom inspirisanih psihoterapijskih škola i njihovih ideja, što je danas postao teško izvodljiv zadatak, prikazaćemo detaljnije jedan konstruktivistički pristup, koji dobro egzemplifikuje konstruktivistički način mišljenja u psihoterapiji i značaj fenomenologije u ovom pristupu. On istovremeno reprezentuje logiku kratkih terapija i pozitivnih psihoterapija.

a. Kratka terapija orijentisana ka rešenjima (KTOR)

KTOR²²³ Stiva de Šejzera i Inso Kim Berg unosi u psihoterapiju jedan nov način mišljenja, koji zahteva od terapeuta da promeni svoj način posmatranja, slušanja i kreiranja terapijske situacije iz trenutka u trenutak. Više od nove tehnike, ovaj psihoterapijski pravac promovise novu filozofiju života; što je terapeut autentičnije usvojio novi ugao gledanja na psihoterapijski proces, to će njegov postupak imati veću moć. Tradicionalno, fokus terapeuta pažnje je na problemu, simptomu, neadaptivnom ponašanju, nefunkcionalnim kognicijama i sl. Problem ima za klijenta hipnotičku moć, ali je i terapeut sklon da uđe sa klijentom u „trans problema“, jer je to deo načina na koji funkcioniše čovekov kognitivni sistem. Naša pažnja je i u svakodnevnom životu

²²² Konstruktivistički pogledi su vezani za poslednje decenije dvadesetog veka, ali nisu sasvim novi. Njihove elemente nalazimo u filozofiji (u okviru budističkih filozofija, kod Đanbatiste Vika, Imanuela Kanta, Hansa Fajingera, Artura Šopenhauera) i psihologiji (Žan Pjaže, Alfred Adler, Džerom Bruner, Džordž Keli, Pol Vaclavik).

²²³ Odlučili smo da koristimo ovu skraćenicu od srpskog prevoda u tekstu radi jednostavnosti. Na engleskom se koristi skraćunica SFBT (Solution Focused Brief Therapy) Vidi: Steve de Shazer, *Keys to Solution in Brief Therapy*, 1985.

uglavnom usmerena na detekciju problema²²⁴, problemi se pojavljuju kao figura, dok sve ono što je dobro, što funkcioniše i teče glatko, teži da ostane u pozadini svesti. Rezultat toga je da sve resurse usmeravamo na borbu sa problemom, pokušavajući da pronađemo strategije rešavanja i ovladavanja. Videli smo u dosadašnjem izlaganju da su mnoge psihoterapijske škole (npr. BT, KBT, geštalt) eksplicitno odbacile Frojdovu ideju da moramo da saznamo uzroke i istoriju problema da bismo ga dekonstruisali, te rade samo sa njegovom aktuelnom manifestacijom. U KBT (*coping skills* pristup) smo videli i nešto drugačiju logiku postupka – problem nije u problemu, već u deficitu određenih veština, koje pomažu da se nosimo sa problemom i koje u terapiji treba usvojiti. Stiv de Šejzer i Inso Kim Berg idu korak dalje – terapija uopšte ne mora da se bavi ni problemima ni deficitima. KTOR razvila je u praksi Inso Kim Berg, a Stiv de Šejzer je pronašao nešto kasnije filozofsku osnovu za ovaj pristup u delu Ludviga Vitgenštajna *Tractatus logico-philosophicus*, gde Vitgenštajn pokazuje, da sve činjenice pripadaju samo zadatku (problemu), ali ne i rešenju. Problem i rešenje pripadaju različitim kategorijama, konstruisani su u dva prostora koja nisu kauzalno povezana. Sakupljanje bilo koje količine činjenica o problemu, neće nam nužno reći nešto o rešenju. Slično je u psihoterapiji: klijent određene činjenice i situacije u životu konstruiše kao problem. Iz perspektive rešenja, sve činjenice mogu ostati iste, a da problem više ne bude tu, u smislu koji je imao u vidu i Vitgenštajn, da rešenje životnih problema primetimo po tome što su nestali.

Zato KTOR počinje od rešenja. Za bilo koji problem sa kojim dolaze klijenti ne postoji jedno ispravno rešenje; terapeut zapravo ne može da zna šta je za njegovog klijenta rešenje i cilj terapije, ukoliko ne posveti posebnu pažnju ovom pitanju.²²⁵

Centralna tehnika je čudesno pitanje²²⁶, vrsta iskustvenog eksperimenta²²⁷, koje može da ima kraću ili dužu formu; terapeut poziva klijenta da zamisli kako uveće odlazi na

²²⁴ Rik Henson danas piše u *Hardwiring Happiness* o evoluciono stečenoj sklonosti mozga da lovi negativnosti, opasnosti, probleme i zapostavlja resurse i pozitivne aspekte iskustva.

²²⁵ Naročito Stiv de Šejzer je verovao da ne mora uopšte da se bavi problemom i pokušao da ovaj pristup radikalno provede. I on je, međutim, veoma pažljivo, sa empatijom i respektom na početku slušao klijenta kako priča o svom problemu i patnji. Ovo je važno zbog uspostavljanja poverenja i dobrog terapijskog odnosa, što se u KTOR visoko vrednuje. Zatim, u povoljnom trenutku, De Šejzer počinje da postavlja pitanja okrenuta u pravcu rešenja, poput: „Kako bih ja mogao da vam budem od koristi? Šta bi bilo različito u vašem životu kada bi problem bio rešen?“ i sl.

²²⁶ Spada u pitanja hipotetičke budućnosti po ranije pomenutoj Tomovoj klasifikaciji.

spavanje i kako se tokom noći, bez njegovog učešća i znanja, dešava čudo (jer to bi onda zbilja i bilo čudo!), koje čini da problem o kome je klijent pričao nestane. Kada se ovaj sutra ujutru probudi, problem više nije tu, ali on još uvek ne zna da je problem preko noći nestao. Pitanja za klijenta su: kada bi i po čemu otkrio da se tokom noći desilo čudo, šta bi bilo različito, da li bi drugačije mislio, kako bi se različito osećao, šta bi drugačije radio, po čemu bi druge osobe iz njegovog života primetile da se desilo čudo...

Čudesno pitanje budi u klijentu jedan potpuno novi doživljaj stvarnosti, *felt sense* rešenja tj. „kako je biti u stanju bez problema“, koji pokreće motivaciju u novom pravcu. Ono priziva od samog početka terapije lične, idiosinkratične resurse i vrednosti klijenta u fokus, novu vrstu subjektivno doživljene svesti o mogućnostima, koja prevazilazi ono što je dotada bilo zamislivo. Kreiranje novog prostora, koji je širi od problema, otvara mogućnost dekonstrukcije problema; ukoliko se psihoterapijski rad fokusira na problem, on teži da se odvija u istoj ravni u kojoj je problem, a pažnja terapeuta i klijenta fiksirana na problem, stalno rekreira i rekonstruiše problem, u novim verzijama i iz drugih uglova. Ova razlika može da podseti donekle i na razliku između logike patogeneze u lečenju u medicini koja je fokusirana na simptom tj. bolest i logike salutogeneze da se podigne opšti nivo zdravlja, energije i imuniteta, tako da bolest biva eliminisana iz sistema. Čudesno pitanje uvodi već na početku terapije jedno otvorenije i za rad optimalnije stanje svesti od obično suženog i rigidnog stanja vezanog za problem. Neuropsihoterapijskim jezikom bismo mogli da kažemo – koherentnije stanje mozga koje pogoduje novom učenju. Ono takođe uspostavlja reper za to šta je rešenje i pokazuje pravac kretanja terapije. Klijent tokom rada procenjuje na subjektivnoj skali gde se nalazi u odnosu na „stanje posle čuda“ tj. rešenje (1 je stanje potpune zaglavljenosti u problemu, 10 je stanje rešenja), te može da prati svoj napredak; terapeut mu u tome pomaže pitanjima koja ga navode na veoma detaljno i korisno posmatranje činilaca promene. Ukoliko se između dve seanse klijent pomerio sa 4 na 6, terapeut može da pita: „Po čemu znate da ste sada na 6? Kako ste uspeali da napravite ovaj pomak? Šta bi trebalo pa da budete na 7?“ i sl.

²²⁷ Može se shvatiti i kao hipnoterapijska indukcija, od „transa problema“ ka „transu rešenja“; donekle sličnu intervenciju koristio je i Milton Erikson.

KTOR polazi od toga da ljudi poseduju kompetenciju i resurse da žive konstruktivan život, iako mogu sa njima trenutno izgubiti kontakt i zaglaviti se u problemima. Terapeut zato sluša klijentovu priču fokusirajući pažnju na snažne strane, vrednosti, kompetencije, kvalitete, neproblematicne oblasti i dobre stvari u životu klijenta, čak pokušavajući da otkrije nešto potencijalno dobro i u onome što klijent vidi kao problematično. Ono što primeti, terapeut komunicira sa klijentom u vidu komplimenata (eng. *compliments*). Ovaj termin je vrlo nezgodan na engleskom jeziku, nemačka reč *Wertschätzung* je mnogo primerenija. Davanje komplimenta može imati konotaciju udvaranja, flertovanja ili podilaženja, čega, zapravo, u ovoj intervenciji nema. Terapeut samo fokusira i izdvaja iz klijentovih iskaza ono što je primetio kao resurs ili kompetenciju ili postavlja pitanje: kako ste uspeali da ... ,šta vam je omogućilo da...i sl.). Ovo je veoma neuobičajen, gotovo neprirodan način slušanja problemskog narativa i u tome je njegova moć. Naizgled jednostavan, zahteva od terapeuta genuinost i samodisciplinu, da ne bude „uvučen“ u problem, ali rezultati ovakvog razgovora su iznenađujući i za terapeuta i klijenta, a uspesi nekada neočekivano brzi.

Terapeut naročitu pažnju posvećuje pitanjima šta je u životu klijenta dobro, u čemu je uspešan, šta ume i šta voli kod sebe, u čemu nalazi zadovoljstvo, šta u svom životu ne bi hteo da promeni, u kojim situacijama njegov problem nije prisutan ili kada su u prošlosti stvari u životu išle bolje.²²⁸ Smatramo da naročitu vrednost imaju pitanja o izuzecima – u kojim trenucima i situacijama klijent ne doživljava problem koji iznosi. Jedna od odlika svesti, kako je opisuje još Vilijem Džejms, jeste kontinuitet svesti ; kada smo fiksirani na problem i patnju, to daje dominantan ton toku svesti, te postoji tendencija da trenuci u kojima ovi nisu prisutni budu u retrospekciji automatski ignorisani, što pojačava doživljaj upletenosti u problem i patnje. Terapeut poziva ovim

²²⁸ Terapijski značaj usmeravanja pažnje ka negovanju pozitivnih resursnih iskustava ističe ne samo pozitivna psihologija, već i savremena neuronauka. Tako Rik Henson u svojoj poslednjoj knjizi iz 2013. (*Hardwiring Happiness*) iznova naglašava kako su stanja sreće, blagostanja, zadovoljstva, harmonije vrsta evolucionog luksuza i nisu nam spontano data u izobilju. Kao sistem za detekciju problema, opasnosti i ugražavanja, mozak je biološki bolje opremljen za modus preživljavanja nego za modus blagostanja, tj. razvio je naklonost ka negativnim iskustvima i emocijama. Pozitivna stanja su, pored toga, obično blaža po intenzitetu od negativnih i manje upadljiva, te nemaju tako trajan efekat kao negativna, koja se lako ponovo prizovu i ponavljanjem pojačavaju. U psihoterapijskoj praksi to implicira pomeranje fokusa sa bolnih, traumatskih iskustava, problema i disfunkcionalnosti ka pozitivnim stanjima sa svešću o njihovoj dragocenosti, čak i kada su srednjeg i niskog intenziteta, što čini da ih je lako prevideti. Sledeći korak je njihova sistematska implementacija (*hardwiring*), uvažavanjem faktora koji dovode do prelaska sadržaja kratkotrajne u dugotrajnu memoriju, poznate iz neuropsihologije učenja.

pitanjem klijenta da pokloni pažnju procepima, da ih pažljivo posmatra i uvažava, što je neuobičajeni način posmatranja, koji ima za cilj da dekonstruiše moć koju problem ima u klijentovom svetu.²²⁹

KTOR uspeva da relativno brzo promeni mentalni set klijenta, tj. da ga refokusira sa problema i bolnih aspekata prošlosti na rešenja, resurse i budućnost, sa onoga što ne želi na ono što želi, ne konfrontirajući se sa njim. Fiksacija na problem blokira konstruktivne načine mišljenja. Kada se oni oslobode i klijent napravi male promene, one mogu biti dovoljne da pokrenu velike promene.

Terapeut ne posmatra klijenta kroz naočare otpora; naprotiv, veruje u to da je klijent tu zato što želi promenu, treba samo otkriti kroz razgovor šta je za njega željena promena. Odnos između terapeuta i klijenta je kolaborativni, a ne edukativni. Klijent je ekspert za svoj svet, svoje želje i rešenja; terapeut je ekspert za kreiranje konteksta promene.

Između dva susreta sa terapeutom klijent radi domaći zadatak, koji je dogovorio zajedno sa terapeutom i koji može da bude opservatorni bihejvioralni – u smislu preduzimanja malih koraka u pravcu rešenja problema. Na sledećoj seansi, terapeut postavlja pitanja tipa: „Šta ste primetili da se od prošlog puta promenilo nabolje? Kako ste uspeali da napravite pomak nabolje?“ Time ponovo fokusira pažnju klijenta na resurse i kompetencije, koje već ima i koje može još više da koristi. Ono o čemu mislimo i pričamo fokusira pažnju i energiju u određenom pravcu, a to proizvodi rezultate, koji dodatno potkrepljuju novi način mišljenja orijentisan ka rešenjima. Ako terapeut poseduje umeće postavljanja pitanja zasnovano na preciznom posmatranju sa istinskim interesovanjem i radoznalošću, pitanja usmeravaju pažnju klijenta i podstiču kod njega novi stil mišljenja i ponašanja.

Ovaj pristup pokazuje prednosti i iz ugla multikulturalnosti. Tradicionalni psihoterapijski narativi (npr. psihoanalitički, egzistencijalistički...) nastali su u okviru specifične kulturne matrice i njihova primenljivost sa klijentima iz drugih kultura je vrlo ograničena. Dok je prostor problema moguće konstruisati na veoma različite načine (psihološki, magijski, teološki, sociološki, astrološki, biohemijski, genetički,

²²⁹ Ovo nas podseća na instrukciju koju budistički učitelji ponekad daju početnicima u meditaciji, a koja se odnosi na otkrivanje diskontinuiteta u toku svesti; pošto misli automatski slede jedna drugu, u naizgled neprekinutom nizu, meditant treba da posmatra sasvim kratke trenutke između dve misli, kada se jedna završila, a sledeća se još nije pojavila. To je prvi mali korak ka slobodi od automatizma misli.

neuronaučno itd.), prostor rešenja se pokazuje kao mnogo univerzalniji, kao što su i istraživanja američkog psihologa Čiksentsmihaljija pokazala da ljudi različitog pola, uzrasta i kulturne pripadnosti na sličan način opisuju trenutke sreće (ovde zapravo imamo posla sa *qualia* tipom pitanja: kako je biti srećan), iako ono što kod njih izaziva sreću može biti veoma različito.²³⁰

Završetak terapije koncipiran je već u prvoj seansi pitanjem: „šta bi trebalo da se promeni u vašem životu kao rezultat naših susreta, pa da možete da kažete sebi da je za vas imalo smisla da ste bili ovde?“ Time klijent uspostavlja kontrolu nad kriterijumom uspeha koji želi da bi se terapija okončala. KTOR je svesno dizajnirana kao kratka terapija, često ima samo 4 ili 5 seansi. Klijent, naravno, može da dođe ponovo, kada se pojavi nova tema za rad, ali ideja je da rad na jednoj temi ne treba da traje neograničeno dugo, jer se time rasplinjava i postaje manje uspešan. Ovakav naglasak na dimenziji vremena i ritma procesa promene, smatramo neobično važnim, jer je to bila slepa mrlja u tradicionalnim pristupima. Nejasnoća vremenskih odrednica terapijskog procesa implicitno predstavlja program za prokrastinaciju, koja je jedna od ključnih varijabli perpetuiranja problema i *statusa quo*. Ukoliko ima neograničeno vreme pred sobom, um se upliće u kreiranje beskrajnih narativa, koje budistički učitelji ponekad porede sa „divljim majmunom“ koji skače sa grane na granu. Promena se odlaže, dok se sve ne sagleda, ispriča, analizira i sl., a život za to vreme se nastavlja u problemu i neispunjenosti. Tako neki ljudi ostanu na psihoterapiji i po dvadeset godina, upoznajući, doduše, razne aspekte sebe, ali bez jasnog osećanja da su nešto postigli. Vremenski kondenzovana terapija daje implicitnu sugestiju i dozvolu da se promena desi brzo.²³¹ U KTOR se terapeut čak ohrabruje da napravi sa sobom mali eksperiment, postavljajući sebi pitanje: Kada bi ovo bila jedina seansa koju imam sa ovim klijentom, šta bih

²³⁰ Vidi Čiksentsmihalji, M., 1990. Odatle je Čiksentsmihalji razvio teoriju o toku (*flow*); sličnim terminima klijenti često opisuju prostor rešenja, tj. slobode od problema: tok, energija, lakoća, otvorenost, sigurnost, usklađenost, radost, otvorenost i sl.

²³¹ Za četiri do pet seansi 91% klijenata postiže željena rešenja prema sopstvenoj proceni. Interesantno da je ovaj kratki i naizgled jednostavni postupak visoko efikasan i u slučajevima prilično teške psihopatologije, kod alkoholičara, počinioca kućnog nasilja i sl. i da je stopa recidiviteta niža nego kod drugih terapija (po Corey, G., 2009, str. 401–402). Naše iskustvo sa ovim pristupom je da se problemi, ukoliko im ne dajemo težinu fokusom pažnje, vrlo brzo dekonstruišu sami od sebe. Najvažniji deo terapijskog procesa je razvoj nečeg novog, nove vrednosti, smisla, cilja, rešenja, koji će postati fokus umesto problema, kao i razvoj tolerancije da se bude u „otvorenom prostoru“ bez problema. Navika fokusiranja na probleme, u protivnom, čini, da klijent, uprkos tome što je slobodan od problema, počne da ga se priseća, misli ponovo o njemu i time ga rekonstruiše, jer ne zna šta bi drugo radio u životu.

najbolje mogao da uradim? Pitanje aktivira sve resurse, sabranost i konstruktivnost, koji terapeutu trenutno stoje na raspolaganju.

Konstruktivizam u KTOR se ogleda u pažljivom i promišljenom izboru tačke gledišta terapeuta; svakog klijenta je moguće videti iz različitih uglova i svaka tačka gledišta konstruiše terapijsku situaciju i njene ishode na drugačiji način. Stiv de Šejzer i Inso Kim Berg odlučili su da pođu eksplicitno od željenog ishoda, što je zapravo najprofesionalniji pristup. Umesto da se delimo na optimiste i pesimiste u pogledu „ljudske prirode“ i dopustimo da lične preferencije iz pozadine odlučuju o tome u kakvom svetlu ćemo videti klijenta, oni su izgradili preciznu metodologiju, koja, korak po korak, vodi u pravcu klijentovog željenog ishoda (i nikuda drugde!). Ona omogućava obema stranama u terapiji da misle o svom procesu mišljenja i postanu svesni načina na koji konstruišu stvarnost izborom pitanja i fokusa pažnje. Uvid u procese kreiranja i dekreiranja problema daju klijentu nov doživljaj moći da upravlja sopstvenim životom. On implicitno uči u terapiji i jedan novi, ka rešenjima okrenut stil života.

Na kraju još jedan komentar o takozvanim otkrivajućim i pokrivaćim terapijama, distinkcija kojom su mnogo baratali psihoanalitičari. Dok su svoj postupak smatrali razotkrivanjem nesvesnog, postupke koji rešavaju konkretan simptom ili problem su nazivali pokrivaćim. Iz konstruktivističkog ugla je ova distinkcija potpuno deplasirana. Šta će biti otkriveno u terapiji je ono što budemo tražili, tj. što budemo smatrali važnim za proces promene. U slučaju KTOR-a je ono što smo odlučili da tražimo sve resursno u klijentu i njegovom životu, što može da mu pomogne da živi konstruktivno i ispunjeno. Ako to tražimo, u procepima između patnje i mračnih trenutaka, bivamo nagrađeni nizom iznenađujućih otkrića o tome šta je sve moguće, kakva dubinska psihologija nikada nije napravila. Pitanja su, takođe, mnogo više otvarajuća intervencija od interpretacija i tvrdnji bilo koje vrste. Koja je slika o čovekovoju prirodi „istinitija i dublja“, sterilna je zanimacija spram pitanja: kakva logika otkrića nam najbolje pomaže da radimo posao „terapijanja i kultivisanja duše“ u psihoterapiji.

4.7.8. Rezime

Nakon analize mesta i uloge pojmova svesti, nesvesnog i osvešćivanja u teoriji, metodologiji i ciljevima jednog uzorka raznorodnih i ponekad međusobno rivalskih psihoterapijskih modaliteta, rezimiraćemo njene rezultate u tabeli. U četvrtoj koloni tabele – značenje pojma svesti – pokušaćemo da procenimo koje dominantno značenje u teorijskim postavkama i psihoterapijskom procesu ima pojam svesti u različitim psihoterapijskim pravcima. Videli smo u trećem poglavlju da u filozofiji duha figurira više različitih značenja pojma svesti i da je razvijena nova terminologija da bi izostrila ove distinkcije. Repräsentationalne teorije svesti u filozofiji duha pokušavaju da svesne fenomene svedu na njihove repräsentacione sadržaje, za razliku od teoretičara koji zastupaju *pro qualia* stav da kvalitativne odlike svesti (tj. fenomenalna svest) koje poseduju transparentnost (neposrednu izvesnost), esencijalnu subjektivnost (dostupnost jedino iz ugla prvog lica), prezentnost (uvek su u jednom „sada“ trenutku) i izvesnu neizrecivost (nikada nisu potpuno verbalizabilni), predstavljaju *sui generis* iskustva u odnosu na čisto repräsentacione sadržaje. Sve psihoterapije rade sa svešću i u repräsentacional i u fenomenalnom smislu; razlika je u naglasku na jednom ili drugom u samom procesu rada, kao i u teorijskim formulacijama. U psihoterapiji to znači prvenstveno veći naglasak na kognitivnom (repräsentaciono značenje) ili doživljajnom (fenomenalno značenje) aspektu rada. Napomenimo još da se u psihoterapiji pored termina svest koristi, možda još češće, pojam svesnosti (eng. *awareness*), koji ima u nešto većoj meri procesni karakter i ukazuje na „ovde i sada“ karakter iskustva.

| | Svest u teorijskim postavkama | Svest u postupku, terapijskim metodama | Svest u terapijskim ciljevima | Značenje pojma svesti |
|------------------------------|--|--|--|---|
| Klasična psihoanaliza | Fokus je na konceptu nesvesnog i njegovim sadržajima koji su klijentovoj svesti u početku netransparentni i koje psihoterapijskim postupkom treba osvestiti. | Analiza otpora i razvoj i analiza transferne neuroze. Uvremenjena terapeutova interpretacija sadržaja koje iznosi klijent (slobodne asocijacije, snovi) vodi klijenta do uvida u poreklo svojih problema i simptoma i njihovo bolje razumevanje. | Osveščivanje nesvesnih sadržaja. Klijent ima uvid u determinante svog ponašanja i svojih osećanja, manje je pod pritiskom iracionalnih sadržaja iz ida i superega i time osvaja veći stepen kontrole i izbora u svom životu. | Prvenstveno reprezentaciono („svest o“ sadržajima nesvesnog) |
| Bihevioralna terapija | Fokus je na analizi i promeni ponašanja. Svest ne igra eksplicitno nikakvu ulogu u teorijskim postavkama klasične BT. | Dok u nekim BT metodama svest zaista ne igra nikakvu ulogu, u drugim, za BT centralnim metodama (kao u sistematskoj desenzitizaciji), ulaženje u svesni emocionalni doživljaj i njegova promena su suština postupka. | Cilj je deklarativno promena ponašanja, ali u radu sa npr. fobijama, promena ponašanja je uglavnom posledica prethodne promene u doživljaju fobičnog objekta. | Kada BT radi sa emocionalnim doživljajem, svesnost ima više fenomenalno značenje. Klijent izveštava o svom neposrednom doživljaju npr. fobičnog objekta kome je izložen <i>in vivo</i> ili u imaginaciji. |

| | Svest u teorijskim postavkama | Svest u postupku, terapijskim metodama | Svest u terapijskim ciljevima | Značenje pojma svesti |
|--|--|--|--|--|
| Kognitivno-bihevioralna terapija i kognitivne terapije | Fokus je na kognicijama (iracionalna uverenja, kognitivne distorzije, samoinstrukcije, govor sebi, kognitivne strukture). Koncept svesti igra ulogu kroz uvođenje samoposmatranja automatskih misli i unutrašnjeg govora kao centralnog i neophodnog sačinitelja u promeni kognicija. | Edukativni pristup, logička debata, sokratovski dijalog, biblioterapija, učenje kognitivnih veština i razne druge metode KBT sadrže element samoposmatranja. Samoposmatranje se može koristiti i kao metoda <i>per se</i> u obliku domaćeg zadatka npr. | Kognitivna restrukturacija, novi sistem uverenja i pogled na svet, tolerantnija filozofija života, posedovanje veština ovladavanja (<i>coping skills</i>). | Prvenstveno reprezentaciono (svest o sopstvenim kognicijama), slično kao u kognitivnoj psihologiji. Psihoterapijska promena se dešava primarno u sistemu reprezentovanja sveta i sebe u svetu. Doživljajne, telesne komponente rada mogu biti prisutne ali nisu naglašene u teoriji. |
| Pristupi i intervencije zasnovani na principima <i>mindfulness</i> meditacije | Iako je teorijska osnova još uvek u izgradnji (između klasičnih tekstova, psihoterapijske primene i neuro-naučnih istraživanja), zajednički imenitelj je da je sposobnost svesnog, neproce-njujućeg prisustva u aktuelnom iskustvu jedan od najznačajnijih i sveprisutnih terapijskih faktora. | Negovanje svesnog, sabranog i saosećajnog odnosa sa sopstvenim iskustvenim svetom u okviru terapijskog odnosa i učenje istog u vidu metode samopomoći koja se koristi van terapijskih seansi je centralni postupak koji može imati mnogo različitih formi. | Samoregulacija kroz prihvatanje sebe i svog iskustvenog sveta, razvoj metakognitivne svesnosti koja je relativno nezavisna od trenutnih mentalnih sadržaja. Svesno prisustvo u životnim iskustvima deluje terapijski na veoma širok spektar problema i simptoma. | Prvenstveno fenomenalno značenje – svesnost je neposredno, aktuelno bivanje u iskustvu, doživljaj sebe kao kontinuiteta svesnosti koji je posledica relativne dezidentifikacije sa različitim, prolaznim sadržajima svesnosti. |

| | Svest u teorijskim postavkama | Svest u postupku, terapijskim metodama | Svest u terapijskim ciljevima | Značenje pojma svesti |
|--|--|--|---|---|
| Egzistencijalističke psihoterapije | Ne postoji koherentna teorija, ali je zajednički teorijski imenitelj primat fenomenološkog stava, polazanje od sveta kako se pojavljuje u svesti klijenta. | Netehnički pristup. Egzistencijalni intimni dijalog koji počiva na empatijskom razumevanju subjektivnog sveta klijenta i autentičnosti terapeuta. | Razvoj svesnosti i samoprihvatanja, prihvatanje slobode izbora u životnim situacijama i odgovornosti za izbore. | Verovatno oba značenja, svest u fenomenalnom smislu izvesno igra značajnu ulogu u terapijskom procesu. |
| Terapija usmerena na klijenta (Rodžers) | Fokus je na kvalitetu terapijskog odnosa koji omogućava samoisceljenje. Značaj svesnosti je naglašen u fenomenološkom stavu terapeuta, empatijskom razumevanju sveta klijenta, uz безусловno prisustvo i prihvatanje svega što klijent iznosi. | Terapeut slušanjem, razumevanjem, reflektovanjem i prihvatajućim stavom stvara prostor za doživljajno učenje klijenta. Terapeut takođe implicitno modelira kvalitete svog svesnog prisustva za klijenta. | Samorazumevanje i prihvatanje sebe, odgovornost, autonomija, lični smisao i razvoj sposobnosti za dalji lični rast i razvoj. | Oba značenja, svest u fenomenalnom smislu igra značajnu ulogu u svakom doživljajnom učenju. |
| Geštalt terapija | Fokus je eksplicitno na svesnosti sadašnjeg trenutka kao centralnom pojmu geštalt teorije i filozofije života. | Egzistencijalni dijalog koji produbljuje svesnost. Geštalt pravila i eksperimenti služe osvešćivanju i pojačavanju kontakta i prisustva sa onim što je „ovde i sada“. | Povećanje svesnosti je cilj i terapijski faktor <i>per se</i> . On dalje omogućava širi spektar izbora, preuzimanje odgovornosti za kreiranje svog života i prevazilaženje fragmentacije, te uspostavljanje celovitosti ličnosti prihvatanjem različitih delova sebe. | Prvenstveno fenomenalno značenje, fokus je eksplicitno na „kako“, a ne na „zašto“ i na svesnosti kao kontinuiranom procesu. |

| | Svest u teorijskim postavkama | Svest u postupku, terapijskim metodama | Svest u terapijskim ciljevima | Značenje pojma svesti |
|--|---|---|--|--|
| Telesne psihoterapije | Fokus je na rastvaranju blokada slobodnom toku energije u telu. Subjektivna strana energetskih koncepata je svesnost o osetima i osećanjima koji se doživljavaju u raznim delovima tela u ovde i sada. | Telesne vežbe, položaji, pokreti, vežbe disanja i kontakta (kombinacija neverbalnih i verbalnih oblika rada) vode osvešćivanju emocija koje su inhibirane u telu i vremenom razvoju kapaciteta za doživljavanje i izražavanje osećanja. | Svesnost o sopstvenim osećanjima i svrsi, time, veća sloboda izbora, slobodniji tok energije u telu i viši nivo vitalnosti. | Prvenstveno fenomenalno značenje, „kako je biti“ u određenom emocionalnom stanju i doživeti ga u telu. |
| Kratka terapija orijentisana ka rešenjima | Fokus je na pomaku od svesti o problemu ka razvoju nove svesti o rešenju i preusmeravanju pažnje sa onog što je u životu disfunkcionalno na kapacitete i pozitivne aspekte klijentove ličnosti i životne situacije. | Terapeutova pitanja (čudesno pitanje, pitanje razlika, pitanja izuzetaka i brojna druga) i pozitivno vrednovanje svega dobrog što primeti kod klijenta, osvešćuju uspavane resurse, vrednosti i motivacione faktore klijenta. | Osvešćivanje i mobilisanje svih postojećih kapaciteta i resursa klijenta i razvoj nove svesti o rešenjima i prostoru mogućnosti. Klijent stiče svest o tome kako konstruiše sopstvenu realnosti i time više moći da upravlja svojim životom. | Oba značenja. Fenomenalna svest je najprisutnija u buđenju novog doživljaja mogućnosti u hipotetičkoj budućnosti bez problema. Doživljaj „kako je biti u stanju bez problema“ je centralni motivacioni faktor. |

Iz tabele vidimo da svest i osvešćivanje igraju značajnu ulogu u teorijskim postavkama svih psihoterapijskih pravaca, osim rane BT i eventualno rane KBT. Subjektivni svesni doživljaj klijenta igra, međutim, i u njima značanu ulogu u samom procesu rada i psihoterapijske promene. Značenje nesvesnog, svesti i osvešćivanja je donekle različito u različitim školama. Psihoanaliza i KBT uglavnom imaju u vidu reprezentaciono značenje svesti, koje je kompatibilno sa onim što se u filozofiji duha naziva funkcionalno-kauzalna karakterizacija svesti, jer prelaz od nesvesih ka svesnim

mentalnim reprezentacijama znači ujedno i promenu njihovih kauzalnih odlika – time sadržaji postaju dostupni racionalnoj kontroli. Ovaj aspekt je, naravno, prisutan kao cilj i ishod svih psihoterapija. Svi drugi terapijski modaliteti koje smo analizirali pridaju, međutim, pored toga i veliki značaj fenomenalnom značenju svesti, u smislu doživljajnog rada, učenja da se bude prisutan sa svim svojim iskustvima u „ovde i sada“, razvoju „kako je biti“ (u sopstvenim emocionalnim i mentalnim stanjima) tipa svesnosti. Ovaj aspekt psihoterapijskog rada je najjasnije teorijski naglašen u geštalt terapiji, telesnim terapijama i *mindfulness* pristupima, dok u psihoanalizi i KBT, iako implicitno prisutan u procesu rada²³², ostaje teorijski nenaglašen.

Ukoliko uporedimo nalaze prethodne konceptualne analize sa ranije pomenutom Graveovom metaanalizom empirijskih istraživanja psihoterapije, iz koje je izdvojio pet ključnih delotvornih sačinitelja prisutnih u različitim terapijskim postupcima nezavisno od škola, vidimo da je, posle terapijskog odnosa i aktiviranja klijentovih resursa, faktor 3 aktualizacija problema, tj. njegovo dovođenje iz priče o problemu, do iskustvenog, doživljajnog nivoa. Na ovom nivou je rad sa fenomenalnom svešću najočigledniji. Graveov faktor 4 – svest o motivaciji i determinantama problema odgovara uglavnom kognitivnom aspektu rada u psihoterapiji, a faktor 5 – ovladavanje problemom i sticanje novih pozitivnih iskustava, bihejvioralnom aspektu rada.

Mogućnost za istraživanje sopstvenog subjektivnog, doživljajnog sveta i učenje boljih načina „navigacije“ u njemu u okviru odnosa koji je siguran, topao i prihvatajući, jedna je od centralnih zajedničkih niti prisutnih u različitim psihoterapijskim modalitetima. Interesantno je primetiti da su neuronaučna istraživanja poslednjih godina ukazala na sličnost u neuralnoj organizaciji i lokalizaciji naizgled veoma različitih fenomena – efekata *mindfulness* meditacije, obrasca sigurne vezanosti između roditelja i deteta (eng. *secure attachment*) i kvalitetnog psihoterapijskog odnosa, na šta naročito skreće pažnju, Danijel Sigel u okviru interpersonalne neurobiologije, čiji je osnivač. Ukoliko ove procese pogledamo izbliza, moguće je u njima pronaći zajedničku crtu. Odnos sa roditeljem koji je prisutan i prihvatajući predstavlja „kontejner“ i sigurno mesto za razna iskustva deteta, naročito ona neprijatna. Terapeut takođe „kontejnira“ bolna, zastrašujuća ili zbunjujuća iskustva klijenta, katalizuje i pitanjima i drugim metodama

²³² Uvid u psihoanalizi je terapijski delotvoran kada ima doživljajnu komponentu, kao što je slučaj i sa prepoznavanjem i promenom kognicija koje su u osnovi problematičnih ponašanja i emocija u KBT i KT.

podstiče proces klijentovog suočavanja sa njima. Njegovo prisustvo sa klijentom modelira klijentov odnos prema samom sebi. Centralni postupak *mindfulness* meditacije je, opet, biti prisutan sa svim svojim iskustvima, onako kako se pojavljuju, bez izbegavanja i dalje elaboracije, sa prihvatajućim, neprocenjujućim stavom. Razvoj ovog kapaciteta za svesno prisustvo u iskustvima otvara novi prostor između stimulusa i reakcije, tj. mogućnost izbora tamo gde su dotada bili automatski načini reagovanja. Stoga nije čudo što se taj kapacitet pojavljuje kao terapijska *panacea*. *Mindfulness*²³³ orijentisani psihoterapijski postupci su u ovom trenutku jedan od modernih trendova u psihoterapiji, verovatno zahvaljujući dobroj povezanosti sa neuronaučnim istraživanjima, ali oni samo izdvajaju i izoštravaju nešto što je već dugo prisutno i centralno u psihoterapiji, iako ne pod tim imenom. Videli smo iz naše analize da se svesnost kao iscelitelj pojavljuje gotovo u svim prikazanim pravcima, sa ponešto različitim naglaskom i u donekle različitim formulacijama.

4.8. Zaključak

U odeljcima 1–6 ovog poglavlja predstavili smo predmet psihoterapije kao discipline u njenom istorijskom razvoju, nastojeći da osvetlimo oscilacije u njenom teorijskom zasnivanju između prirodnonaučnih i duhovnonaučnih paradigmi, širenje opsega discipline, njene rezultate i delotvorne sačinitelje, kao i savremene trendove – integrativnost, inkluzivnost, interdisciplinarnost i samorefleksivnost, koji karakterišu psihoterapiju kao disciplinu u fazi zrelosti. Predstavili smo i uticaj nove neuronauke na psihoterapiju i njeno naučno zasnivanje, za koji se može pretpostaviti da će rasti u narednim decenijama i koji na nov način postavlja pitanje odnosa objektivnih prirodnonaučnih znanja i subjektivne dimenzije psihoterapijskog procesa. I u samoj neuronauci, proučavanje viših mentalnih procesa u realnom vremenu, koje su omogućile nove tehnologije, čini sve očiglednijim značaj perspektive prvog lica, jer je bez dobrog fenomenološkog opisa mentalnih stanja i aktivnosti nemoguće interpretirati ono što aparati snimaju i generisati nove hipoteze i teorije. U odeljku 7 smo, na kraju, analizirali kakav značaj svesti, svesnosti i osveščivanju pridaje jedan uzorak

²³³ Iz punog naziva u engleskom prevodu *mindfulness–awareness* meditacija vidi se da je njena suština u svesnosti.

raznorodnih psihoterapijskih pravaca i rezultate analize prikazali u tabeli. U završnoj diskusiji želimo da osvetlimo iz nekoliko novih uglova problem subjektivnosti i svesti u psihoterapijskom procesu uopšte, dakle nezavisno od različitih škola.

a. Subjektivnost i kodifikacija postupka

Naša podrška zamisli neuropsihoterapije da bude korak u dubinu, ka rasvetljavanju bazičnih mehanizama u osnovi efikasnih psihoterapijskih postupaka, kao i korak ka integraciji psihoterapijskih škola, praćena je izvesnim oprezom prema jednom mogućem pravcu njenog razvoja. Da li otkriće bazičnih lekovitih sačinitelja treba u budućnosti da pretvori psihoterapijski proces u skup kodifikovanih protokola, u kome različiti stilovi rada, koje nude brojni psihoterapijski modaliteti, bivaju svedeni na jedan ispravan, naučno zasnovan način da se praktikuje psihoterapija? Smatramo da bi ovaj put razmišljanja, koji ima svoju vrednost u istraživačkoj situaciji, psihoterapijskoj praksi doneo osiromašenje. Opasnost je realna, jer je trend ka objektivizaciji, kvantifikaciji, algoritmizaciji i unifikaciji danas prisutan u svim domenima ljudske prakse, od medicine do edukacije i sporta. Prednost protokola je u mogućnosti brzog i efikasnog učenja veština i donošenja odluka, koji postaju dostupni veoma širokom krugu praktičara; opasnost je u lažnoj sigurnosti koju obećavaju protokoli, s obzirom na to da svaki „recept“ hvata uvek samo izvesne, statistički definisane aspekte nekog fenomena. Što je oblast u kojoj se primenjuju recepti, algoritmi i protokoli, više oslonjena na subjektivnu, doživljajnu sferu, to je oprez primereniji. Discipline koje se bave subjektivnim iskustvom poput psihoterapije, umetnosti i kontemplativnih disciplina²³⁴, naročito ne smeju da dozvole suviše krutu kodifikaciju, jer prostor svesnog iskustva u kome se praksa odvija, prostor je svekolike kreativnosti i mogućnosti

²³⁴ Interesantan je u tom smislu pogled na primere iz istorije budizma. Ovde postoje, sa jedne strane, pokušaji da se kontemplativni trening kodifikuje u sistem praksi različitih nivoa i stupnjeva od preliminarnih i početničkih do naprednih, što je karakteristično za tibetanski budizam, koji je izgrađen najviše u okviru monastičkog sistema. Istorija budizma, međutim, poznaje i logiku sasvim suprotnoj ovoj, koja je ostala u anegdotama o ekscentričnim zen-majstorima ili tibetanskim tantričkim učiteljima (na koje tradicija referira kao na *crazy wisdom*), koji su koristili nekonvencionalne i nepredvidljive metode uvođenja učenika u kontemplativno stanje. Ove je nemoguće kodifikovati i imitirati, jer nastaju spontano, u trenutku, iz sasvim individualizovanog konteksta i potreba situacije. Njih je moguće razumeti u okviru budističkog učenja o veštini sredstvima (sansk. *Upaya-kaushalya*, eng. *skillful means*) koje posmatra inače sve metode, tehnike i procedure samo kao pragmatička oruđa, koja nemaju vrednost van svoje upotrebljivosti u određenom kontekstu. Istorija umetnosti je takođe istorija odnosa između pridržavanja kodeksa i provociranja kodeksa umetničke prakse, što je temeljni sačinitelj kreativnosti, autentičnosti i originalnosti.

prevazilaženja svakog postojećeg sistema, sopstvenog života. Zato je za psihoterapijski postupak esencijalno da terapeut bude na otvoren način prisutan u sadašnjem trenutku sa klijentom, a ne samo sa psihoterapijskim protokolom ili teorijom. Pokazali smo ranije da i istraživanja psihoterapije pokazuju da je kvalitet psihoterapijskog odnosa bolji prediktor uspešnosti procesa od svih specifičnih varijabli (poput teorije, tehnika i protokola). Da bi se terapeut i klijent sretali uvek iznova na autentičan način, potrebno je negovati otvoren prostor da se u tom susretu desi i nešto novo, kreativno i nepredvidljivo.

Ukoliko pogledamo, na primer, pitanja kao univerzalnu psihoterapijsku tehniku, vidimo da se ona nikada ne postavljaju mehanički, već da terapeutovo empatijsko prisustvo sa klijentom iz trenutka u trenutak predstavlja implicitnu varijablu koja određuje efekat koji pitanje ima na dalji tok razgovora. Karl Tom u ranije opisanoj tipologiji psihoterapijskih pitanja pokazuje da vrsta pitanja koja terapeut postavlja zavisi od njegovih namera, načina razmišljanja o terapijskoj situaciji i emocionalnog stava, a mogući efekti četiri vrste pitanja na klijenta/porodicu i pravac odvijanja terapijskog procesa su veoma različit i njih je moguće samo u izvesnoj meri anticipirati (Tomm, K., 1998, str. 9). Izvesni diskontinuitet između terapeutovih intencija prilikom postavljanja određenog pitanja i načina na koji druga strana čuje pitanje, čini da i najsamorefleksivniji terapeut ne može da zna zasigurno efekte svojih intervencija. Kako će klijent/podrođica kao autonomni sistemi reagovati na pitanje zavisi od njihove jedinstvene dinamike i organizacije iz trenutka u trenutak. Ovo čini da su svesnost i fleksibilnost terapeuta prilikom postavljanja pitanja u prvom planu.

Stiv de Šejzer je pokušao da formuliše svoj postupak (kratku terapiju orijentisanu ka rešenjima, koju smo opisali), na krajnje precizan i sveden način, kao niz pitanja koja terapeut postavlja određenim redosledom, gotovo tako da se postupak može algoritmizovati tj. da kompjuterski program može da vodi klijenta kroz iskustveni proces. Uskoro je shvatio da je i tako jednostavan postupak beskrajno komplikovan i da je samo njegov mali deo podložan algoritmizaciji. Tako, na primer, njegovo „čudesno pitanje“, koje ima jednostavnu verbalnu formulaciju, predstavlja, zapravo, kompleksan proces, u kome učestvuje niz paralingvističkih varijabli, koje su presudne za efekat koji će pitanje imati na klijenta (pauze, tempo i laga glasa, tajming, uključivanje pitanja u trenutni kontekst klijentovog života i priče), što zahteva puno prisustvo terapeuta u procesu i samom činu postavljanja pitanja. Čak i kada terapeut istom klijentu postavi

dva puta isto pitanje, efekat je različit. Matijas Varga von Kibed citira anegdotu sa edukacione grupe (Sparrer, Insa, Varga von Kibed, 2010, str. 28). Na pitanje Stivu de Šejzeru da li ga je uznemirilo što je klijentkinja sa kojom je radio isto pitanje (vidi: čudesno pitanje) već čula od drugog terapeuta, Stiv je jednostavno odgovorio: „Ja to nisam shvatio kao isto pitanje“ („I did not regard this as the same question“).

Oprez prema krutoj kodifikaciji postupaka dolazi iz činjenice kompleksnosti i neizrecivosti domena subjektivnog doživljavanja. Videli smo da Dajana Rafman u filozofiji duha neizrecivost *qualia* koristi kao glavni *pro qualia* argumet, tj. argument protiv reprezentacionalističkih, materijalističkih teorija. Bogatstvo iskustva prevazilazi konceptualne resurse, tj. mogućnost formiranja kodiranih pojmovnih reprezentacija. Iz istog razloga su kodifikovani psihoterapijski protokoli nedostatni za opis bogatstva procesa koji se dešavaju između terapeuta i klijenta.

b. Psihoterapija i tri vrste inteligencije

Značaj opreza prema unifikaciji i rigidnoj kodifikaciji psihoterapijskog procesa postaje još jasniji, ukoliko pogledamo kakvu ulogu igraju u psihoterapiji tri bazične vrste ljudskih sposobnosti, koje su povezane sa različitim neuralnim sistemima.

Inteligencija (IQ) u izvornom smislu u psihologiji se odnosi na opštu mentalnu sposobnost rezonovanja, planiranja, rešavanja problema, apstraktnog mišljenja, razumevanja kompleksnih ideja, brzog učenja (u smislu školskog učenja, ali i učenja iz iskustva). Naučna oblast koja se danas bavi ovom vrstom inteligencije je u prvom redu kognitivna neuronauka (eng. *cognitive neuroscience*). Sve forme psihoterapije angažuju racionalno analitičke sposobnosti klijenta u svrhu razumevanja problema, njegove istorije, umreženosti u okviru socijalnog sistema, motivacije i sl. Ovde spadaju i psiho i neuro edukacija, učenje raznih veština i samomenadžmenta, promišljanje ličnih problema u kontekstu biblioterapije ili filozofije. Kognitivne intervencije se većinom mogu opisati objektivističkim, kognitivnim terminima, te subjektivni, doživljajni aspekt može ostati skriven. Informacije, uvidi, analize, međutim, postaju istinski delotvorni agens promene u ličnom životu, tek ukoliko sadrže impresivnu komponentu doživljajnog učenja.

Emocionalna inteligencija (EQ) je temin koji su 1990. uveli Džon Majer i Piter Salovej, a koji je popularisao Danijel Goleman u istoimenoj knjizi iz 1995. Aktuelna naučna oblast

koja proučava osnovu sposobnosti koje potpadaju pod EQ je afektivna neuronauka (eng. *affective neuroscience*). Emocionalna inteligencija je sposobnost opažanja, razumevanja, korišćenja i uticanja na sopstvene emocije i emocije drugih ljudi. Piter Salovej i Dejvid Karuzo napravili su test EQ koji meri ove njene četiri komponente. U psihoterapiji je rad na razvoju emocionalne inteligencije, koja je, za uspeh u životu, ne manje važna od IQ, verovatno centralni deo procesa. Klijenti često upravo dolaze na psihoterapiju jer nisu u stanju da se nose sa sopstvenim emocionalnim stanjima, osećaju se nemoćni pred preplavljujućim emocijama, potiskuju ih ili neprimereno odigravaju (eng. *acting out*), ne umeju da prepoznaju sopstvene, kao i emocionalne signale koji dolaze od druge osobe u komunikaciji. Jedna od ključnih stvari koje se uče u psihoterapiji je razvoj svesnosti i kontakta sa sopstvenim emocionalnim stanjima, sposobnost uticanja na njih, u smislu ovladavanja negativnim emocijama i korišćenja pozitivnih za samomotivaciju i ostvarenje ličnih ciljeva. Psihoterapijski rad sa EQ uključuje doživljajnu subjektivnu sferu na eksplicitni način.

Emocionalna inteligencija je vrednosno neutralna, može se koristiti u konstruktivne svrhe, ali isto tako i zloupotrebiti za manipulaciju drugima. Takođe, empatija, sposobnost prepoznavanja na osnovu minimalnih signala, osećanja, želja i potreba druge osobe, kao komponenta EQ, ima vrednost samo ukoliko se koristi u adekvatnom kontekstu. Empati su osobe koje poseduju izuzetno visok stepen senzibilnosti za emocionalna stanja i probleme osoba iz okruženja, tako da ih često doživljavaju sa istim intenzitetom kao sopstvene – ova vrsta sposobnosti može se koristiti i konstruktivno, ukoliko se disciplinuje; većinom, međutim, ima pogubne efekte u životu empata.

Treća vrsta inteligencije koja je relevantna za ishod psihoterapijskog procesa je obično poznata kao duhovna inteligencija (SQ, S od *spiritual*), koju su naročito promovisali Dana Zohar i Jan Maršal u istoimenoj knjizi iz 1997, mada je i niz drugih autora na svoj način nastojao da je definiše, pa i da je meri (npr. Dejvid King, Sindi Viglsvort, Frensis Vogan). Hauard Gardner, tvorac teorije multiplih inteligencija, preferirao je termin egzistencijalna inteligencija, zbog mogućih nezgodnih konotacija koje termin duhovna može da ima, mada autori koncepta SQ nastoje uvek da razlikuju koncepte duhovnosti i religioznosti. Verujemo da će odgovor o neurološkoj osnovi SQ dati neuronauka svesti, (*neuroscience of consciousness*) koja je u zaćecima.

Za sada SQ nije opšte prihvaćen koncept, poput na primer EQ – postoji nekoliko koncepata SQ različitih autora, pokušaji operacionalizacije i konstrukcije instrumenata za njeno merenje, ali, kako su ovi zasnovani na samoproceni, teško je utvrditi da li se ovde radi o sposobnosti ili crtama ličnosti. Opisi duhovne inteligencije sadrže mnogo komponenti, što otvara pitanje i da li se tu, u psihometrijskom smislu, radi o jednoj ili o više sposobnosti. Iako koncept za sada sadrži niz slabosti, smatramo ga neophodnim za opis jednog značajnog dela onoga što radi savremena psihoterapija.²³⁵ Ovde imamo u vidu striktno mentalno higijenski aspekt SQ, koji se odnosi podjednako na ateiste, agnostičare, neteiste i pripadnike različitih teističkih konfesija. Dok su kvalitete koji se opisuju kao SQ nekada bili praktikovani u okviru duhovnih tradicija od strane izabranih, danas izgleda postaju neophodni za preživljavanje u savremenom svetu gotovo svima.²³⁶ Izdvojićemo ovde tri aspekta duhovne ili egzistencijalne inteligencije za koja smatramo da su od centralnog mentalno higijenskog značaja, a sa kojima savremena psihoterapija radi. To su a) svest o sopstvenim vrednostima, te sposobnost pronalaženja smisla i značenja, kao i životnog stila koji je sa ovima kongruentan b) sposobnost povezivanja sa sopstvenim iskustvenim svetom, drugim osobama i nekim širim prostorom (opisivali ovaj ateističkim, teističkim ili kakvim god drugim vokabularom) c) sposobnost za transcedenciju averzivnih situacija i događaja u životu, kreiranjem šireg prostora i novih dimenzija iskustva. SQ u ovom smislu ja najviši stepen zaštite mentalnog zdravlja, koji pomaže i u najtežim životnim situacijama u kojima IQ i EQ nisu od pomoći. Ovo je vrsta inteligencije koja je pomogla Viktoru Franklu da posle tri godine provedene u koncentracionom logoru u kome je izgubio čitavu porodicu, otpočne najproduktivniji period svog života i kreira logoterapiju i niz vrednih psihoterapijskih dela. Ovo je vrsta inteligencije koja omogućava nekim tibetanskim monasima da izađu posle dvadesetak godina iz kineskih zatvora kao zdrave, vedre i saosećajne osobe. Zapostavljanje rada sa SQ čini psihoterapiju daleko manje efikasnom, težom, mučnijom i ograničenijom u dometima. Ukoliko klijent uđe u rad sa disfunkcionalnostima i traumatizacijom bez otvaranja malo šireg prostora svesti i

²³⁵ Visok IQ i EQ ne mogu dobro da definišu mentalno zdravlje, jer ne isključuje psihopate, koji čak mogu biti dobro adaptirani i uspešni.

²³⁶ Ne smatramo, kako se danas često piše, da živimo u vreme krize duhovnosti, još manje da su ljudi, pre npr. 3 veka ili pre 10 vekova bili u bilo kom smislu duhovniji od nas. Razlika je, verujemo, u potrebi. Savremeni uslovi života čine da je ono što su nekada bila pitanja i prakse kojima su se bavili mistici, duhovni posvećenici, filozofi, najednom postaju akutna potreba u konfuznom i kompleksnom svetu bez jasnog uporišta i orijentira.

kontakta sa svojim vrednostima, pričanje priča ili njihovo ponovno proživljavanje neće po sebi biti terapijsko. Takođe, ukoliko terapija radi samo na otklanjanju disfunkcionalnosti i traumatizacije, a klijent ne dođe u kontakt sa novim smislom, vrednostima i širim prostorom, poboljšanje neće imati trajnost i transformativnu dimenziju u njegovom životu. Pošto smo se vrednostima u psihoterapiji već bavili u odeljku 2, ovde ćemo dati par napomena vezanih za aspekt duhovne inteligencije koji se opisuje kao sposobnost za transcedenciju i kreiranje šireg prostora i novih dimenzija iskustva.

Sposobnost i potreba za transcedencijom u religijama²³⁷ obično je postavljena u kontekst neke jake metafizičke teorije. Ovde, naprotiv, želimo da o njoj govorimo u metafizički minimalističkom smislu, kao o dimenziji svesnog iskustva, koja omogućava izlaženje iz dotada postojećih okvira, ekstenziju u prostor van svega poznatog i istraživanje tog novog prostora. Iz fenomenološkog ugla, seme tog kapaciteta svesti je u doživljaju da „ima nešto više od...“, ili da je „još nešto moguće“,²³⁸ iako je to „nešto više“ ili „još nešto“ na početku sasvim neodredivo i nepoznato; ukoliko je taj doživljaj respektovan, on predstavlja korak koji može da otvori neki novi kreativni prostor. Sama svest kao fenomen stalno izmiče fiksaciji u konceptualnom smislu, što smo videli diskutujući neizrecivost (eng. *ineffability*) kao jednu od definišućih odlika *qualia* i time nosi u sebi seme transcedencije svega što je do tog momenta bio njen reprezentacioni sadržaj. Ukoliko u psihoterapiji dozvolimo ovaj prostor mogućnosti radnom hipotezom „ima nešto više od...ili „još nešto je moguće“, aktivirali smo značajan isceliteljski agens.²³⁹ Ovo je upravo suprotno od svakog redukcionističkog oblika mišljenja; redukcionizam suštinski predstavlja misaonu formu: „A je B i **ništa više** od B!“

Tom neartikulisanom prostoru mogućnosti može se u psihoterapiji pristupiti na razne načine. Ovde ćemo pomenuti kao primer samo jedan, pomalo neuobičajeni metod, koji

²³⁷ Arhetip bodisatve u mahajana budizmu interesantan je primer transcedencije same potrebe za transcedencijom sopstvenih ograničenja i patnje. Bodisatva se odriče sopstvenog prosvetljenja da bi pomogao svim drugim bićima u patnji da dosegnu prosvetljenje.

²³⁸ Ovaj doživljaj je veoma nalik Džejmsovim tranzitivnim stanjima svesti, tj. „rubu svesti“.

²³⁹ Ukoliko ovaj trenutak ne biva primećen i vrednovan, on biva brzo zaboravljen, posebno stoga što nema konceptualnu artikulaciju; time je potencijalno lekoviti faktor deaktiviran. Iz ugla neuropsihoterapije se kao jedno od centralnih pitanja danas postavlja: kako da trenutni pozitivni doživljaj bude implementiran u mozak, tj. kako da novo stanje (*state*) postane crta (*trait*) ; ovim se bavi Rik Henson u svojoj novoj knjizi *Hardwiring happiness* iz 2013.

bismo nazvali kontemplativnim pitanjima. Poput koana iz zen-budizma, ova pitanja nisu upućena IQ ni EQ klijenta, na njih nema tačnog i netačnog odgovora, a neobično važno je njihovo tajmiranje i kontekst (da budu „skrojena“ prema klijentovom trenutnom fokusu pažnje i upućena u trenutku sabranosti i prijemčivosti). Njihov cilj nije da ga navedu na traženje bilo kakvog intelektualnog odgovora, već da ga na trenutak uvedu u novo otvorenije stanje svesti, u kome prestaju automatizmi navika i uobičajenog mentalnog toka. Evo par primera: Kakva nova svest bi mi omogućila da nemam ovaj problem? Ko bih bio kada bih na trenutak potpuno zaboravio sve priče koje sam ikada do sada pričao o sebi, sebi i drugima? Šta ako je sa mnom sve u redu i oduvek je sve bilo u redu? Ukoliko klijent prihvati „ponudu“, što znači uđe na trenutak u novo stanje, možemo da se upustimo sa njim u dalje istraživanje pomoću pitanja „Šta bi onda bilo različito?“ - tipa, koje takođe možemo shvatiti kao vrstu kontemplativnog pitanja.

c. Nekoliko završnih napomena

Iz opisa nekoliko ključnih psihoterapijskih modaliteta videli smo da postoje tri kanala promene – saznajni, doživljajni tj. iskustveni i bihevioralni i da su sva tri bitna i u manjoj ili većoj zastupljenosti prisutna u svim školama. Čak i ukoliko škole stavljaju u teoriji fokus na uvid, kognicije ili ponašanje, u terapijskom procesu rade često iskustveno, sa aktuelnim doživljajem klijenta.²⁴⁰ Psihoanalitički proces je pun doživljajnog rada iako uvid i interpretacija figuriraju kao centralni pojmovi u teoriji, BT i KBT su u svojoj najnovijoj fazi na velika vrata uvele fenomenologiju preko, iz budizma preuzetih i za potrebe terapije destilovanih kontemplativnih praksi, a egzistencijalistički, humanistički i neki konstruktivistički pravci od početka eksplicitno počivaju na fenomenologiji. Svesnost i osvešćivanje su centralne varijable u psihoterapijskom procesu, s tim što značenje ovih pojmova oscilira između svesnosti u smislu znanja (više reprezentacionalno značenje), koje više naglašavaju psihoanalitički i KBT pristupi i svesnosti u smislu neposrednog iskustva svesnosti (više fenomenalno značenje), koje naglašavaju fenomenološki, iskustveni i *mindfulness* pristupi.

²⁴⁰ Integrativnost je trend koji u psihoterapiji uzima sve više maha, tako da „čiste forme“ koje nisu lišene svojih dogmi, ustupaju prostor otvorenijem istraživanju logike promene i delotvornih terapijskih faktora. Tako će pitanje kakvu ulogu igraju promene u saznajnom, doživljanom i bihevioralnom domenu i u kakvom su međusobnom odnosu ova tri domena, postati empirijsko, a ne sektaško pitanje. Takođe, odnos između narativnih i fokusiranih oblika rada, „teleskopske“ i „mikroskopske“ fenomenologije nije ili–ili pitanje, već pitanje u kojim slučajevima je koja kombinacija optimalna.

Razvijanje sposobnosti posmatranja svog unutrašnjeg sveta ključni je deo promene ograničavajućih i neadaptivnih načina odnošenja prema svetu, kao i razvoj sposobnosti da se bude sa svojim doživljajnim svetom, sa stavom prihvatanja i sposobnošću uticanja na svoja stanja. Psihoterapija je razvila niz postupaka pomoću kojih klijent uči u terapijskoj situaciji kako da bolje navigira u svom iskustvenom svetu, bilo da to uči implicitno, kroz direktnu interakciju sa terapeutom ili eksplicitno, praktikujući određene metode koje mu prenosi terapeut u vidu domaćih zadataka. Kvalitet prisustva terapeuta sa klijentom jedan je od ključnih faktora koji omogućava ovu intimnu vrstu doživaljnog učenja. Postojanje epistemološkog problema svesti centralni je problem sa kojima terapeut treba da se suoči. Danas je stav da je klijent ekspert za svoj doživljajni svet, u smislu da on jedini ima pristup svojim stanjima i najbolje zna „kako je biti“ u njima, već postalo opšte mesto. Terapeut mu zapravo pomaže da postane još bolji ekspert. Terapeut je ekspert za kreiranje za to pogodujuće terapijske situacije, ekspert za komunikaciju, ekspert za sopstveni iskustveni svet i ekspert u smislu teorijskih i praktičnih znanja o psihološkim procesima, svesti i procesima promene. Za razliku od drugih oblasti gde je dovoljna ekspertiza u kognitivnom smislu, psihoterapeut treba da ima i direktno iskustvo o svom unutrašnjem svetu iz prvog lica, koje stiče prolazeći kroz proces sličan onome kroz koji prolaze kasnije njegovi klijenti. Ovaj zahtev je ugrađen u temelje psihoterapije kao discipline od samog početka. Frojd je didaktičku analizu smatrao neophodnim delom edukacije psihoterapeuta, za šta nije imao model ni u jednoj drugoj medicinskoj ili akademskoj disciplini. Sličnost pre postoji, na primer, sa obrazovnim sistemom u okviru tibetanskog budizma, gde je za sticanje akademske titule (tib. *geshe*) potrebno, pored poznavanja klasičnih tekstova, budističkih filozofskih škola i metoda vođenja debate (tzv. dijalektička škola), proći i kroz iskustvo dugogodišnjeg kontemplativnog treninga, dakle steći posebnu vrstu znanja iz ugla prvog lica.

Razlika čiste nauke (poput psihologije, neuronauke, na primer) i prakse koja jednim svojim delom (a poslednjih decenija sve više) počiva na nauci, poput psihoterapije je u tome što prva može u velikoj meri da apstrahuje subjektivnu stranu fenomena koje proučava u konačnim rezultatima, tako da perspektiva prvog lica više nije transparentna, dok je u praktičnim disciplinama to nemoguće i stoga i neuputno. Savremena neuronauka viših mentalnih procesa mora sve eksplicitnije da ukluči perspektivu prvog lica u istraživački postupak, a sa druge strane, njeni nalazi prvi put postaju istinski relevantni za psihoterapijsku praksu. Novina koju su donele poslednje dve decenije jeste

da subjektivno iskustvo više nije sasvim nedostupno neuronauci, kao što ni mozak više nije „crna kutija“ za discipline koje se bave subjektivnim iskustvom.

5. METODE PRVOG LICA I PROBLEM FENOMENALNE SVESTI

U drugom poglavlju smo opisali kako je razvoj novovekovnih prirodnih nauka u okrilju hrišćanske teologije od 17. veka postepeno eliminisao svest i subjektivnost iz naučne slike sveta, te kako je psihologija u svom formativnom periodu u drugoj polovini devetnaestog veka preduzela kontroverzni poduhvat, da se konstituiše kao sistematska studija svesti i svesnih procesa po modelu novovekovnih nauka. Ovaj projekat je konačno napušten dvadesetih godina dvadesetog veka i psihologija je do danas ostala bez „pogleda iznutra“ na psihičke procese, ili je ovaj, u najboljem slučaju, tretiran kao neka vrsta implicitne varijable. Problem fenomenalne svesti, perspektive prvog lica, te *qualia* kao kvalitativnih odlika svesti, aktuelizovala je u drugoj polovini dvadesetog veka filozofija duha, ali je analizu usmerila na epistemološke i ontološke probleme koje *qualia* tip činjenica (fenomenološke činjenice) predstavljaju u izgradnji teorije duha, te na *pro* i *contra qualia* argumente. Filozofija duha van toga ima malo šta da kaže o samoj fenomenalnoj svesti. Čak i kada sa uvažavanjem govore o značaju uključivanja fenomenologije u proučavanje svesti, filozofi duha ne idu dalje od deklarativnog nivoa. Čalmers smatra da je fenomenološki pristup od centralnog značaja za nauku o svesti, te da ona treba da uključi sve istočne i zapadne metode koje mogu da se pokažu korisnim (Chalmers, D., 1996, str. 36), Flanagan se zalaže za „prirodni“ metod u proučavanju svesti koji povezuje fenomenološke, psihološke i neuralne činjenice (Flanagan, O., 1992, str. 11), ali se ovakvim mislima ubrzo gubi trag u njihovom delu. Psihoterapija, kao praktična disciplina, koja se konstituiše kao praktična nauka, bila je manje uspešna u „stavljanju u zagradu“ neposrednog svesnog iskustva, mada joj takvi pokušaji nisu bili strani; pokazali smo, da je, naprotiv, rad sa svesnošću i subjektivnom stranom iskustva jedan od neophodnih sačinitelja uspešne terapije, a epistemološki problem svesti jedan od centralnih, praktičnih problema psihoterapije. Sposobnost posmatranja sopstvenog iskustva u sadašnjem trenutku i bivanja u njemu na otvoren i prihvatajući način, pokazuje se kao jedan od bazičnih delotvornih sačinitelja psihoterapijskog procesa i to transteorijski i transdijagnostički.²⁴¹ To je upravo suština onoga što se u budizmu

²⁴¹ Germer (u: Germer, Ch., Siegel, R. & Fulton, P., 2013, str. 4) smatra da je *mindfulness* zajednički kurativni faktor u različitim psihoterapijskim modalitetima, koji je danas moguće identifikovati i trenirati. Gendlin je od pedesetih godina tvrdio nešto slično za *felt sense*: Smatramo da je njegovu metodu

vekovima praktikuje pod imenom *satipatthana (mindfulness)* meditacija, koja poslednje decenije osvaja psihoterapijsku scenu. Jedna tradicionalna fenomenološka metoda²⁴² prokrčila je, međutim, sebi put u psihoterapiju, pre svega, zahvaljujući objektivnim evaluacionim studijama²⁴³, a u neuronauku, pokazavši se kao praksa koja relativno brzo menja mozak! Tek zahvaljujući ovom procesu objektivne validacije stekli su se uslovi, da, sa velikim zakašnjenjem počne da se ostvaruje „proročanstvo“ Vilijema Džejmsa sa samog početka dvadesetog veka „da će za nekih dvadeset pet godina svi proučavati budističku psihologiju“.²⁴⁴

Alen Volas, (osnivač *Santa Barbara Institute for Consciousness Studies*) pokazuje u svojoj knjizi *Tabu na subjektivnost*, kako su subjektivni fenomeni proterani iz nauke kao smetnja u objektivnom istraživanju i proglašeni za nepodložne naučnoj analizi, a potom i za nepostojeće. Značaj subjektivne tačke iz koje se vrši posmatranje i merenje aktualizovala je tek kvantna fizika, a značaj introspektivnih podataka u kombinaciji sa ekstrospektivnim, nova nauka o svesti. U tom smislu Volas predlaže upotrebu kontemplativnih metoda i njihovo naučno proučavanje. Volas smatra da se mnoge primedbe upućene introspekciji takođe mogu uputiti i objektivnom naučnom posmatranju, te da je stvarni razlog tabua više u implicitnim metafizičkim uverenjima na kojima počiva nauka. On dalje pokazuje kako mnoge kontemplativne prakse uključuju elemente naučnog pristupa; njihov način ispitivanja svesnih fenomena počiva na rigoroznom treningu i daleko je od svake proizvoljnosti. Pripremne prakse razvoja

fokusiranja zapravo moguće videti kao tesno povezanu sa *mindfulness* pristupom; ona može da bude čak dobar uvod u *mindfulness* meditaciju za praktičare sa zapada. Poređenje metoda ćemo napraviti u okviru šestog poglavlja.

²⁴² Budističku *mindfulness* metodu kvalifikujemo kao fenomenološku, jer je način posmatranja svesnih fenomena bliži onome što zovemo fenomenologijom nego introspekcijom. Fenomenološka metoda nastoji da posmatra fenomene onako kako se pojavljuju u svesti bez prekonceptija, dok se pod introspekcijom obično podrazumeva posmatranje koje polazi od analitičkog stava, da fenomene razloži na komponente.

²⁴³ Ova metoda je najpre istraživana i integrisana u okviru BT i KBT prisutpa, kao i bihevioralne medicine, ali zbog svog aktuelnog uticaja na terapeute različitih orijentacija, poslednjih godina se za grupu terapija koje je koriste kao centralnu intervenciju pojavio termin MBI (*mindfulness-based interventions*). Poslednjih deset godina pojavile su se brojne metaanalize evaluacionih istraživanja; pomenimo ovde jednu od novijih i obuhvatnijih: „Mindfulness-based therapy: A comprehensive meta-analysis“, Khoury, B. i sar., *Clinical Psychology Review*, Vol.33 (6), 2013, (763–771).

²⁴⁴ Vidi u Epstein, M., 1997, str. 2. Džejms se, spazivši budističkog monaha u publici tokom jednog od svojih predavanja na Harvardu, ovome obratio: „Vi ste bolje opremljeni da podučavate psihologiju od mene. To je psihologija koju će svi proučavati za dvadeset pet godina“.

koncentracije, van svih dometa koji su na Zapadu ikada bili zamislivi, služe da izoštre instrument opservacije (kao što je za objektivno istraživanje potreban dobar i čist mikroskop), kako bi ovaj dao pouzdane rezultate (Wallace, A., 2000). Volas je u svojoj narednoj knjizi *Attention Revolution* iz 2008. opisao detaljno stupnjeve prakse školovanja pažnje (instrukcije, proces i rezultate) u *shamata* praksi u okviru tibetanskog budizma.²⁴⁵

Varela, Tompson i Roš u knjizi *Otelovljeni duh* iz 1993. tragaju za „kopčom“ između objektivne kognitivne nauke i njenog portreta ljudskog duha kao sistema koji obrađuje informacije i formira reprezentacije različitih aspekata spoljašnjeg sveta i domena svakodnevnog, neposrednog, otelovljenog iskustva. Autori smatraju da je evropska fenomenološka misao Huserla, Hajdegera i Merlo-Pontija, koja je ukazivala na ovaj problem, ostala pragmatički irelevantna i za nauku i za *Lebenswelt*, jer i kada fenomenolozi naglašavaju značaj pragmatičkog, otelovljenog konteksta ljudskog iskustva, oni to čine na čisto teorijski način. Varela, Tompson i Roš vide veliki potencijal u budističkoj *mindfulness* meditaciji i filozofiji, koja, za razliku od zapadne, nikada nije bila potpuno razvezana od praktičnog, fenomenološkog ispitivanja svesnog iskustva i pragmatičkog konteksta (kultivacija i transformacija svesti). Pored *mindfulness* meditacije, oni naglašavaju i značaj dva budistička učenja za dijalog sa kognitivnom naukom: a) učenje o nepostojanju intrinzičnog sopstva (pali *anatta*, eng. *no-self*), koje može da doprinese razumevanju fragmentacije sopstva u slici kognicije kakvu daju dve struje u kognitivnoj nauci – kognitivizam i konekcionizam i b) učenje o nedualnosti u budističkoj *Madhyamika* (srednji put) filozofiji, koje dovode u vezu sa trećom opcijom kognitivne nauke, za koju se oni zalažu i koju nazivaju otelovljena kognicija ili *enaction* (*embodied cognition ili cognition as enaction*). Autori smatraju da je „ponovno otkriće“ azijskih filozofija krajem dvadesetog veka za zapadnu misao (evropsku i američku) od značaja koje je uporedivo sa ponovnim otkrićem grčke filozofije u renesansi. Za razliku od renesanse, koja je svoje razumevanje grčke filozofije zasnivala na prevođenju i interpretaciji tekstova, mi danas, pored prevedenih tekstova, imamo priliku da sretne

²⁴⁵ Pomenimo samo dva podatka koja govore o aktuelnosti teme. Krajem 2013, Danijel Goleman, koji ima dar da oseti puls i pravac naučnih interesovanja (kao što je bilo i sa njegovim popularisanjem koncepta emocionalne inteligencije pre petnaestak godina) objavljuje bestseller *Focus: The Hidden Driver of Excellence*, koji prikazuje stanje stvari u nauci o pažnji. Slično, „Time“ od 3. 2. 2014 na naslovnoj strani objavljuje kao temu broja „Mindful Revolution“.

i žive budističke zajednice i prakse na koje se odnose tekstovi (Varela, F., Thompson, E. & Rosch, E., 1999, str. 18–23).

Nastavak ove linije razmišljanja imao je za rezultat zbornik *Pogled iznutra: pristupi prvog lica u istraživanju svesti* Franciska Varele i Džonatana Šira iz 1999. Autori smatraju da treba pažljivo promisliti demarkacionu liniju između subjektivnog i objektivnog, unutra i spolja, jer subjektivni fenomeni ne moraju nužno biti privatni i intrinzično nedostupni intersubjektivnoj validaciji. Njihov pristup polazi od tri premise. Najpre, tvrdnja o ireducibilnosti opisa svesnih fenomena iz ugla prvog lica ne povlači automatski i tvrdnju o privilegovanom pristupu svesnom fenomenu, koji bi imao nepogrešiv, konačan i apodiktički karakter. Drugo, prividna familijarnost koju imamo sa subjektivnim iskustvom mora biti napuštena zarad preciznog ispitivanja pitanja čemu zaista imamo ili nemamo pristup i pod kojim uslovima. Za ovo nam je potrebno da imamo metode čiju smo primenu uvežbavali određeno vreme pre samog ispitivanja. Treće, neplodno bi bilo ostati na podacima prvog lica; pristup treba da ukaže na moguća povezivanja sa istraživanjima metodama trećeg lica, kao i međusobni uticaj i uslovljavanje dva pristupa. Da bismo govorili o metodi prvog lica, potrebno je da postoji jasna procedura i mogućnost intersubjektivne validacije u okviru zajednice koja primenjuje proceduru. U učenju primene metoda prvog lica tj. njihovom intersubjektivnom prenošenju, u svim tradicijama u okviru kojih postoje metode prvog lica važnu ulogu igra medijacija koju obezbeđuje pozicija drugog lica, tj. osobe od koje se uči metoda.²⁴⁶ (Varela, F. & Shear, J., 1999, str. 3–9)

Metode prvog lica nastoje da opišu mentalne procese i sadržaje onako kako se oni manifestuju iz ugla svesnog subjekta, za razliku od metoda trećeg lica, karakterističnih za prirodne nauke, koje opisuju svoj predmet (npr. prirodne fenomene, mentalne procese) bez reference na svesnu, iskustvenu sferu. U tekstu koji sledi, prikazaćemo šest

²⁴⁶ Značaj drugog lica, koje ima uloge mentora, kouča i supervizora, veliki je u svakom obliku učenja u koje je na značajan način uključena komponenta subjektivnog iskustva tj. doživljajno učenje u nekom obliku. To je slučaj sa učenjem u oblasti umetnosti, kontemplacije i psihoterapije. Ovako nešto postoji zapravo i u učenju metoda trećeg lica, npr. u obuci za bavljenje naučnom istraživačkom praksom, samo što je ovaj oblik učenja uglavnom kognitivni, sadržaje je moguće formalizovati, te uloga drugog lica ostaje u senci i obično se ne pominje, kao što se, na primer, smatra važnim pomenuti kod kog vokalnog pedagoga, kod kog majstora meditacije ili kod kog psihoterapeuta smo učili. U kontemplativnim tradicijama može se govoriti takođe o linijama prenošenja, ali nešto slično postoji i u umetnosti i psihoterapiji (npr. postoje različite škole pevanja ili različite psihoterapijske škole). Uloga linija prenošenja u savremenom svetu, u kome se živi brzo na više mesta i uči iz više izvora, naravno, gubi na značaju.

metoda prvog lica koje potiču iz introspektivne psihologije, fenomenološke filozofije i budističke kontemplativne tradicije. Zajedničko im je, pored intencije, i to da se mogu samostalno primeniti, obično posle određene vrste pripremnog treninga. Mnogi psihoterapijski postupci, kako smo videli u prethodnom poglavlju, sadrže u sebi introspektivne, tj. fenomenološke elemente (Perlsovi eksperimenti, razni tipovi pitanja koje terapeut postavlja, eksplicitne instrukcije za samoposmatranje u okviru seanse ili domaćeg zadatka u KBT, rad sa telom kao kanalom svesnosti u telesnim terapijama, primena *mindfulness* principa u okviru razgovora sa terapeutom i njihovo podučavanje i vežbanje); ovde se samoposmatranje, tipično dešava u okviru interakcije terapeuta i klijenta i verujemo da bi iz njih bilo potencijalno moguće razviti metode prvog lica. Dve metode koje ćemo opisati (*mindfulness* i fokusiranje) su psihoterapijski relevantne i integrisane na razne načine u psihoterapijske postupke. Introspektivni opis svesti Vilijema Džejmsa smo uključili u diskusiju metoda prvog lica, iako Džejms nije opisao u striktnom smislu metodu koju koristi u posmatranju svesnih procesa, zbog bogatstva i kvaliteta njegovog opisa. Dosadašnji najobimniji pregled metoda prvog lica Varele i Šira ima težište takođe na metodama koje potiču iz introspektivne psihologije, fenomenološke filozofije i azijskih kontemplativnih tradicija.

U ovom poglavlju ćemo šest metoda opisati a u sledećem ćemo preduzeti analizu i poređenje metoda, kao i tipa podataka koje nam one daju.

5.1. Introspekcija u okviru rane strukturalističke introspektivne psihologije

O programu rane introspektivne psihologije pisali smo u drugom poglavlju. Ovde ćemo se usredsrediti na analizu introspektivnog metoda i njegovih mogućnosti. Neuspeh introspekcionizma da se održi u psihologiji služi do danas kao argument svima koji smatraju da subjektivnom iskustvu i metodama prvog lica nema mesta u nauci; stoga je važno pažljivo pogledati šta su introspekcionisti tačno radili i u čemu je priroda njihovog neuspeha. Naše mišljenje je da nema nikakvog metodološkog (nemetafizičkog!) razloga da se rana introspektivna psihologija okarakterise kao nenaučna; ona je naprotiv bila prilično rigorozna naučna studija onog što danas zovemo *qualia* – jednostavnih senzornih elemenata svesti, onako kako se neposredno pojavljuju u svesti. Problem njene metode nije bio u nenaučnosti, već u potpunoj pragmatičkoj

irelevantnosti takvog oblika posmatranja. Pokušaćemo da u kratkim crtama skiciramo argumente za ovaj stav.

Vunt je odlučio da introspekciju primeni na ono što se sa velikom izvesnošću i jasnoćom može posmatrati, a to su senzacije, predstave i jednostavna osećanja poput prijatnosti i neprijatnosti. Pošto (ne bez dobrog razloga) nije verovao da je sopstveni misaoni proces moguće posmatrati, učinio je sve da „stavi u zagradu“ svako mišljenje, zaključivanje, pojmove i znanja o predmetu opažanja, što znači da provede nešto slično Huserlovoj redukciji²⁴⁷; time je introspekcija usmerena isključivo na senzorni domen. Vunt je verovao da je struktura svesti izgrađena od elementarnih senzornih jedinica i njihovo inventarisanje i opis postali su predmet njegove nauke. Vuntova sistematska introspekcija se odvija pod kontrolisanim eksperimentalnim uslovima i za nju je potreban rigorozni trening, jer to nije uobičajeni način na koji posmatramo sopstveno iskustvo. Introspektivni subjekti u Vuntovoj laboratoriji morali su da prođu kroz trening od 50000 posmatranja da bi se smatrali preciznim i pouzdanim „instrumentima“ za ovakvo „mikroskopiranje“ senzornih aspekata svesnog iskustva. Vunt je prilično doslovno primenio metode posmatranja iz prirodnih nauka u svojoj psihologiji. Rezultat je bio taksonomija i minuciozni opis *qualia* i njihovih atributa. Rezultati su imali intersubjektivnu validnost u okviru jedne laboratorije, što znači, da ako subjekti prođu kroz isti trening (koji ih usmerava na to šta tačno da posmatraju i kako da daju introspektivni opis), rezultati posmatranja su konzistentni. Ovo je zapravo jak protivargument tvrdnji da je svako posmatranje subjektivnih fenomena privatno ili proizvoljno, kao i da je svesno iskustvo domen lišen regularnosti. Nije li nauka o *qualia* već postojala?

Sukob Vuntove laboratorije sa laboratorijom iz Vircburga oko postojanja nečulnih, bezpredstavnih elemenata svesti, koje su ovi našli u protokolima, poslužio je bihevoristima kao argument da je introspekcija generalno nepouzdana i za diskvalifikaciju programa introspektivne nauke u celini. Detaljniji pogled upućuje, međutim, na sasvim drugačiju interpretaciju. Vircburžani su počeli da introspektivno proučavaju proces mišljenja, za šta Vunt nije imao ni malo sklonosti. Oni su davali subjektima jednostavan zadatak mišljenja, na primer, da za neki pojam pronađu

²⁴⁷ Sličnost ne podrazumeva da je bilo međusobnih uticaja. Pošto su prirodne nauke do tada opisale pojavni svet preko fizičkih parametara, prirodno je bilo da svaki pokušaj opisivanja svesti tj. domena fenomenalnog pođe od stavljanja u zagradu znanja i pretpostavki o svetu koje dolaze od prirodnih nauka.

subordinirani pojam; odmah posle odgovora, subjekti su davali introspektivni izveštaj o sadržajima sopstvene svesti od trenutka kada su pročitali zadatak reč do trenutka kada su dali odgovor. Vuntovi subjekti su imali samo perceptivne zadatke, kao i „teorijsku indoktrinaciju“ tokom treninga, da su svi osnovni elementi svesti za kojima treba da tragaju, senzorne prirode. Zašto bi bilo čudno ukoliko različiti uslovi (trening) i različit eksperimentalni zadatak dovedu do različitih rezultata? Tip introspektivnog treninga i način fokusiranja pažnje u samoposmatranju određuju rezultat koji ćemo dobiti, kao što je to slučaj i u svakom objektivnom istraživanju sa načinom definisanja problema i izborom mernih instrumenata. U introspektivnom istraživanju je jedino ove početne uslove nešto teže definisati.

Da li je način posmatranja svesti u strukturalističkoj introspektivnoj školi neprirodan i veštački, te su i njeni rezultati takvi?²⁴⁸ Na ovaj način su introspekciju kritikovali geštalt psiholozi, koji su perceptivni proces opisivali svojom fenomenološkom metodom na mnogo prirodniji, svakodnevnom opažanju bliskiji način. Odgovor je: naravno da je introspekcionički trening obučavao subjekte da na vrlo neprirodan način vrše posmatranja, ali to je ono što su i hteli; svako naučno posmatranje je na neki način neprirodno, što ne diskvalifikuje generalno nauku. Problem je pre bio u smislu primene takve metode i smislu postojanja jedne nauke, koja je zatvorena u uskom krugu tema i ograničena na opise i klasifikacije; posle par decenija takva nauka je postala jednolična i dosadna. Pošto je njeno proučavanje strukture svesti bilo vođeno isključivo teorijskim interesovanjem, a bez ikakve veze sa drugim naučnim disciplinama i bilo kojom vrstom prakse, introspektivna nauka je ostala izolovana i nepopularna u naučnoj i vannaučnoj zajednici. Čini nam se da je to bio glavni razlog što je završila u arhivama.²⁴⁹

²⁴⁸ Ponekad se pojavljuje i pitanje, da li je moguće trenirati subjekte da normalan opažaj objekta raščlanjavaju na jednostavne senzacije. Danas, posle više od sto godina susreta sa različitim azijskim tradicijama mentalne kultivacije, znamo da je uz određeni trud i vreme ljudski duh moguće trenirati za vrlo različita postignuća; istrajno praktikovanje koncentrativne meditacije kod nekih indijskih jogija vodi do stanja potpune i dugotrajne apsorpcije na primer. Pitanje je više čemu treniranje u takvim neprirodnim stanjima ili načinima posmatranja služi, nego da li se može izvesti.

²⁴⁹ To se desilo i sa velikim brojem biheviorističkih eksperimenata, a sigurno je i da će za 50 godina veliki deo onoga što je sada predmet istraživanja završiti u arhivama. Svako istraživanje polazi od određenog problema i tačke gledišta; ako se oni pokažu vremenom kao irelevantni, nalazi istraživanja gube vrednost. Bihevioristička paradigma je odavno mrtva u nauci, ali živi u imenu bihevioralne terapije i medicine, koje se, u nastojanju da budu pragmatički relevantne, okreću aktuelnim temama kliničke prakse.

Da li je problem rane psihologije bio u njenom preteranom fokusu na senzornom aspektu iskustva? Nije li ova tema po sebi dosadna i neplodna? Ne nužno. Introspektivni rad sa senzornim iskustvom može da bude veoma interesantan i dinamičan u praksama poput sporta, joge, Feldenkrajsove i sličnih metoda rada sa telom, plesa, pevanja i umetničkih praksi uopšte, ali takođe i u psihoterapiji. Razne telesno orijentisane terapije, Gendlinovo fokusiranje, senzomotorna terapija Pet Ogden, sistemske strukturalne konstelacije (Insa Šparer i Matijas Varga fon Kibed), na primer, koriste senzacije kao glavni kanal za pristup problemu. Hipnoterapija naglašava značaj posmatranja i uvažavanja dominantnog senzornog kanala klijenta (vizuelni, auditivni, somato-kinestetički). Ukoliko terapeut postavi pitanje o ovim jednostavnim kvalitetima u doživljaju (npr. nekog aspekta problema, interpersonalnog odnosa ili bilo kog mentalnog sadržaja), klijenti obično lako vrše samoposmatranje i daju odgovore, koji služe kao putokazi za obe strane u terapijskom procesu. Pitanje može da bude, na primer: da li nešto doživljava kao prijatno ili neprijatno (ili kao i jedno i drugo ili ništa od toga), lako ili teško, šireće, otvarajuće ili zatvarajuće i sl. ili može da pozove klijenta da usredsredi pažnju na to kako i gde neki aspekt svog problema doživljava u telu.

Izvori korišćeni za opis metode: članak Vermersch, P., „Introspection as practice“, 1999, (str.17-42) i poglavlje o introspektivnim metodama u knjizi *Uvod u psihologiju*, Radonjić, S.,1994, (str.50-75)

5.2. Introspekcija u delu Vilijema Džejmsa

Džejmsova introspekcija se karakteriše kao funkcionalistička, mada je pojam funkcionalizma (i funkcije) u američkoj introspektivnoj psihologiji prilično labavo određen. Introspekcija nije usmerena na određenje šta su sadržaji tj. elementi svesti, već na to kako se odvijaju svesni procesi i mentalne aktivnosti. Posmatranje je u odnosu na Vuntovu školu mnogo prirodnije i otvorenije. Umesto da traga za strukturom svesti, što vodi u pravcu „stabilizacije“ neposrednog iskustva treningom i podelom na lakše uhvatljive „isečke“ pomoću sistematske eksperimentalne procedure, Džejmsova introspekcija usmerena je na procese onako kako se prirodno odvijaju i ima u mnogo većoj meri „otvoren kraj“ u odnosu na to šta treba da bude njen rezultat. U tom smislu je Džejmsova introspekcija bliža onome što danas uobičajeno nazivamo

fenomenološkom metodom nego introspekcionizmu. Džejmsova prednost je i u otvorenom i pragmatičkom stavu prema naučnoj metodologiji; introspekcija nije izolovana, gotovo „ezoterična“ praksa, koja se odvija u zatvorenim laboratorijama, već jedan od izvora podataka, uz objektivne metode, fiziologiju i istraživanja kreativnih proizvoda duha. Neobičan introspektivni i deskriptivni dar čini do danas njegove „Principe psihologije“ interesantnim, tako da je još uvek moguće aktualizovati neko od njegovih zapažanja u savremenoj psihologiji. Činjenica da su posle više od sto godina Džejmsova introspektivna zapažanja interesantna, kada nikome više ne bi palo na pamet da čita Vuntove protokole, govori nešto važno o prirodi subjektivnog iskustva – ukoliko ga nekom neprirodnom procedurom „umrtvimo“ da bi ga secirali, rezultat verovatno neće biti relevantan za budućnost. Najveći problem je što Džejms nigde nije specifikovao kakvu je tačno introspektivnu metodu primenio, niti kako je (ako jeste) sebe trenirao da bi došao do svojih interesantnih zapažanja.

Džejms smatra da pretpostavka da su senzacije kao najjednostavniji elementi ono na šta psiholog treba da usmeri pažnju, nije nimalo naivna, kako izgleda na prvi pogled. Najminimalnija pretpostavka od koje možemo poći u posmatranju po Džejmsu je da se mišljenje (termin koristi za sve forme svesti) naprosto dešava. Za opis prirodnog načina na koji se svesni procesi odvijaju u iskustvu, Džejms pribegava metafori, koja je prirodna „tehnika ostenzije“. Svest je poput toka ili reke; mentalni sadržaji pre teku nego što se „nižu u lancu“. Opisaćemo nekoliko najznačajnijih rezultata Džejmsovog posmatranja toka (*James, W.*, 1889, str. 224–290). Pet najpregnantnijih odlika toka svesti su 1) lično obeležje, subjekat (ja) je prisutan u svakom iskustvu kao doživljena empirijska činjenica, van svake metafizike, 2) svest je u stalnoj promeni, ništa ne ostaje identično; čak i proste senzacije zavise od trenutnog stanja, 3) svest se doživljava kao kontinuirana; čak i kada se prekine, posle prekida postoji doživljaj pripadanja prethodnoj svesti, 4) uvek izgleda da se svest odnosi na objekte nezavisne od nje same i 5) svest je selektivna, navike pažnje čine da različiti ljudi u istoj situaciji vide različite stvari. Samo ono na šta obraćamo pažnju izgleda nam stvarno; ono što ignorišemo izbledi do beznačajnosti. Ono na čemu je pažnja u trenutku, to je stvarnost. Džejmsov opis svesti kao kontinuiranog toka različitih iskustava (treća odlika) zavređuje posebnu pažnju zbog svojih filozofskih implikacija. Džejms razlikuje supstantivna i tranzitivna stanja svesti; prva su trajnija, druga vrlo brza i prolazna – kao što ptica ponekad sedi na grani, a ponekad je u letu. Mirnija, supstantivna stanja su ispunjena čulnim utiscima i

predstavama; brza su ispunjena odnosima i nejasnim mislima. Ilustraciju za tranzitivna stanja svesti predstavlja „*tip of the tongue*“ (na vrh jezika) fenomen, kada hoćemo da se setimo zaboravljene reči. U svesti tada postoji praznina koja je intenzivno aktivna i ta praznina ima posebnu formu i oset za tu reč (koja bi bila drugačija za neku drugu reč). Posle nekoliko takvih primera, Džejmz zaključuje: „Trebalo bi da govorimo o svesti o „i“, o svesti o „ako“, o svesti o „ali“ o svesti o „na taj način“ isto onako kao što govorimo o svesti o plavom ili svesti o hladnom. Pa ipak, mi to ne činimo; tako je ukorenjena postala naša navika da zapažamo supstantivna stanja da se jezik skoro opire svakoj drugoj upotrebi“ (*ibid.* 248). Tranzitivna stanja po Džejmsovoj proceni čine bar jednu trećinu naših svesnih stanja. Jasne predstave i senzacije za koje se „hvataju“ senzualisti čine samo mali deo psihičkog života (ukoliko ga posmatramo iz ugla „toka“ koji posmatramo u realnom vremenu), ali čak i one imaju oko sebe oreol ili rub (eng. *fringe*) u kome „lebdi“ njihov smisao i značenje. Iako je ovu vrstu direktne svesti o relacijama bez supstantivne, sensorne, predstavne komponente, veoma teško introspektivno opisati, ona je bila zapažena i opisana i od strane drugih predstavnika introspektivne i fenomenološke tradicije – u okviru vircburške škole, to su bile „bespredstavne misli“ „svesnost o...“, „čiste misli“, a kod Huserla „sagledane suštine“. To što ih Vuntova škola nije nalazila u introspektivnim protokolima, posledica je verovatno toga što su subjekti trenirani da pažnju fokusiraju isključivo na supstantivne sadržaje svesti (jer je to ono što je „program“ Vuntove psihologije nameravao da opiše) i što su eksperimentalne situacije bile dizajnirane tako da isključe mislioni proces.

Sam Džejmz navodi filozofske implikacije previđanja tranzitivnih stanja svesti. I intelektualizam (racionalizam) i senzualizam u filozofiji previđaju njihovo postojanje – intelektualisti stoga pribegavaju čistim aktima (*actus purus*) intelekta, odvojenim od i nadređenim svakom čulnom domenu, da bi objasnili sposobnost poimanja odnosa između ideja, a senzualisti tvrde da u svesti postoje samo jednostavne supstantivne ideje (tj. supstantivna stanja svesti po Džejmusu), dok je sve drugo verbalna iluzija. (*ibid.* 244–245).

Na ovom mestu ćemo dati još nekoliko komentara vezanih za implikacije koje Džejmsova tranzitivna stanja svesti imaju za razumevanje fenomena svesti.

1. Previđanje tranzitivnih stanja svesti u evropskoj filozofiji i psihologiji vidimo kao posledicu nepostojanja produžene ili „dubinske“ fenomenologije. Novovekovni filozofi,

bilo empiričari ili racionalisti (npr. Lok, Hjum, Dekart), koji su tvorcima modernog koncepta svesti, što smo opisali u trećem poglavlju, polaze od introspektivnog stava. Njihova „zagledanost“ u sopstveno svesno iskustvo je, međutim, iako genuina, kratkog daha. Zato se njihovo samoposmatranje relativno brzo okončava u „zaključcima“ poput Lokovog, da se iskustvo sastoji od prostih i složenih ideja ili Dekartovog o samoizvesnosti svesnog, mislećeg subjekta. Da bi se napravio korak dalje u ispitivanju iskustva, potrebno je imati takvu direkciju i razviti kapacitet pažnje, tako da je moguće ostati sa zadatkom posmatranja u dužem vremenskom periodu. Za ovo je opet potrebna neka metoda za stabilizaciju pažnje, kakva nije postojala ni u sedamnaestom ni u devetnaestom veku na zapadu. Džejms i introspekcionisti su, zasnivajući sa entuzijazmom novu nauku o svesti, posebnu pažnju posvetili samoposmatranju, što ih je verovatno, čak i bez jasnih metodskih smernica, odvelo korak dalje u suptilnosti i preciznosti opisa. Prolazna tranzitivna stanja svesti, bespredstavne misli, momente direktne svesti o relacijama, lako je prevideti. Sistematsko previđanje tranzitivnih stanja koja čine značajan deo našeg misaonog procesa, čini da teoretisanje o kognitivnim procesima polazi od jedne slike o mentalnim sadržajima (pojmovi, opažaji, racionalna komponenta duha), koji su zapravo konačni proizvodi procesa mišljenja, koje je moguće verbalizovati. Ova slika je „ekstrahovana“ iz realnog toka svesti, u kome velikog udela imaju tranzitivni aspekti iskustva, tj. relacioni momenti svesnosti „prazni“ od eksplicitnog sadržaja i određenja. Ukoliko je veliki deo naše mentalne aktivnosti nepodložan lingvističkoj analizi, jer je njegove sadržaje nemoguće imenovati, a koncepti ne hvataju tok misli u celini već njegove isečke, onda su tvrdnje da je mišljenje „zatvoreno“ u jeziku, koje dolaze danas, bilo iz analitičke ili postmoderne filozofije, dovedene u pitanje. Sam Džejms naglašava da se jezik opire svakoj drugoj upotrebi (koja se ne odnosi na supstantivne sadržaje svesti), što je za teorijsku misaonu aktivnost, koja je potpuno zavisna od jezika, dodatni razlog previđanja tranzitivnih stanja, ne samo u sopstvenom iskustvu već verovatno i u delu Vilijema Džejmsa, s obzirom na to da ovaj deo toliko citiranog Džejmsovog opisa misaonog toka, nije pobudio, po našem saznanju, dalju refleksiju u psihologiji ili filozofiji. Opredmećenje neposrednog iskustva kroz koncepte i logičke relacije, ima za rezultat sliku kognicije u kojoj se lako gubi iz vida fenomenalna svest, kao živi iskustveni proces. Kada potom, otkrijemo iz ugla prvog lica, da postoje kvalitativne činjenice o kojima teorija uopšte nema šta da kaže, fenomenalna svest mora da se pojavi kao misterija, bez jasnog mesta u slici duha.

2. Filozofija duha problem fenomenalne svesti diskutuje gotovo uvek na primeru *qualia* kao jednostavnih senzacija. Tranzitivna stanja svesti, iako sveprisutna u misaonom toku, ne pojavljuju se u diskusiji. Iz Džejmsovog opisa međutim sledi da postoje i druge vrste direktnog iskustva; pored iskustava senzorne prirode i neka vrsta direktne intuicije relacija. Tranzitivna stanja su nam, čak na evidentniji način od senzacija, koje se većinom mogu imenovati, dostupna jedino iz perspektive prvog lica. Njihova dostupnost, čak i iz perspektive prvog lica je stvar fokusa pažnje, s obzirom na to da kratko traju i vode sledećem supstantivnom sadržaju, koji svojom većom pregnantnošću privlači svu pažnju na sebe. Kasnije ćemo pokazati da postoje različiti tipovi pažnje, pomenimo ovde fokusiranu i otvorenu pažnju, više panoramskog tipa (širokog ugla); verujemo da je otvorena pažnja (kakvu je Džejms morao posedovati, a kakva se može danas trenirati), vrsta pažnje koja može da registruje tranzitivna stanja svesti. Sam tok svesti „nalik na reku“ sa supstantivnim i tranzitivnim momentima, dostupan je takođe jedino iz ugla prvog lica i ne može se rekonstruisati iz lanca operacija kako ga opisuje kognitivna psihologija ili iz obrazaca nervne aktivacije. Integralna teorija svesti bi trebalo da bude u stanju da objasni ne samo činjenice poput „kako je videti plavu boju“ već i kontinuirani tok i supstantivne i tranzitivne momente svesti, tj. kako se svest kao tok pojavljuje u neposrednom iskustvu.

3. Tranzitivna stanja imaju značaj i za psihoterapijsku situaciju. Stanja „aktivne praznine“ tj. značenje i smisao koji „lebde“ oko problema na kome radi klijent, interesantna su mesta sa velikim potencijalom za promenu, ukoliko terapeut zna kako da ih uključi u proces. Treba primetiti da je Džejms tranzitivna stanja video kao svesna stanja, mada sve što je sa njima povezano ne mora biti prisutno u svesti. Ukoliko u radu uzmemo u obzir tranzitivna stanja, ona mogu direktno otvoriti vrata osvešćivanju sadržaja koji dotada nisu bili u svesti. Ukoliko ih previdimo, nesvesne sadržaje postavljamo „sa druge strane zavese“ i možemo da im pridemo jedino zaobilaznim putevima. Po našem mišljenju, potencijal za promenu je u tranzitivnim stanjima, upravo zato što ona nisu jasno određena i fiksirana. Uskoro ćemo videti kako Gendlin, na primer, radi sa jednom vrstom „rubova svesti“ u psihoterapijskom kontekstu.

4. Džejmsova tranzitivna stanja značajna su za razumevanje *mindfulness* kontemplativne prakse, ona mogu čak biti „ulazna vrata“ u kontemplativno stanje, što ćemo nastojati da pokažemo nešto kasnije. Verujemo zapravo, da je Džejmsu, sa introspektivnim kapacitetom koji je posedovao, nedostajala samo sugestija da ostane

duže vreme u toku iskustva i samo posmatra kako se mentalni procesi odvijaju, bez pokušaja da bilo šta izmeni, pa da napravi korak u pravcu kontemplacije. U tom slučaju verovatno ne bi ni zaključio da pažnju nije moguće trenirati. Nije li u tome tajna Džejmsove intuicije (vidi fusnotu 3) vezane za budističku psihologiju: nije li možda naslutio, čak na osnovu minimalnih informacija, da je ona prirodan nastavak njegovog bavljenja fenomenom svesti?

Izvor korišćen za opis metode: originalni Džejmsov opis toka svesti (James, W., *The Principles of Psychology*, 1889, str. 224–290)

5.3. Huserlova fenomenološka metoda

Huserlov pokušaj s početka dvadesetog veka da napravi radikalni zaokret u filozofiji i samom načinu filozofiranja, koji bi vodio u pravcu „samih stvari“ („zu den Sachen selbst“), onako kako se neposredno pojavljuju u svesti, bez prethodnih uverenja, koliko god kontroverzan u svom ishodu i rezultatima, učinio je Huserla jednim od najuticajnijih filozofa dvadesetog veka. Inspirativni potencijal Huserlove ideje fenomenologije daleko je prevazišao stručne okvire filozofije, a posebno Huserlove zamisli fenomenološki zasnovane filozofije kao „strove nauke“. Za nas je naročito interesantna bila recepcija fenomenološke ideje u psihologiji i psihoterapiji. Transdisciplinarni uticaj Huserlove filozofije govori o aktuelnosti problema koji ona tematizuje. U prirodnonaučnoj slici sveta, svet se pojavljuje kao objektivna datost koja se reflektuje u subjektivnom iskustvu; subjektivno iskustvo samo, s one strane pretpostavke o postojanju objektivnog sveta, ostaje neispitano. Fenomenologija tako postaje utočište za svako istraživanje pojavnosti sveta iz ugla prvog lica, koje nastoji da se uzdrži od objektivnih tvrdnji o njegovoj prirodi. Mi idemo korak dalje i u fenomenološkom projektu prepoznavanja pokušaj spasavanja prostora subjektivnosti od njegove progresivne objektivizacije i opredmećenja; kao takav on u sebi nosi izvesnu crtu defanzivnosti. Huserl se, korak po korak, u razvoju svog mišljenja tokom nekoliko decenija, borio sa izazovima svog ambicioznog programa zasnivanja fenomenologije kao nauke, koji je bio kritički promišljan od njegovih protivnika kao i sledbenika više od pola veka. Mi na ovom mestu želimo samo da pogledamo Huserlovu fenomenološku metodu i njene mogućnosti u pristupu fenomenalnoj svesti.

Šta stoji na putu ka neposrednom iskustvu „samih stvari“? Niz predubedenja, smatra Husserl, u koja spadaju naučne teorije i objašnjenja, filozofski načini mišljenja, ali i ono što je nazvao „opštom tezom prirodnog stava“ (*Generalthesis der natürlichen Einstellung*) tj. uobičajeno, svakodnevno, predteorijsko uverenje da predmeti iskustva postoje objektivno, spolja i nezavisno od subjekta, od koga polaze i empirijske nauke. Husserl piše: „Ja otkrivam neprekidno prisutnu i nasuprot meni postavljenu prostorno-vremensku ‚stvarnost‘ (*Wirklichkeit*), kojoj i sam pripadam, kao što joj pripadaju i svi drugi ljudi koje u njoj nalazim i koji stoje prema njoj u istom odnosu. Ja nalazim da je ta ‚stvarnost‘, kao što nam već i sama reč govori, tu prisutna, postojeća (*daseiende*) i prihvatam je kao upravo onakvu kakva mi se sama daje, kao nešto što postoji. Sve sumnje i odbacivanja posebnih podataka iz tog prirodnog sveta još uvek ne ruše opštu tezu prirodnog stanovišta“ (Husserl, E., 1997, str. 131). Put „ka samim stvarima“ bi zahtevao stav u posmatranju koji je sasvim različit od naučnog, koji nerefleksivno polazi od „prirodnog stava“ te nastoji da utvrdi empirijske činjenice o objektivno postojećem svetu, ali je različit i od filozofskog; filozofija je, doduše, prirodni stav ponekad dovodila u pitanje, pa i sumnjala u izvesnost objektivne egzistencije sveta, ali takva sumnja ne menja sam prirodni stav. Husserl se pita da li je „prirodni stav“ uopšte moguće promeniti, što ga vodi do formulacije metode koju je nazvao *epochē* (termin koji je preuzeo od antičkih radikalnih skeptika, a odnosi se na suzdržavanje od donošenja suda o nečemu): „Ovde se ne radi o transformaciji teze u antitezu, pozicije u negaciju; takođe se ne radi o transformaciji u neku pretpostavku, sugestiju, neodlučnost, sumnju... Ovde se pre radi o nečemu sasvim jedinstvenom. Mi ne napuštamo tezu koju smo prihvatili, mi ne menjamo ništa u svojim uverenjima, koja ostaju onakva kakva su... Pa ipak teza trpi izvesnu modifikaciju – iako ostaje ono što po sebi jeste, mi je istovremeno činimo neaktivnom, mi je ‚isključujemo‘, ‚stavljamo u zagrađu‘. Ona je još uvek tu kao što je zagrađeno u zagrađi...Možemo reći i ovako: teza je doživljena, ali je ‚ne koristimo‘, a time naravno ne mislimo da smo se nje lišili, pre se radi o znacima koji ukazuju na određenu jedinstvenu formu svesti (*Bewusstseinsweise*), koja se pripaja originalnoj jednostavnoj tezi i preobražava je na jedan sasvim poseban način“ (*ibid.*, str. 133–134). Termin „stavljanje u zagrađu“ odgovara bolje sferi predmeta, a deaktiviranje (*aus-Aktion-setzen*) aktima i sferi svesti.

Put ka čisto fenomenalnom polju iskustva je radikalno stavljanje u zagrađu prirodnog stava (ejdetska redukcija). Praktikovati redukciju je teško, jer traži od fenomenologa da

promeni navike u iskustvu i mišljenju, da ne bi potpao pod uticaj verovanja u postojanje sveta. Ali to je ono što je neophodno da bi otkrio domen jedne nove nauke. U tom cilju Huserl odlučuje da ograniči univerzalnost *epohē*. Ukoliko bi svaku tezu i sud sa punom slobodom modifikovali, ne bi ostao prostor za nauku, „jer šta može preostati, kada čitav svet uključujući nas same i sav *cogitare*, bude isključen?“ (*ibid.*, str. 137).²⁵⁰ Kao fenomenološki *residuum* ostaje „čista“ ili „transcendentalna“ svest, a sagledavanje njene esencijalne strukture iz koje nastaje svekoliko iskustvo (*Wesenschau*), jeste predmet fenomenologije.

Fenomenološki metod treba da obezbedi filozofiji da postane rigorozna nauka, što je Huserl video kao razvojni pravac sasvim suprotan Diltajevoj filozofiji pogleda na svet (*Weltanschauungsphilosophie*). Huserlova zamisao nauke o duhu, za razliku od prirodnih nauka, koje počivaju na empirijskoj, naturalističkoj orijentaciji, podrazumeva fenomenološko istraživanje koje, bez referisanja na empirijski svet, treba da ustanovi esencijalne intencionalne akte²⁵¹ (*noesis*) i sadržaje (*noema*), iz kojih biva kreirano iskustvo. Ova nova oblast ispitivanja, zapravo, treba da prethodi empirijskim naukama.

Do kog nivoa je „stavljanje u zagradu“ svih prethodnih uverenja o svetu moguće i kako to tačno sprovesti u delo, ostalo je posle Huserla prilično misteriozno. Verovatno je svako od filozofa i psihologa koji su sledili tragove Huserlove misli praktikovao fenomenološku metodu mada ne na identičan način. Videli smo da je fenomenološki stav u egzistencijalističkim i humanističkim psihoterapijama podrazumevao nešto što je

²⁵⁰ Radikalno stavljanje u zagradu prirodnog stava, dakle **svih** implicitnih (u samom iskustvu sveta sadržanih) egzistencijalnih pretpostavki na kojima počiva naš uobičajeni odnos prema svetu, bio bi istinski potpuno nov i radikalan poduhvat, u odnosu na prethodnu evropsku filozofiju, kada bi bio izvodljiv uz pomoć metode *epohē* i njenog radikalnog sprovođenja. Stanje koje je lišeno svih egzistencijalnih (možemo reći metafizičkih) pretpostavki, u okviru *Mahayana* budizma opisuje se, poređenja radi, kao nedualno stanje, ali u njemu su onda i subjekat i objekat i svaka intencionalnost lišeni inherentnog postojanja (budističko *shunyata* učenje). Nedualno stanje bi, međutim, podrazumevalo radikalno drugačiji pristup pitanju postojanja, koje je s one strane svakog pokušaja zasnivanja „strove nauke“ o iskustvu. Van toga nam izgleda da svaki akt stavljanja u zagradu jedne implicitne metafizičke pretpostavke (prirodni stav) istovremeno kreira neki novi implicitni metafizički stav i novu vrstu iskustva. Možda bi iz ovoga bilo moguće shvatiti kako je Huserl od radikalnog traganja za čistim iskustvom, oslobođenog svih prethodnih uverenja, stigao do jedne vrste transcendentalnog idealizma, koji je tradicionalni (u smislu „pretfenomenološki“) način filozofskog mišljenja.

²⁵¹ Huserl je pošao od Brentanovog shvatanja da je intencionalnost bitno određujuća karakteristika svega duhovnog

znatno manje ambiciozno i lakše izvodivo od Huserlove redukcije „prirodnog stava“ i da se uglavnom odnosio na to da terapeut stavlja u zagradu sva svoja teorijska znanja, pretpostavke i dijagnoze i sluša klijenta sa otvorenim stavom, nastojeći da razume kako on sam vidi svoje probleme, sebe i svoj život.

Zaokret ka neposrednom iskustvu bio je kod Huserla prevashodno teorijski motivisan, a ono što je njegova fenomenologija kao rigorozna nauka trebalo da postane, modelirano je prema već postojećem uzoru, doduše ne empirijskih nauka, već „idealnih nauka“ matematike i logike, čije istine nisu istorijski uslovljene. Huserlov cilj ne izgleda drugačiji od cilja tradicionalne filozofije ili nauke. U svojoj nameri da razotkrije temeljne strukture svesnog iskustva, tako što će razviti jedan novi način posmatranja predmeta iskustva u kome je potpuno suspendovan prirodni način posmatranja, Huserl je sličan Vuntu, uz sve razlike u kontekstu, metodu i rezultatu njegove primene. Obojica su vođena implicitnom pretpostavkom, inherentnoj svakom naučnom stavu, da će ih istraživanje svesti odvesti do mogućnosti utvrđivanja istine o njenoj prirodi, tj. da će u svesnom iskustvu, očišćenom od pretpostavki uobičajenog načina posmatranja pronaći konačne sačinitelje svesnog iskustva na kojima počiva svako saznanje. Intencija da se od posmatranja svesti iz ugla prvog lica napravi čista nauka (što su i Vunt i Huserl želeli, iako su tu nauku videli na sasvim različite načine) podrazumeva da posmatranje treba imati rezultat koji je uporediv sa naučnim rezultatima u drugim naučnim disciplinama. Na ovom mestu intencije i prethodne zamisli o rezultatu posmatranja (elementi svesti, struktura svesti, intencionalni akti, suštine, itd.) nužno bivaju ugrađene u sam proces posmatranja.²⁵²

Dok je kod Vunta primena posebnog načina posmatranja ograničena na eksperimentalnu situaciju i isključivo u funkciji nauke, kod Huserla su opseg i domet primene fenomenološke redukcije manje jasni. Stiče se utisak da je Huserl smatrao da je radikalni oblik redukcije koji uključuje i prirodni stav potreban samo u filozofskom ispitivanju, koje nastoji da dođe do posmatranja oslobođenog svih predrasuda. Natali

²⁵² U tom smislu je Džejmsovo posmatranje toka svesti koje nema unapred intenciju da napravi nauku o toku, već samo da ga opiše onako kako se dešava, u većoj meri oslobođeno ovakvih prethodnih zamisli. Pod fenomenološkom metodom u psihologiji obično se podrazumeva vrsta posmatranja svesti koja neguje stav „naivnosti“, makar i „disciplinovane naivnosti“, što znači posmatranje fenomena onako kako se neposredno pojavljuju u svesti, da bi se razlikovala od introspektivne metode rane psihologije koja je polazila od analitičkog i elementarističkog stava (da složene sadržaje razloži na proste). U ovom smislu je i Džejmsov način posmatranja više fenomenološki, kao i budistički, koji ćemo kasnije opisati.

Depra, savremena Huserlova sledbenica, smatra da je u Huserlovom delu moguće naći više indicija da je Huserl imao u vidu i više, tj. da fenomenološku redukciju u nekom obliku praktikuje kao životnu praksu,²⁵³ što ona sama pokušava da razvije, polazeći od dugogodišnjeg proučavanja Huserlovog opusa. Po njoj je redukcija nešto što se mora praktikovati na disciplinovan način, jer pažnja fluktuirá između usmerenosti na objekat i usmerenosti na intencionalni akt. Redukcija se praktikuje uvek iznova, tako da svaki put predstavlja živi akt, čija svežina je u funkciji neprekidnog procesa obnavljanja subjekta, a ne sedimentirano stanje na koje smo navikli (Depraz, N., 1999). Ovde se ponovo postavlja pitanje kako trenirati duh na sistematski način da bi tako nešto bilo moguće. Depra kombinuje u poslednje vreme Huserlovu redukciju sa budističkom *mindfulness* meditacijom. Čini nam se da je još uvek nedovoljno jasno šta je rezultat takve kombinacije i da li ona ima domet širi od njene lične prakse.

Izvor korišćen za opis metode: Huserlov tekst iz dela *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie* (1913) u zborniku Huserlovih tekstova *Philosophie jetzt!: Husserl*, Steiner, U. C. (Hrsg.), 1997, (str. 131-137)

5.4. Fokusiranje i „mišljenje na rubu“ Judžina Gendlina

Judžin Gendlin, američki filozof i psihoterapeut (poreklom iz Beča), prvi je ponudio jedan filozofski promišljen praktični fenomenološki pristup koji se može koristiti u psihoterapijskom radu (sekvence Gendlinovog fokusiranja primenljive su u psihoterapijskom procesu nezavisno od psihoterapijskih škola), kao tehnika samopomoći, u svakodnevnom ili teorijskom mišljenju ili čak kao neuobičajeni metod filozofiranja. Ideja je potekla iz ranije pomenutog istraživanja psihoterapijskog procesa (snimaka seansi), provedenom na čikaškom univerzitetu, koji je pokazao da se uspešan ishod terapije može najbolje predvideti iz načina na koji klijenti govore o svom problemu, iz koga se može ustanoviti uključenost doživljajne dimenzije u govor i pažnje koja se ovoj posvećuje (Gendlin, E., 1981, str 15–18). Gendlin je razvio skalu

²⁵³ Po citatu iz Depra (1999, str. 96) Huserl piše da je za „novi život znanja“ potrebna apsolutna radikalnost filozofa, da bi bio na autentičan način filozof, što podrazumeva apsolutno posvećeni život, kroz odluku da bude samoodređeni subjekat na rigorozan način...

doživljavanja (*experiencing scale*)²⁵⁴ sa stepenima od 1 do 8, na kojoj je moguće proceniti pojedinačne iskaze klijenta, te korelirati procene sa ostvarenim promenama. Na osnovu detaljne analize iskaza uspešnih klijenata, tj. onoga što oni spontano rade, a što im omogućava promenu, Gendlin je kreirao metodu fokusiranja, koja treba da pomogne onima koji su u tome manje uspešni da nauče tu veštinu, a onima koji je već poseduju da je unaprede. Pošto fokusiranje, dakle, ne zahteva nikakav neprirodan posmatrački stav, lako ga je naučiti i primeniti u bilo kom procesu promene ili otkrivanja novih mogućnosti. Fokusiranje uključuje istovremeno telesne osećaje, osećanja, kao i kogniciju i jezik. Gendlin polazi od pretpostavke da postoji vrsta telesne svesnosti koja igra značajnu ulogu u svakodnevnom životu i mišljenju, a koja je u toj meri bila zapostavljena u svakom teoretisanju o svesti, da za nju ne postoji reč; tako on uvodi termin *felt sense* koji je teško prevodiv. O *felt sense* se može govoriti kao o auri, ukusu, tonu, koji okružuje neki predmet, emociju, misao, interpersonalnu situaciju. *Felt sense* nije emocija; emocije su jasne, izoštrene i mogu se imenovati; *felt sense* je nejasan, kompleksan doživljaj²⁵⁵; gotovo nikada se isprva ne može opisati rečima; on se ispoljava kao globalan, holistički, obično ne vrlo oštro i specifično određen telesni osećaj (ili kojem je barem najlakše pristupiti kroz telo). Mislimo da je pojam *felt sense* veoma blizu Džejmsovom pojmu rubova svesti (*fringe*) koji „lebde“ oko nekog eksplicitnog sadržaja tj. supstantivnog stanja. Džejms je ove prolazne i teško uhvatljive fenomene registrovao u toku svesti i dao im ime, a Gendlin nastoji da pažljivim izborom pitanja usmeri klijentovu pažnju na njih. Ukoliko im se pokloni posebna vrsta pažnje (sa otvorenim, radoznalim stavom), *felt sense* se relativno brzo (za oko pola minuta) otvara ka verbalnoj artikulaciji, makar u aproksimativnom i metaforičkom smislu. U psihoterapijskoj situaciji je dakle, pored kognitivno-narativnog rada ili rada sa emocijama, prisutan ovaj suptilni, neverbalni doživljaj (kako klijent „celim telom“ opaža neku problematičnu situaciju, odnos, događaj...) u kome je, po Gendlinu, zapravo, ključ promene. Ukoliko, primera radi, klijent govori o svom besu u odnosu na neku osobu ili situaciju, fokus fenomenološkog rada nije na kognicijama (analiza, interpretacija), niti na emocijama (abreakcija), već na implicitnom „kako je za

²⁵⁴ Ova skala meri kvalitet doživljavanja sebe koji je prisutan u klijentovim verbalizacijama. Verbalizacije u odnosu na doživljajnu sferu mogu biti apstraktno intelektualne, nelične, površne, da uključuju telesne senzacije i osećanja u izvesnoj meri, pa sve do detaljnih opisa doživljavanja i čak njihovog ciljanog ispitivanja u odnosu na problem na kome radi.

²⁵⁵ Možda bismo mogli da upotrebimo na srpskom reč osećaj, kao nešto između oseća i osećanja.

mene biti besan u odnosu na X“ tipu iskustva i njegovom daljem ispitivanju, koje otkriva slojeve implicitnog značenja koje ima „bes u odnosu na X“ za klijenta. Pristup je primenljiv mnogo šire od terapije – obraćanje pažnje na *felt sense* je put ka rešenju bilo kakve blokade, „zaglavljenja“, u svakodnevnom životu, donošenju odluka, misaonom procesu i sl.

Gendlin otkriva nešto interesantno: kontakt sa *felt sense*, ukoliko mu se priđe sa određenom vrstom pažnje, čini da se ovaj menja. Promenu je moguće osetiti kao telesnu promenu, manje ili više lokalizovanu, vrstu pokreta, pomaka, osećaj da neka tenzija, grč, „zagusnuće“, „zakočenost“, popuštaju, omekšavaju, što je praćeno olakšanjem. Ovaj prelaz je Gendlin nazvao *felt shift* (doživljani pomak). Ponekad se na telesnom planu desi doživljeni pomak (*felt shift*), koji nije praćen nikakvom verbalizacijom. Gendlin smatra da je to slučaj sa dubokim promenama, tj. kada se u doživljaju pojavi konstelacija koja je toliko nova, da za nju još nemamo nikakve reči. U tom trenutku „stajanja pred nepoznatim“ postoji sklonost da novu iskustvenu konstelaciju „spakujemo“ u neki već poznati koncept; ukoliko se, međutim, na novom *felt sense* zadrži pažnja dovoljno dugo, pojaviće se naknadno nove reči i metafore, koje mogu da se približe novom iskustvu. Gendlin smatra da postoje razne nedelotvorne strategije postupanja sa osećanjima, kao što su: njihovo analiziranje, objašnjavanje, procenjivanje, bagatelizacija, potiskivanje, kao i uranjanje u njih i abreagovanje (ibid str. 45). Kao najdelotvornije se pokazuje: pokloniti posebnu vrstu pažnje telesnom *felt sense* koji osećanje ima za klijenta, ovoj implicitnoj auri značenja, koja, budući da nije verbalno kodirana, ostaje na marginama psihoterapijskih narativa.

Fokusiranje kao tehnika koja sadrži šest koraka, čini postupak dostupnim učenju i vežbanju za ljude, koji spontano nisu skloni ovakvoj vrsti kontakta sa sopstvenim iskustvom. Opisacemo kratko uputstvo: 1) Osloboditi prostor (kratka relaksacija, svest o telu, neko od pitanja: kako stoje stvari u mom životu, šta mi je u ovom trenutku najvažnije? kako se osećam upravo sada, ima li nečega što mi ne dozvoljava da se osećam savršeno dobro?, slušanje, kad se nešto pojavi, registrovati (da, to je tu), bez ulaženja u sadržaj, pitanje: da li ima još nešto? 2) Pronalaženje *felt sense* (izabрати jedan od problema, pitanje: šta je u ovome najgore, najteže, najbolnije?, slušanje tela, ne ulaziti u problem i ne slediti intelektualne odgovore, procene, analize, ne vezivati se za pojedinačne aspekte problema, pitati: kako doživljavam problem u celini (sve aspekte zajedno)?, sačekati sa strpljenjem, kao da je pitanje postavljeno drugoj osobi, da se

formira ovakav kompleksni doživljaj problema, obično kao nejasan telesni osećaj za koji još ne postoji reč, biti sa onim što se pojavi nekoliko trenutaka. 3) Pronaći odgovarajuću reč (pitanje: kakva je ovo vrsta nejasnog doživljaja?, ne nametati verbalni odgovor, sačekati da se ovaj pojavi iz samog *felt sense*, odgovor može da dođe u vidu reči, slike ili rečenice, 4) Poređenje (pitanje: da li je ova reč (slika, itd) prava?, pažnja oscilira između *felt sense* i reči, posmatranje da li reč sasvim dobro opisuje *felt sense* 5) Dalja pitanja (Šta čini da se u vezi sa ovim problemom, situacijom i sl. ovako osećam? čega još ima u ovom osećaju? (pitati sam *felt sense* šta je), pri tome je važno da *felt sense* bude prisutan u doživljanom polju na svež i živ način (ne samo u sećanju) i strpljenje u čekanju odgovora; kada odgovor dođe iz samog osećaja (a ne iz bilo kakvog predubedenja o njegovom značenju) dešava se promena u samom *felt sense*, tj. doživljaj kretanja, pomaka, promene (*felt shift*), koja se doživljava kao olakšanje²⁵⁶ 6) Prihvatanje novog što se pojavilo, ne kao konačne istine, već kao dela procesa (*ibid.*, str. 49–56). Seansa fokusiranja je obično kratka (može trajati samo pet minuta ili do dvadesetak minuta zavisno od problema i osobe), potom je moguće nastaviti sa procesom sa novim pitanjem koje nastaje iz nove konstelacije koju je doneo *felt shift* ili proces nastaviti onda kada se ukaže potreba.

Daljom elaboracijom metode fokusiranja, Gendlin je razvio metodu „Mišljenje na rubu“ (*TAE – Thinking at the edge*) koja je primenljiva u svakodnevnom životu kao i u akademskoj oblasti, a koja pomaže da mišljenje ode korak dalje u situacijama u kojima izgleda da se neka tema ne može dalje misliti, jer nedostaju reči. Polazeći od Vitgenštajnovе demonstracije da kapacitet jezika daleko prevazilazi konceptualne obrasce koji su u njemu sadržani i sopstvenog shvatanja da jezik ima svoj koren u telu, Gendlin koncipira *TAE* metodu, koja vodi mišljenje sa ruba između poznatog i artikulisanog značenja i neartikulisanih, nejasnih intuicija, korak dalje, ka pronalaženju novog i svežeg verbalnog izraza.

Proces fokusiranja pokazuje da je iskustvo svake situacije mnogo kompleksnije i bogatije nego što koncepti mogu da izraze i da je zalaženje u direktno iskustvo iza konceptualnog izvor novog i promene, bilo da se radi o emocionalnim sadržajima (kao

²⁵⁶ Zašto ova vrsta kontakta sa *felt sense* dovodi do njegove promene, tj. do *felt shift* Gendlin ne pokušava da objasni. Sam kaže da proces izgleda svaki put pomalo misteriozno čak i ljudima sa dugim iskustvom u fokusiranju koji su ga doživeli puno puta. On smatra da ovaj proces ne razumemo jer još nemamo dovoljno znanja o duhovno-telesnim procesima koji su u njegovoj osnovi.

što je često slučaj u terapiji) ili o misaonom procesu (kao u *TAE*). Dva procesa koje je Gendlin nazvao *experiencing* i *languageing* (obe reči sa nastavkom *-ing*, upravo da bi se naglasio njihov procesni karakter) nalaze se u stalnoj interakciji i obostrano povratno utiču jedan na drugi. Odnos iskustvenog i konceptualnog, doživljajnog i reprezentacionalnog, daleko je kompleksniji nego što ga opisuju naivni empirizam i postmoderni relativizam. Mišljenje (kreiranje pojmova) iz živog, otelovljenog iskustva, koje povratno deluje na iskustvo (te donekle novo iskustvo dalje rađa nove koncepte itd...), put je, po Gendlinu, iz postmodernističkog ćorsokaka, koji u ekstremnoj varijanti završava u jednostranoj tvrdnji da je sve iskustveno potpuno zavisno od jezika, kulture i istorije. O tome Gendlin piše: „Proces iskustva (*experiencing*) nikada ne postaje koncept... Nemoguće je kopirati, uhvatiti ili reprezentovati iskustvo. Nemoguće je razumeti odnos između iskustva i koncepta čisto konceptualno... Pošto on ne može biti reprezentovan, koncepti mogu samo da ukažu na različite vrste odnosa između procesa iskustva i konceptualnih obrazaca (*patterns*)... Ja držim (za razliku od postmodernista, prim. IH) da se telesno iskustvo ne može redukovati na jezik i kulturu. Naš doživljaj situacija je proces konkretno doživljene interakcije koja uvek prevazilazi kulturu, istoriju i jezik“ (Gendlin, E., 2003, str. 101-103). Gendlin je, sa jedne strane razvio veoma praktične fenomenološke metode otelovljenog mišljenja i rada sa problemima, koje daju praktične rezultate; sa druge, razvio jednu teoriju procesa doživljavanja (*theory of experiencing*) i njegovog odnosa sa jezičkim procesima (*languageing*). Način na koji se teorija i praksa prožimaju u njegovom radu u skladu je sa njegovim shvatanjem odnosa konceptualnog i iskustvenog.

Izvor korišćen za opis metode: Gendlinova knjiga *Focusing*, 1981, (str. 42-81)

5.5. Neurofenomenologija

Termin neurofenomenologija upotrebio je prvi Francisko Varela u članku iz 1996. „Neurofenomenologija: metodološki lek za teški problem“. Varela polazi od Čalmersove tvrdnje da iskustvo iz ugla prvog lica predstavlja ireducibilno polje fenomena i smatra da se jaz između funkcionalističkih objašnjenja svesti objektivne nauke i teškog problema svesti (njene fenomenalnosti) ne može prevazići nekim novim teorijskim rešenjem niti postuliranjem „ekstra ingredijenta“ u prirodi. Umesto toga, on

predlaže razvoj rigoroznih metoda prvog lica koje bi se koristile zajedno sa metodama trećeg lica kognitivne neuronauke, jer samo vraćanje živog ljudskog iskustva u laboratoriju, može da napravi pomak u pravcu prevazilaženja postojećeg jaza. Za razliku od Bernarda Barsa, koji u okviru kognitivne psihologije uvodi u eksperiment svesno iskustvo u najelementarnijem vidu u svojoj kontrastivnoj analizi²⁵⁷ (postavljajući subjektu u eksperimentu jedino pitanje da li je svestan stimulusa ili ne), Varela smatra da je moguće trenirati subjekte da daju bogatiji introspektivni izveštaj prilikom obavljanja nekog zadatka, čija bi analiza omogućila preciznije tumačenje značenja objektivnih podataka (npr. varijacija u reakcionom vremenu), kao i otkrivanje vrste objektivnih podataka (npr. neurofizioloških procesa) koji su na krucijalan način povezani sa svesnim procesima. Uključivanje iskustvenog pola u tumačenju rezultata kao integralnog elementa vrednovanja neurofizioloških pretpostavki, a ne samo kao uzgredne varijable ili heurističkog izvora informacije, trebalo bi da bude korak na putu prevazilaženja epistemičkog jaza (Varela, 1996, str. 344–345). U pozadini ideje neurofenomenologije kao metodološkog pristupa u novoj nauci o svesti je Varelina intuicija drugačije, radikalno nekartezijanske ontologije, koja polazi od njegovog shvatanja života u okviru biologije (*autopoiesis*) i duha u okviru kognitivne psihologije (*enaction*), koju nije stigao da dalje razvije.

Neurofenomenologija polazi od metoda prvog lica evropskog i azijskog porekla, ponekad ih kombinujući zarad optimalizacije treninga u odnosu na zadatak istraživanja. Prethodni trening subjekta je u funkciji razvoja pažnje i senzitivnosti u odnosu na sopstveno svesno iskustvo, koji mu omogućavaju pristup finim, tranzitivnim, pre-refleksivnim stanjima svesti, koja u netreniranoj svakodnevnoj introspekciji ostaju neprimećena i time principijelno nedostupna verbalnom izveštavanju. Ovakvi fini introspektivni izveštaji u eksperimentalnom kontekstu mogu da pomognu u identifikaciji fizioloških varijabli koje bez izveštaja prvog lica za eksperimentatora ostaju neprozirne. Tako na primer, u eksperimentu sa opažanjem dubine, pored reakcionog vremena i EEG zapisa, uvedeni su i verbalni izveštaji subjekata u kojima

²⁵⁷ Barsovo uvođenje svesti „kao empirijske varijable“ (i njeno kontrastiranje sa nesvesnim procesima, u elementarnom smislu postojanja ili nepostojanja svesti pri obavljanju nekog zadatka) u svom čisto empirijskom pristupu svesti, koji pokušava da zaobiđe filozofske probleme koje pokreće problem svesnog iskustva, izgleda na prvi pogled kao da svest pretvara u jedan od konstrukata (funkcija) u objektivnoj istraživačkoj metodologiji. To ipak ne može da zamagli činjenicu da je subjektov doživljaj svesnosti centralna činjenica u interpretaciji podataka i izgradnji teorije, što znači da se tačka gledišta prvog lica tretira kao naučno validna.

opisuju sopstvenu spremnost, očekivanje i pažnju prilikom svakog pokušaja (Lutz, A.& Thompson, E.,2003), Ovi introspektivni podaci omogućili su interpretaciju varijabilnosti moždanog odgovora na zadatak; ono što bi bez podataka prvog lica moralo biti podvedeno pod slučajne fluktuacije u moždanoj aktivnosti (neka vrsta pozadinske „buke“) pokazalo se kao korespondentno sa varijacijama u subjektivnom iskustvu koje su opisali trenirani subjekti.

Neurofenomenologija, u Varelinoj zamisli, treba čak da obezbedi recipročna ograničenja (*reciprocal constraints*) između dva domena – fenomenoloških podataka i neurofizioloških mera. Prvi ograničavaju analizu i interpretaciju fizioloških procesa relevantnih za svest i obratno, neuronaučna analiza procesa može da podstakne reviziju i izoštravanje fenomenološkog postupka, tako da podstakne svesnost subjekta o nekim aspektima iskustva koji su prethodno ostali nezapaženi ili bili nedostupni posmatranju.

Neurofenomenologija će biti, po našem mišljenju, sve esencijalnija za napredak nauke o svesti. Pogled na sadržaje i procese svesti iznutra biće sve neophodniji u dizajniranju i tumačenju rezultata neuronaučnih istraživanja, posebno što će ova napredovati ka ispitivanju složenijih psihičkih procesa i što njeni instrumenti merenja biti sve moćniji. Zapravo će aktivno učešće subjekata treniranih u samoposmatranju i izveštavanju o sopstvenim svesnim procesima biti neophodno da bi uopšte bilo moguće protumačiti kompleksne snimke mozga koje omogućavaju nove neurotehnologije. Imamo u vidu, na primer, ovakve teme: korelacije fluktuacije pažnje, emocija, nivoa svesnosti u realnom vremenu iz trenutka u trenutak i dinamičke nervne aktivnosti, merene, npr. preko fMRI, MEG, EEG; različite vrste pažnje, sama introspektivna svest kao metasvesnost o svesnim stanjima, varijeteti doživljaja sebe, spontana kognicija u situacijama u kojima ne postoji zadatak, sanjanje, lucidni snovi, različita stanja svesti, voljni akti i voljno usmeravanje pažnje, donošenje odluka, i sl. Za neurofenomenološke eksperimente potrebno je imati istrenirane subjekte. Pošto trening subjekata za potrebe eksperimenta iziskuje dodatnu investiciju, u odnosu na standardno korišćenje neistreniranih subjekata, realizacija projekta neurofenomenologije zahteva „pripremu terena“. Jedan deo te pripreme predstavlja i konceptualna analiza logičko-metodološkog statusa fenomenalne svesti i fenomenoloških podataka, čime se bavimo u ovom radu. Važno je takođe razumeti kada i zašto je značajno uvođenje iskustva prvog lica u eksperiment,

neutralisanje generalnih predrasuda²⁵⁸ o nemogućnosti ili nenaučnosti svake fenomenološke metode, pokazivanjem šta tačno i pod kojim uslovima je moguće posmatrati i intersubjektivno validirati (i šta ne!), preciziranje metode, instrukcije i vrste treninga kroz koji je potrebno da prođe subjekt pre eksperimenta i sl. Među najbolje trenirane subjekte spadaju dugogodišnji praktičari kontemplacije, jer je često ono što godinama (i decenijama) praktikuju upravo posmatranje i opisivanje toka iskustva, iz trenutka u trenutak, često do najsitnijih detalja. Tibetanski praktičari su već učestvovali u neuronaučnim istraživanjima, ali zasada više na pasivan način, u smislu npr. objektivnog merenja njihove moždane aktivnosti tokom kontemplacije, te neuroplastičnih promena u mozgu do kojih ove dovode. I u ovakvim istraživanjima opis iz ugla prvog lica (kontemplativnog stanja i vrste prakse) igra značajnu ulogu u interpretaciji nalaza u eksperimentu. Drugi nivo angažmana bi, međutim, bio korišćenje izveštaja prvog lica kao esencijalnog dela postupka. Korišćenje kontemplativne „ekspertize“ od strane, u svojoj tradiciji visoko istreniranih praktičara, susreće se sa drugom vrstom problema, koji se pojavljuje naročito prilikom davanja verbalnog introspektivnog izveštaja. Kognitivna neuronauka i budistička kontemplativna tradicija govore, doduše, obe o duhu (*mind*) iz različitih uglova (treće i prvo lice), ali koristeći različit konceptualni aparat. Prvi korak je, dakle, zajedničko kreiranje pojmova koji će biti razumljivi obema stranama. Potreba za ovim je već postala jasna i preko instituta „Duh i život“²⁵⁹ se odvijaju projekti prevođenja, ali takođe i treninga u kontemplaciji za naučnike iz oblasti *mind sciences*, kao i uvođenja naučnog programa (npr. osnove neuronauke, biologije, filozofije nauke, npr.) u kurikulume školovanja tibetanskih monaha (što je prva promena uvedena u poslednjih 500 godina!).

Dosadašnja neurofenomenološka istraživanja, demonstriraju kako je moguće napraviti metodološki most između dve grupe podataka i time ostvariti epistemički pomak, ali, po

²⁵⁸ Ove prekonceptije nam izgledaju gotovo snažnije kod psihologa nego kod neuronaučnika, što je verovatno posledica istorije psihologije u kojoj je napravljen rez u odnosu na njene početke i stavljena „prohibicija“ na introspekciju i subjektivnost, koja je postala deo treninga psihologa. Psihoanalitičari bi ovde mogli da govore o strahu od vraćanja potisnutog. Neuronaučnici gledaju na upotrebu metoda prvog lica u svojim eksperimentima bez ovog istorijskog opterećenja, naivnije i pragmatičnije.

²⁵⁹ Ovaj institut je proizvod konferencija koje se redovno organizuju od 1989. do danas, u kojima učestvuju Dalaj Lama i tibetanski intelektualci i praktičari i zapadni naučnici i filozofi (uglavnom iz oblasti *mind sciences*) diskutujući teme koje su značajne za obe strane poput svesti, pažnje i kognitivnih procesa, emocija, neuroplasticiteta i sl., i tragajući za konceptualnim mostovima koji bi omogućili međusobnu oplodnju dve veoma različite tradicije istraživanja duha.

našem mišljenju ona ostavljaju „teški problem svesti“ u ontološkom smislu netaknutim. Sve što je moguće je ustanoviti veoma fine korelacije između dva domena – fenomenalnih i neurofizioloških podataka, ali je sama logika postupka još uvek u kartezijskim konceptualnim okvirima. Ostaje otvoreno pitanje: ukoliko se neurofenomenologija etablira kao značajna istraživačka oblast, neće li vremenom ova nova vrsta naučne prakse, razviti nov, sebi svojstven konceptualni aparat, koji će biti u stanju da premosti epistemički jaz. To bi verovatno značilo, da bi se razvila nova vrsta ontologije, što je Varela izgleda imao u vidu kao mogući ishod.

Izvori korišćeni za opis metode: članci 1) Varela, F., „Neurophenomenology: A methodological remedy for the hard problem“, 1996, (str. 330-349), 2) Varela, F. & Shear, J., „First-person accounts: why, what, and how“, 1999 (str. 1-14), 3) Lutz, A. & Thompson, E., „Neurophenomenology“, 2003, (31-52)

5.6. Budistička *mindfulness* meditacija (*satipatthana*)

Terapijski potencijal *mindfulness* meditacije leži verovatno najvećim delom u tome, što predstavlja upravo suprotnost onome, što u svakodnevnom životu, a ponekad i u psihoterapiji, nazivamo „bavljenje svojim unutrašnjim životom“. Pod time se obično podrazumeva razmišljanje o sopstvenim problemima, doživljajima i ponašanju, te njihovo prisećanje, prosuđivanje, analiziranje i prepričavanje. Ova vrsta introspektivnosti, iako ne u svakom kontekstu lišena terapijskog elementa, može, iz ugla *mindfulness* meditacije, da razvije kontraproduktivnu vrstu senzibilizacije za unutrašnji svet, koja više blokira, nego što pomaže izlazak iz problema, dakle nije nužno mentalno higijenski poželjna. Iz tog ugla je lako razumeti i biheviorističku netrpeljivost prema ovoj vrsti introspekcije i terapije. U *mindfulness* meditaciji²⁶⁰ unutrašnji svet

²⁶⁰ Termin meditacija (od latinskog *meditatio*) odnosio se tradicionalno na razmišljanje, duboko promišljanje nekog problema (kao npr. kod Dekarta), ali je značenje koje se danas uobičajilo neko od sledećih: koncentracija tj. fokusiranost na neki objekat, relaksacija, disocijacija od spoljašnjeg sveta, koje podrazumeva uglavnom neko izmenjeno ili mističko stanje svesti. *Mindfulness-awareness* praksa, koja se ponekad takođe označava kao meditacija, vrlo je različita od svega toga. Njeno polazište je prisustvo u sopstvenom duhu i posmatranje onoga što se dešava, onako kako se dešava, bez pokušaja da se kreira bilo kakvo drugačije, izmenjeno stanje svesti. Zato u tekstu većinom govorimo o *mindfulness* kao o „kontemplativnoj praksi“. Termin kontemplacija (od lat. *contemplatio* – gledanje, posmatranje, intuitivno sagledavanje) nije idealan, jer ni on nije lišen onih drugih značenja, koja ima termin meditacija, a koje

postaje predmet našeg „bavljenja“ na sasvim drugačiji, možda čak suprotan način od ovoga. Neobičan zaokret u zapadnoj recepciji budizma poslednjih tridesetak godina, koji je tibetanski učitelj Čogjam Trungpa predvideo 1974. („Budizam će na zapad stići kao psihologija“), navodi nas da u određenju *mindfulness* postupka krenemo od sadašnjeg trenutka. Nezahvalan posao bi bio svaki drugi put u definisanju kontemplativnog postupka, koji je star verovatno oko dve i po hiljade godina i praktikovan u okviru veoma različitih azijskih kultura koje su se vekovima razvijale gotovo nezavisno jedna od druge; pod različitim imenima i u različitim kontekstima, a na osnovu obilja klasičnih tekstova i njihove egzegeze. Prednost polaznja od sadašnjeg trenutka je, što su, počev od šezdesetih godina, u Evropi i Americi prisutni tradicionalni učitelji svih budističkih tradicija (teravada, zen, tibetanski budizam i brojne varijacije i škole u okviru svake od njih); mnogi praktičari sa zapada, koji u međuvremenu podučavaju *mindfulness*, sami su, opet, učili tokom svog životnog veka od učitelja iz različitih tradicija i kombinovali naučeno kroz svoje lično meditativno iskustvo i razumevanje (vidi npr. Džozef Goldštajn i Džek Kornfeld).²⁶¹ Kroz ovaj susret kultura su se iskristalisali ključni elementi ove prakse, koje možemo da rezimiramo na sledeći način: a) pažnja otvorenog tipa (koja nije fokusirana na jedan fiksni objekat; ponekad se za nju koriste termini *choiceless awareness* ili *bare awareness*) je u potpunosti okrenuta sadašnjem iskustvu, koje je u stalnom procesu promene, iz trenutka na trenutak, b) neprocenjajući, otvoren stav (svaki sadržaj svesti koji se pojavi u toku iskustva prihvata se neselektivno, onakav kakav je).²⁶² Koncentracija se može vežbati u okviru *mindfulness* meditacije, u vidu stalnog vraćanja pažnje na trenutno iskustvo, onako kako se pojavljuje u sadašnjem trenutku, ili nezavisno od toga, u vidu pripreme prakse za *mindfulness* meditaciju. Značaj treninga u koncentraciji je veoma različito procenjivan u

smo gore pomenuli (promišljanje, fokusiranost i sl.). Pošto ni jedan od termina nije idealan, koristimo u tekstu ponekad i termin meditacija.

²⁶¹ Ovakav susret različitih budističkih tradicija (i dodatno, njihov susret sa zapadnom psihologijom i filozofijom i radikalno drugačijim uslovima života na zapadu u 21. veku) je bez presedana u istoriji samog budizma. U uslovima velikog ubrzanja i komunikacija koje omogućavaju moderni mediji (pojavi se već izraz *cyber dharma*), čini nam se potpuno nepredvidljivim šta će se desiti sa budističkim tradicijama u narednih dvadesetak godina.

²⁶² Slična određenja nalazimo u savremenim akademskim izvorima o *mindfulness*. Pored već pomenute knjige *Mindfulness and Psychotherapy* Germera, Sigela i Fultona, pomenimo još par sličnih zbornika: *Mindfulness: Diverse Perspectives on its Meaning, Origins and Applications* Williams, M. & Kabat-Zinn, J., 2013, *Clinical Handbook of Mindfulness* Didonna, F. & Kabat-Zinn, J., 2010, *Mindfulness and the Art Therapies: Theory and Practice* Rappaport, L., et al., 2013.

različitim budističkim školama. Neke insistiraju na razvoju veoma visokih nivoa koncentrativne apsorpcije (*shamatha*, put razvoja fokusirane pažnje opisuje devet stupnjeva), koja praktikanta treba da osposobi za otvorenu vrstu meditacije sa fleksibilnom pažnjom, koja omogućava uvid u prirodu svesti i svesnih procesa (pali: *vipassana* znači uvid).²⁶³ Druge škole smatraju da je za uvid dovoljan izvestan normalan nivo stabilizacije pažnje i da nije neophodno trenirati pažnju na ekstreman i neprirodan način; u budizmu je, štaviše, prisutan često oprez prema stanjima visoke koncentrativne apsorpcije i naročito prema vezivanju praktikanta za takva stanja.²⁶⁴

Mindful je verovatno najsrećniji prevod pali termina *sati* koji označava istovremeno svesnost, pažnju i prisećanje.²⁶⁵ *Satipatthana* se odnosi na svesnost o četiri osnove (*patthana* je osnova eng. *foundation*). Četiri osnove koje su predmet ove vrste svesne pažnje i prisustva, opisane su u klasičnom budističkom kanonskom tekstu *Satipatthana Sutta* kao telo i telesne senzacije, osećanja, svest i mentalni objekti. U praksi se danas često polazi od svesnosti o telesnim senzacijama, što je verovatno najlakše, ka svesnosti o osećanjima i mislima. *Mindfulness* praksa ima istovremeno saznavni (bolje opažanje iskustva i njegovih uobičajenih obrazaca, uvid u procese, a ne samo u sadržaje svesti) i transformativni aspekt (novi odnos sa sopstvenim iskustvenim svetom, oslobodjenje od uslovljenosti).

U drugom izdanju knjige *Mindfulness i psihoterapija* Germera, Sigela i Fultona iz 2013. dat je grafik (str. 13) koji prikazuje broj objavljenih radova o primeni *mindfulness* meditacije od 1980. do 2011. Dok su se radovi do 2000. godine sporadično pojavljivali, od 2000. pokazuju eksponencijalni rast (samo od 2008. do 2011. broj radova je skoro dupliran!). Autori smatraju da je klinička primena ove metode trenutno postala

²⁶³ Praktikante *shamatha* puta, te neurofiziologiju izuzetnih koncentrativnih postignuća proučava danas gore pomenuti Alen Volas u Santa Barbara Institutu za studije svesti.

²⁶⁴ U ovim stanjima su mogući doživljaji blaženstva, ekstaze, svetlosti, psihičkih moći, praznine od fenomenalnih sadržaja isl. i ona se od strane velikog broja budističkih učitelja tretiraju kao vrsta transa koji može postati adiktivan. Učitelji nestupnjevitih, direktnih puteva u budizmu (npr. dzog éen učitelji u okviru tibetanskog budizma, ili mnogi zen majstori) smatraju da praktikant može da pođe od onoga gde je i da mu nije potreban nikakav preliminarni trening. U literaturi se, međutim, naglašava, da je direktan put primeren samo praktikantima najviših sposobnosti. Ovo je važno pitanje oko koga ne postoji saglasnot, niti kroz istoriju budizma, niti u savremenom kontekstu.

²⁶⁵ Nemački termin je *Achtsamkeit*, francuski *attention consciente* ili *pleine conscience*. Na srpskom bismo mogli reći *svesna sabranost* ili *sabrano (svesno) prisustvo*. Mi uglavnom koristimo englesku reč *mindfulness*, što nije retko ni u okviru drugih jezika.

verovatno najviše istraživana tema u ovoj oblasti. Kako je došlo do toga da jedna tradicionalna praksa azijske provenijencije napravi takvu „karijeru“ u psihoterapiji? Budino učenje zapravo ima izvorno psihoterapijsku intenciju, jer je usmereno na pragmatički cilj – prevazići (ili bar smanjiti) ljudsku patnju pogledom unutra (umesto menjanjem spoljašnjeg sveta). Ono je neteističko, istovremeno praktično i filozofski sofisticirano, što je savremenom zapadnom duhu prijemljivo.²⁶⁶ Psihoterapijski potencijal *mindfulness* meditacije primećen je dosta davno.²⁶⁷ Budizam je već dugo prisutan na marginama zapadne psihoterapije. Pripadnici svih psihoterapijskih škola bili su inspirisani, gotovo od početaka psihoterapije, na razmišljanje o vezama budizma i psihoterapije: psihoanalitičari (vidi npr. zbornik psihoanalitičkih radova o budizmu E. Molina: *The Couch and the Tree: Dialogues in Psychoanalysis and Buddhism*, Jung, egzistencijalisti (vidi npr. rad I. Benoa: „*The Supreme Doctrine*“ o paralelama zenbudizma i egzistencijalističke misli), humanisti (rad E. Froma i D. Suzukija „Zenbudizam i psihoanaliza“) itd. Druga linija interesovanja je bila više pragmatička i datira

²⁶⁶ U budizmu je moguće razlikovati tri relativno nezavisna sloja – fenomenološki zasnovanu psihologiju sa psihoterapijskim implikacijama, koja polazi od neposrednog istraživanja svesti iz ugla prvog lica, budističke filozofije (množina, jer sintagma „budistička filozofija“ koja se ponekad koristi nije mnogo sadržajnije od sintagme kao što je, na primer, „antička filozofija“) i sloj institucionalne religije. Treći se razvio sa omasovljenjem budističkog učenja tokom vladavine kralja Ašoke u Indiji u 3. veku pre naše ere i ima potpuno različite forme u različitim azijskim zemljama – od organizovane religije sa hijerarhijskim institucionalnim ustrojstvom i razvijenom ceremonijalno-ritualnom komponentom na Tibetu, do otvorenije i labavije strukture budističkih zajednica (sansk. *Sangha*) u okviru kineskog čana. Ovaj institucionalno-religijski aspekt budizma bio je tokom njegove istorije u najvećoj meri preoblikovan kroz različite kulturne tradicije sa kojima je dolazio u dodir. Iako je danas na zapadu budizam prisutan i u svim svojim tradicionalnim azijskim formama (različite teravada, tibetanske i zen tradicije), izgleda nam da je najinteresantniji trend pojava zapadnog budizma, koji nastaje u mnogo većoj meri iz kontakta budizma sa zapadnom naukom, te psihoterapijom i sličnim praktičnim disciplinama, nego sa zapadnom religijom. „Zapadni budizam“ nastaje poslednjih decenija iz potrebe povratka neposrednom iskustvu, ne kao filozofskog projekta kakav je Huserl imao u vidu početkom dvadesetog veka, već „egzistencijalnog projekta“ pronalaženja vrednosti u sopstvenom subjektivnom otelovljenom iskustvu u uslovima života u savremenom „svetu bez uporišta“ i karakterišu ga nepostojanje institucije, areligiozni stav i individualizam.

²⁶⁷ U ovom radu ćemo govoriti samo o budističkoj *mindfulness* praksi kao o fenomenološkoj metodi. S obzirom na to da je budističko polazište u patnji, njenim uzrocima i mogućnostima okončanja, u njegovom okviru su se razvile i brojne druge metode koje su psihoterapijski relevantne, mogli bismo reći čak čitav jedan mentalno higijenski program: meditacije koje su usmerene na razvoj ljubavnosti (*loving kindness*) i saosećanja (*compassion*) prema sebi i drugim živim bićima, razne preliminarne prakse (meditacija o prolaznosti, nepostojanosti, pročišćavanje mentalnog toka od negativnih emocija, i sl.), tantričke prakse vizualizacije i rada sa energetskim centrima i kanalima, i druge. Za psihoterapiju je bilo oduvek interesantno i to što stanja svesti i nivo psihičkog blagostanja koje opisuju budistički tekstovi daleko prevazilaze sve što je bilo zamislivo u okviru tradicionalne zapadne psihologije.

od V. Krečmerovog članka iz 1951. „Meditativne tehnike u psihoterapiji“. Nju su sledile uglavnom BT i KBT. Psiholozi i psihoterapeuti su pronalazili u jeziku sopstvene struke temine kojima su pokušali da opišu *mindfulness* meditaciju; pomenimo ovde samo neke: metaterapija, globalna desenzitizacija (Goleman), relaksacija (Benson), razuslovljavanje, povišena svest (Volš), samokontrolna veština (Šapiro), deautomatizacija (Dajkman), facilitacija psihološkog razvoja (Vilber), EEG koherencija (Gluk i Štrobl). Transpersonalni pokret u psihologiji se fokusirao na istraživanje izmenjenih stanja svesti, ali takođe i na proučavanje starih tradicionalnih psihologija, sa uverenjem da one sadrže vredne uvide koje je zapadna akademska psihologija zapostavljala, što je, između ostalog, oživelo interesovanje za budizam. Transpersonalna psihologija je u pozadini imala kontrakulturalni hipi pokret šezdesetih i sedamdesetih, u kome su budističke ideje imale visok rejting. Posle faze upoznavanja (i često nesporazuma), gledanja na budizam kroz čisto pragmatičke naočare, transpersonalističkog entuzijazma, poslednjih dvadeset godina susreta budizma i psihoterapije obeležavaju kompetencija (sve većeg broja dobrih poznavalaca obe tradicije) i pogled u dubinu, koji pružaju, kako konceptualna analiza, tako i empirijska istraživanja. *Mindfulness* je od maglovito shvaćene „istočnjačke“ prakse“ postao koncept iz koga nastaje jedan novi terapijski model.

Trenuci sabranosti (*moments of mindfulness*) imaju po Germeru (Germer, Ch., 2013, str. 9) zajedničke aspekte, bez obzira da li se dešavaju tokom formalne prakse, psihoterapijske seanse ili u svakodnevnom životu. Oni su: a) nekonceptualni tj. predstavljaju otelovljenu, intuitivnu svesnost koja je „odrešena“ (*disentangled*) od procesa mišljenja, b) neverbalni, jer se iskustvo dešava pre svake verbalizacije, c) usredsređeni na sadašnji trenutak, tj. dešavaju se uvek u sadašnjem trenutku, za razliku od misli koje se odnose na neki trenutak prošlosti ili budućnosti, d) neprosuđujući, tj. u tim trenucima nemamo stav da nam se ono što doživljavamo sviđa ili ne sviđa, e) participatorni²⁶⁸ tj. u tim trenucima ne postoji stav distanciranog svedoka, a svest i telo

²⁶⁸ Trenutke sabranosti koji omogućavaju da istovremeno budemo u iskustvu i posmatramo ga, autorka je opisala u knjizi *Coaching by Consciousness* kao trenutke koji su između asociranih i disociranih stanja, onako kako su ona opisana u eriksonijanskoj terapiji. U asociranim stanjima postoji potpuna identifikacija sa trenutnim stanjem svesti i ona imaju visok intenzitet kada su npr. emocije u pitanju; u disociranim stanjima zadržava se distanca i kontrola u odnosu na ono što se pojavljuje. „Umetnost ispravne distance“, kako smo nazvali pronalaženje ovog „stanja između“, koje je karakteristično kako za *mindfulness* meditaciju tako i za fokusiranje, moguće je opisati samo metaforički i otkriti kroz praksu u ličnom iskustvu, kao i sve činjenice prvog lica (Huber, I., 2010, str. 77).

se doživljavaju na intiman i neopterećen (*unencumbered*) način, f) oslobađajući – svaki trenutak sabrane svesnosti je trenutak slobode od uslovljenosti i patnje, on stvara slobodan prostor oko nelagodnosti. Ovi kvaliteti stanja su prisutni simultano. Momenti sabranosti i probuđenosti nisu neprirodni, mogu se spontano javiti tokom svakodnevnog života, bez ikakve prakse, mada ih često ne primećujemo zbog kratkog trajanja. Kontinuirana sabranost i prisustvo (*mindfulness*) je mnogo ređa pojava. Moguće je razlikovati pliće i dublje stanje, kao što je *mindfulness* moguće praktikovati sa različitim stepenima istrajnosti i različitim ciljevima. Postoji početnička i napredna praksa, svakodnevna, formalna (npr. u vidu sedeće meditacije) i neformalna (tokom svakodnevnih aktivnosti), solitarni ili relacioni načini praktikovanja. Razlike su svakako velike između klijenata na terapiji, koji imaju za cilj da se bolje osećaju, i posvećenih praktikanata koji teže duhovnoj realizaciji. Razlike svakako postoje, i ukoliko se *mindfulness* praktikuje kao tehnika „optimalizacije mozga“, što je danas naročito popularno, tj. kao *coping* strategija, ili ukoliko se praktikuje u okviru budističkog učenja o patnji i drugih filozofskih učenja. Ono što *mindfulness* čini toliko popularnom metodom je što je primenljiva na različitim delovima spektra primene i svuda može da donese izvesne benefite.

Postojanje instrukcije, kao i kod drugih metoda prvog lica, nije garancija ispravne prakse; ne postoji algoritam koji bi u 100% slučajeva vodio do cilja. Razlog leži u tome što je u svim disciplinama koje rade sa domenom iskustva, razumevanje pojmova (npr. šta znači biti *mindful*) skopčano sa posedovanjem iskustva „kako je biti“ u tom stanju. Zato je neka vrsta supervizije neophodna tokom učenja.²⁶⁹

Izori korišćeni za opis metode: Germer, Ch., „Mindfulness: What is it? What does it matter?“ (poglavlje iz knjige *Mindfulness and Psychotherapy*), 2013, (str.3-35) i *Mahasattipathana Sutta* iz budističkog kanona, u srpskom prevodu „Veliki govor o temeljima sabranosti“ (u knjizi *Budistička meditacija*, 1988, str. 105-122)

Istraživanje metoda prvog lica poreklom iz različitih tradicija pokazalo je da, ukoliko zađemo korak dalje od najpovršnije i najneposrednije vrste introspekcije na koju se pozivaju filozofi duha u svojoj analizi fenomenalne svesti, pored jednostavnih senzornih

²⁶⁹ Ostenzivni karakter svih pojmova i učenja koja se odnose na subjektivno iskustvo ilustruje i Budina pouka učenicima da je on pokazao put, ali da ne može nikoga da izbavi iz patnje; svako mora da bude sopstvena svetiljka, da traži put u svom iskustvu, ne verujući u izbavljenje koje bi došlo van njega samog.

iskustava (*qualia*) nalazimo i druge tipove iskustava o kojima možemo znati i koje možemo opisati samo iz ugla prvog lica: tranzitivna stanja svesti i rubovi svesti, bespredstavne misli, *felt sense* i *felt shift*, *mindful* trenuci, iskustvo toka, vrsta stava prema sadržajima svesti koju pretpostavljaju i fokusiranje i *mindfulness* meditacija (neuranjanje u trenutno iskustvo i ne- distanciranje u odnosu na njega) – sva ova iskustva ne mogu se definisati drugačije nego ostenzivno, ukazivanjem preko primera i metafora na situacije u kojima je druga osoba mogla da ih sama doživi. Ukoliko ih ova, opet, nikada nije imala u iskustvu, neće moći da razume o čemu govorimo. Opisana iskustva nisu marginalna, već čine značajan deo našeg psihičkog života; ukoliko ih ne bismo imali, bili bismo verovatno sasvim drugačija vrsta bića.

6. KVALITATIVNA ANALIZA METODA PRVOG LICA I NJIHOVIH NALAZA

Istraživanje samih metoda prvog lica je integralni deo studije svesti, koja uključuje fenomenalnu svest kao svoj predmet, možda čak i njen prvi korak. Jedina alternativa je eliminativizam, odbacivanje samog koncepta fenomenalne svesti, koji istovremeno čini svaku ideju metoda prvog lica nekoherentnom. Jedan od glavnih problema da „svest uzmemo ozbiljno“ (Čalmersov izraz) verovatno je posledica nejasnog ontološkog statusa fenomenalne svesti, problem koji smo opisali u trećem poglavlju. Da je ideja da moramo znati šta je priroda fenomenalne svesti da bismo je proučavali, stranputica, postaje jasno ukoliko pogledamo fiziku, kojoj ne smeta nepostojanje ovakvog ontološkog određenja svojih osnovnih koncepata da razvija uspešne istraživačke projekte.²⁷⁰ Nijedan od pristupa prvog lica, koje smo opisali u petom poglavlju ne pristupa istraživanju svesti sa jakim ontološkim premisama.²⁷¹

Epistemološka kritika metoda prvog lica u prvi plan stavlja njihove spoznajne mogućnosti, odnosno dostupnost mentalnih procesa svesnom iskustvu, kao i njihovu heurističku i pragmatičku relevantnost. Argumenti antiintrospekcionističke pozicije su često površni, generalizuju se sa jedne metode na drugu, *ad hoc* su karaktera i nedovoljno specifični (u smislu nedostatka specifikacije vrste introspektivnih tj. fenomenoloških podataka na koju se odnose). Često se, na primer, pominje kritika introspekcije kao pouzdanog izvora znanja koju su na osnovu svojih eksperimentalnih

²⁷⁰ Brojne interpretacije kvantnih fenomena oko kojih ne postoji ni izbliza slaganje, na primer, ne onemogućavaju postojanje, niti blokiraju razvoj kvantne fizike kao discipline. Ovakav zahtev za razumevanjem ontološkog statusa kao preduslovom prihvatanja koncepta fenomenalne svesti, koji je, čini nam se, još uvek implicitni činilac sumnje da svest može biti predmet nauke, može se videti samo kao posledica kartezijanskog nasleđa, tj. Dekartove „podele domena“ između prirodnih nauka i hrišćanske teologije, koje je bilo proizvod specifičnih istorijskih okolnosti.

²⁷¹ Vunt je eksplicitno odbijao ontološke interpretacije postavki svoje introspektivne psihologije, Džejmsovi je sledio liniju američkog pragmatizma i najbliži ontološki stav mu je bio radikalni empirizam, Huserl je, bar u početku, pokazao genuino nastojanje da sve metafizičke pretpostavke u posmatranju svesnih fenomena stavi u zagradu, Gendlin predlaže nov procesni epistemološki pristup otelovljenoj kogniciji živih organizama, a centralna filozofija *Mahayana* budizma, *Madyamika* (srednji put) polazi od kritike eternalističkih (idealističkih) i nihilističkih (materijalističkih) stavova, te se bavi interpretacijom učenja o međuzavisnom nastajanju (sansk. *Pratītyasamutpāda*, eng. *co-dependent origination or arising*) koje se, iz ugla zapadne filozofije, može videti najpre kao vrsta procesne ontologije.

nalaza dali Nisbet i Vilson (Nisbett, R. & Wilson, T., 1977), iako se ona odnosi na specijalan problem samoatribucije, tj. pokušaja kauzalnog objašnjenja sopstvenog ponašanja, stavova i emocionalnih reakcija, dakle na jednu vrstu interpretativne introspekcije, koja je prisutna u svakodnevnom životu (*folk psychology*) i ponekad u psihoterapiji. Autori su zaključili da ljudi generalno nemaju introspektivni pristup uzrocima svog ponašanja i sopstvenim misaonim procesima koji proizvode određena ponašanja (u daleko većoj meri nego što proizlazi iz Frojdove teorije o potiskivanju, kao mehanizmu koji onemogućava pristup), već da zaključke izvode na osnovu *a priori* teorija o kauzalnim vezama u koje veruju. Mentalni procesi višeg reda, koji su uključeni u suđenje i donošenje odluka, većinom su, dakle, automatski i nesvesni: uverenje da su svesni pokazuje se kao iluzorno. Ovakvi nalazi dovode u pitanje pre svega zdravorazumsko shvatanje da imamo neposredno znanje o uzrocima sopstvenog ponašanja, ali i metareprezentacionalističke teorije svesti u filozofiji duha, koje samu fenomenalnu svest nastoje da objasne preko kognicija višeg reda, a koje smo opisali u trećem poglavlju.²⁷² Sve metode prvog lica u naučnom ili praktičnom kontekstu nastoje upravo da pronađu način da procese suđenja i interpretacije u posmatranju neposrednog iskustva suspenduju i da pažnju fokusiraju na pitanje „kako“, što je upravo suprotno eksperimentalnim situacijama koje forsiraju odgovor na pitanje „zašto“, koje su koristili Nisbet i Vilson, ali takođe i Gazaniga i saradnici u eksperimentima sa komisurotomizovanim pacijentima, koje smo opisali u drugom poglavlju.²⁷³ Ova vrsta interpretativne introspekcije se iz ugla psihoterapije i kontemplacije pokazuje kao neproduktivna. Teorije o uzrocima sa kojima klijenti dolaze na psihoterapiju, na primer, često nose u sebi koren problema (kognitivne distorzije, stilove atribucije i sl.), te je prvi korak terapijskog postupka, koji bismo okarakterisali kao fenomenološki (bez obzira u okviru koje psihoterapijske škole se primenjivao), refokusiranje pažnje klijenta sa ovog automatskog, interpretativnog, na svesni, posmatrački pristup svom iskustvu. Uostalom,

²⁷² Ovi nalazi bi se mogli diskutovati i u kontekstu psihoterapijskih teorija koje su suviše fokusirane na retrospektivnu rekonstrukciju uzroka problematičnih ponašanja; prema ovakvim pristupima smo u četvrtom poglavlju već izrazili kritičku distancu.

²⁷³ Svesni interpretativni sistem (Gazaniga), koji je jasno povezan sa levom hemisferom i njenim verbalnim kapacitetima u studijama podeljenog mozga, pokazuje izvesnu interpretativnu kompulsivnost (potrebu da se svako ponašanje racionalno obrazloži), koju podstiču i zahtevi eksperimentalne situacije. Ovakvi zahtevi su implicitno prisutni i u većini socijalnih situacija. U psihoterapijskom odnosu, koji nudi širi i otvoreniji pristup za istraživanje sopstvenog iskustva, veća je mogućnost da se primete i dopuste momenti diskontinuiteta i neznanja, koji se pokazuju obično kao plodna mesta u psihoterapijskom procesu.

Nisbet i Vilson ni sami nisu negirali mogućnost davanja preciznih izveštaja o unutrašnjem iskustvu, ali pod uslovima prekidanja procedure u momentu dešavanja (da bi se izveštaj što manje oslanjao na retrospekciju), usmeravanja subjekta da fokusira pažnju na sopstvene kognitivne procese i koučinga subjekta u introspektivnim procedurama (*ibid.*, str. 246). To je upravo ono što nastoje da čine metode prvog lica.

Metode prvog lica koje su bile delovi ambicioznih projekata etabliranja nove nauke, bilo u zamisli rane introspektivne psihologije ili Huserlove fenomenologije, nisu pokazale rezultate uporedive sa onim što nude objektivne nauke koje koriste metodologiju trećeg lica, što je probudilo duboku sumnju u plodnost svakog pristupa prvog lica u proučavanju duha. Brilljantni introspektivni opisi Vilijema Džejmsa citiraju se još uvek sa respektom po udžbenicima, ali više u kontekstu istorije psihologije, bez povezivanja sa aktuelnim istraživačkim projektima. Gendlinov fenomenološki pristup ostaje u okvirima psihoterapijske pragmatike, a neurofenomenološki pristup u istraživanju svesti je tek u povoju. Bliski susret sa azijskim (pre svega budističkim) kontemplativnim praksama poslednjih decenija revitalizuje interesovanje za „pogled iznutra“, naročito stoga što ove pokazuju efektivnost u kontekstu psihoterapije i neuroplastičnosti. Projekat revitalizacije podrazumeva, međutim, dubinsko istraživanje samih metoda prvog lica (a ne samo njihovih efekata) koje već postoje, kao prvi korak ka njihovoj reevaluaciji i mogućem daljem razvoju. Pozvati za „isti sto“ metode koje su nastale u sasvim različitim kontekstima, nije samo interdisciplinarni, već i interkulturalni poduhvat, koji je na prvi pogled ekstravagantan ili kako bi Nemci rekli *quer* (nem. poprečno)²⁷⁴, ali je upravo *quer* mišljenje potrebno za *überqueren* (nem. preći sa jedne strane na drugu), tj., da bi se premostio jaz između različitih metoda direktnog pristupa fenomenalnoj svesti. Ovakva mogućnost doskora nije postojala; tek dostupnost različitih znanja i otvorenost komunikacionih kanala koju donosi 21. vek omogućava „izlaženje iz fioka“ i ogledanje u tuđim i drugačijim ogledalima od sopstvenih, na koje smo navikli. Pogled iz ugla drugačijih načina mišljenja i istraživanja omogućava, što je najvažnije, otkrivanje sopstvenih implicitnih pretpostavki, koje je

²⁷⁴ Izraz *Querdenken* je u nemačkom suprotnost izrazu *Schubladendenken* (mišljenje u fiokama). Nijedan od ovih izraza nije pejorativan; oba načina mišljenja imaju svoje mesto i mogu biti korisni. *Schubladendenken* polazi od prenošenja oblika mišljenja i rešenja sa poznate na novu situaciju po analogiji (na osnovu šematske sličnosti), dok *querdenken*, umesto prenošenja starih obrazaca mišljenja i reagovanja, traži kako da specifične crte i šanse koje postoje u novoj situaciji originalno iskoristi i otvori za mogućnost nečega sasvim novog.

inače teško uopšte primetiti. Prvi korak u povezivanju metoda prvog lica iz različitih tradicija napravili su Varela i Šir u svom zborniku *Pogled iznutra*, koji je zbirka članaka o različitim metodološkim tradicijama prvog lica, koju sledi *peer-review*. U ovom poglavlju nameravamo da, u sličnom duhu, napravimo korak ka pažljivom pogledu u dubinu, ne bismo li ustanovili u čemu se sastoji temeljni postupak različitih metoda prvog lica i koju vrstu podataka nam one daju. Njihovo međusobno poređenje omogućava sagledavanje svakog pristupa u svetlu drugih, što može da otkrije neke nove crte, snažne i slabe strane, sličnosti i razlike, pa čak i mogućnosti njihovog kombinovanja i razvoja novih metoda; sve ovo uglavnom ostaje skriveno pogledu „iz fioke“. Ova vrsta postupka koja izvlači metode pristupa neposrednom iskustvu iz različitih misaonih, istorijskih i kulturnih konteksta radi njihovog poređenja, može biti podložna hermeneutičkoj primedbi da su istoričnost i kontekst esencijalni za razumevanje bilo kog teksta, te da je svaki metod pristupa neposrednom iskustvu isposredovan, iz toga proizlazećim, interpretativnim okvirom, što bi značilo da su metode suštinski nesamerljive. Ova primedba je smisaona i posvetićemo joj pažnju na kraju naše analize. Sa druge strane, ukoliko bismo radikalno proveli tvrdnju da su neposredno iskustvo u smislu fenomenalne svesti i elementarni samorefleksivni akt upravljanja pažnje ka njemu, potpuno zatvoreni u jezik, istoriju, kulturu ili filozofski sistem u kome su nastali, morali bismo takođe tvrditi da tako nešto kao što je „kako je biti ljudsko biće“ ne postoji. Mi naprotiv verujemo a) da su činjenice svesnosti i samorefleksivnosti elementarni konstituenti ljudskosti (poput telesnosti, na primer), te da je nemoguće da metode prvog lica, odakle god poticale (u smislu različitih jezičkih, kulturalnih i filozofskih praksi), nemaju nikakvo zajedničko polazište, b) da sve metode prvog lica imaju kao ključni element intenciju povratka na samu činjenicu svesnosti, te, u tom cilju, uvode neku vrstu suspenzije stavova i predubeđenja koje potiču iz jezika, istorije, kulture ili filozofije.

6.1. Definicija predmeta istraživanja – šta znači „pogled iznutra“?

„Pogled iznutra“ se razlikuje od „pogleda ka unutra“, na šta se odnosi termin introspekcija. Mi ćemo u nastavku govoriti o introspektivnim metodama, kod onih metoda koje su same sebe tako označavale, uvažavajući time već postojeću jezičku

praksu. Na ovom mestu, međutim, želimo da ukažemo na neadekvatnost i zavodljivost samog termina introspekcija. Introspekcija kao „pogled ka unutra“ je čisto metaforički termin; on, međutim, neodoljivo upućuje na pretpostavku da postoji neko posebno čulo „kojim gledamo ka unutra“, analogno čulima kojima „gledamo ka“ spoljašnjem svestu. Pošto takvo čulo ne možemo ispitivanjem da pronađemo, iz toga bi sledilo da introspekcija ili ne postoji ili se mora shvatiti kao čisto misaoni proces. Nazvati metode fenomenološkim smatramo srećnijim rešenjem, jer ovaj termin ukazuje direktnije na predmet ispitivanja – fenomenalnu svest, tj. domen neposredno pojavnog iz ugla subjekta, za razliku od objektivnih metoda koje imaju polazište u konceptualno posredovanom znanju o objektima ispitivanja, koje deli više nezavisnih istraživača istovremeno. Ovakvo određenje u prvi plan ističe način fokusiranja pažnje u istraživanju, zaobilazeći kategorije unutra-spolja, subjektivno-objektivno, kao i privatno-javno, koje su vrlo nejasno određene i relativne. Pogledajmo to na jednom primeru. Kao objektivni podaci u psihologiji računaju se, na primer, rezultati na nekom testu sposobnosti, upitniku ili reakciono vreme prilikom davanja odgovora u eksperimentu. Implicitna pretpostavka svakog psihologa (izuzev ukoliko veruje u postavke ontološkog bihejviorizma ili eliminativizma) je da subjekat koji daje odgovor (zaokruživanjem u testu ili pritiskom tastera) to čini na osnovu određenih mentalnih procesa i sa neposrednom svesnošću o pitanju i odgovoru. Štaviše, istraživač u dizajniranju istraživanja konsultuje ponekad sopstveno neposredno iskustvo, stavljajući se u poziciju subjekta, dakle sa implicitnom pretpostavkom da postoje svesni procesi i mentalne operacije koji su zajednički istraživaču i subjektu. Ono što ulazi kao podatak u analizu je samo odgovor, tj. konačni rezultat određenih procesa koji se dešavaju u subjektu (koji se mogu shvatiti kao svesni ili nesvesni). Odgovori su unapred definisani u istraživanju i u tom smislu objektivni i podložni kvantifikaciji. Ukoliko bi istraživač, po davanju odgovora, upitao subjekta da opiše kako je dao odgovor, napravio bi korak od objektivnog ka fenomenološkom ispitivanju, tj. prešao bi sa metoda trećeg na metode prvog lica. To je tačno ono što su radili introspektivni psiholozi; setimo se u prethodnom poglavlju opisanog ispitivanja iz vircburške laboratorije, u kome su subjekti izveštavali o postojanju bespredstavnih misli. U momentu u kome subjekat da odgovor na pitanje kako, podatak više nije privatan i subjektivan, već je uporediv sa odgovorima drugih subjekata. Razlika objektivnog i introspektivnog istraživanja (tj. metoda trećeg i prvog lica) se pojavljuje kao razlika u fokusu pažnje i interesovanja; fokus je u prvom na rezultatu, a u drugom na procesu. Subjektivno i objektivno se

pojavljaju kao polovi jednog kontinuuma – fokus može da bude više na strani subjekta (proces, neposredno dato, još nedovoljno određeno i kvalitativno) ili više na strani objekta (opredmećeno, unapred i jasno određen rezultat, podložan kvantifikaciji). Potpuno odbacivanje istraživanja fenomenalne svesti i korišćenja podataka prvog lica može da ima smisla jedino ukoliko smatramo da: a) subjekti nisu u stanju da daju bilo kakav interesantan ili pouzdan podatak o sopstvenim svesnim procesima²⁷⁵ tj. da sve što bi rekli nema nikakvu epistemičku vrednost i/li b) ne postoje metode koje bi obezbedile da dobijemo neki vredan podatak o tome od subjekta.

Dok je ovaj „pogled sa strane subjekta“ u većini psiholoških istraživanja obezvređen tj. „stavljjen u zagradu“, u psihološkoj praksi poput psihoterapije, on se pokazuje kao neobično koristan. Klijent obično dolazi sa „gotovim“ narativima, obrascima ponašanja, mišljenjima i „dijagnozama“ sopstvenog stanja, životne situacije, mogućnosti i sl., koji su obično porazni i blokirajući i proizvode kontinuirano probleme i patnju. Psihoterapeut može svojim pitanjima da preusmeri pažnju klijenta sa „rezultata“ na proces posmatranja sopstvenih misli, osećanja, reakcija, telesnih senzacija, doživljaja situacije u celini (*felt sense*), što je korak ka dekonstrukciji početnih obrazaca. Ispitivanje „kako dolazi do odgovora“ i fokusiranje na procese u sopstvenom iskustvu je ovde pragmatički veoma relevantno; ono je zapravo centralno važna terapijska intervencija. Primena fenomenoloških postupaka u psihoterapiji otkriva da veliki broj klijenata ima izvesnu sposobnost da posmatra i otkrije u svom iskustvu značenje i smisao svojih problema i emocija, a često i načine na koje ovi bivaju konstruisani u iskustvu; ispravno usmeravanje pažnje na „kako“²⁷⁶ u neposrednom iskustvu daje drugačiju sliku o dostupnosti procesa posmatranju, tj. o odnosu svesnog i nesvesnog u iskustvu. Još važnije, ova sposobnost se kroz psihoterapiju vežbanjem unapređuje, dostupnost nije fiksirana i zauvek data, već fleksibilna kategorija.

²⁷⁵ To bi u krajnjem ishodu značilo da ne postoji dostupnost, a ukoliko su svi važni procesi koji vode do odgovora neprozirni svesti, ne to znači ništa drugo nego da su nesvesni.

²⁷⁶ Pitanje „kako je biti (npr. tužan)“ (*qualia* pitanje) je vrlo drugačije pitanje od pitanja „zašto (sam tužna)“. Pitanje „zašto“ upućuje na obrazlaganje, teoretisanje, tumačenje, objašnjavanje, dok pitanje „kako“ predstavlja poziv da se bude u trenutnom doživljajnom procesu i posmatraju njegove kvalitativne odlike.

6.2. Metoda i ciljevi istraživanja

Kvalitativno istraživanje metoda prvog lica i njihovih nalaza vidimo kao prvi korak neophodan za razumevanje prirode i strukture procesa na kojima metode počivaju, što je osnova za njihova dalja istraživanja. Istraživanje svesti kao jednog od najkompleksnijih predmeta nauke, moraće da pronade novu metodološku paradigmu, koja će uključiti kvalitativne podatke, iz ugla prvog lica i kvantitativne podatke trećeg lica (npr. merenje moždane aktivnosti); ovakva paradigma počinje da se nazire, za sada još uvek samo u pragmatičkoj ravni. Poslednjih godina, na primer, neuronaučnici su počeli da povezuju samoreferencijalne sposobnosti (na kojima počivaju metode prvog lica) sa aktivnostima medijalnog prefrontalnog korteksa, čemu su, između ostalog doprinela neurofiziološka istraživanja primene *mindfulness* meditacije, koju smo u petom poglavlju opisali kao jednu od metoda prvog lica. Metodološki gledano, odnos između kvantitativne i kvalitativne istraživačke paradigme (označene ponekad kao pozitivistička nasuprot fenomenološkoj i konstruktivističkoj, objašnjenje nasuprot razumevanju i sl.) još uvek se interpretira u rasponu od njihove nesamerljivosti do komplementarnosti. Primitimo da ovaj „rat“ metodoloških paradigmi reflektuje našu diskusiju o dva lica svesti (*access vs. phenomenal consciousness*) i da će istraživanje samog fenomena svesti biti najvažniji poligon na kome će se izoštravati i rešavati ovi metodološki problemi u budućnosti. Ukoliko je očekivano da se pojave nova shvatanja o odnosu dva domena i dve metodologije, onda će se ona pojaviti, verujemo, pre iz nove naučne prakse koja je na pomolu nego kao posledica nekog *a priori* teorijskog rešenja.

Cilj našeg istraživanja je „pogled izbliza“ na šest metoda opisanih u petom poglavlju, sa pokušajem da ih razumemo, zajedno sa okvirom u kome su nastale, a sa ciljem da otkrijemo u njima postojanje zajedničkih obrazaca, kao i opsega variranja. Istraživanje je eksplorativno, ne pokušava da dokaže neku unapred postavljenu hipotezu, već da pruži nove uvide i razumevanje sledećih pitanja (naravno, bez ambicije da na ova pitanja damo konačne odgovore): U čemu je smisao i šta se dešava prilikom primene metoda prvog lica, tj. kakav psihološki proces je u njihovoj osnovi? Šta čini metode prvog lica teškim? Koju vrstu podataka nam one daju i kakav status mogu da imaju podatci prvog lica u naučnom istraživanju? Šta propuštamo da vidimo ukoliko generalno odbacimo pogled iz ugla prvog lica kao oblik validnog znanja? Šta možemo da uradimo sa podacima prvog lica, gde je mesto i domet primene metoda prvog lica?

Postoji li regularnost u domenu subjektivnih činjenica, da li i kada različite metode ukazuju na slične nalaze? Da li je moguće poboljšati i unaprediti metode prvog lica i kako?

Razumevanje i preliminarna analiza centralnih ideja i sadržaja metoda, koje smo prikazali u petom poglavlju, doveli su nas do uvida, da se šest metoda razlikuje po više dimenzija. U nekim slučajevima je moguće odrediti poziciju svake od metoda u okviru određenog opsega varijacija koji predstavlja dimenzija. U nekim slučajevima nemamo dovoljno podataka iz ugla same metode, da bismo joj odredili mesto u okviru date dimenzije. Smatramo, međutim, da je i ovo značajan podatak, koji može da ukaže na izvesni nedostatak metode, koji je eventualno moguće otkloniti ili na potrebu za daljim istraživanjem same metode. Postupkom otvorenog kodiranja izdvojili smo iz opisa metoda (peto poglavlje i tamo naznačena osnovna literatura) 14 kategorija, odnosno dimenzija, koje se pojavljuju u opisima metoda. Dalja analiza je pokazala da neke od dimenzija, kada pokušamo da na njima pozicioniramo 6 metoda, pokazuju visok stepen preklapanja (kao npr. „aspekti fenomenalne svesti koji se posmatraju i opisuju“ i „tok i živost posmatranog iskustva“), pa smo na takvim mestima formirali jednu dimenziju od dve. Preostalo je 10 dimenzija za komparativnu analizu. Ova vrsta otvorenog kodiranja, kojim identifikujemo dimenzije za poređenje metoda je fluidan proces koji služi „mikroskopiranju“ sadržaja, tj. boljem uočavanju detalja u analizi i nema za cilj ustanovljivanje bilo kakvih krutih klasifikacija. Identifikovali smo 10 dimenzija koje omogućavaju, svaka ponešto različit ugao gledanja na metode prvog lica. Svaka dimenzija se može formulirati i u obliku pitanja, na koje je moguće dati odgovor iz ugla svake od metoda. Ovakav pristup analizi omogućava finu diskriminaciju različitih elemenata šest metoda i njihovo poređenje i grupisanje na osnovu učenih sličnosti i razlika. Sistematska komparacija senzitivira nas za odlike i dimenzije koje mogu biti previđene kada je analiza fokusirana na samo jednu metodu. U okviru svake dimenzije je dat njen opis, odgovor na pitanje kako se svaka od šest metoda prvog lica odnosi prema dimenziji i kratak zaključak, koji rezimira rezultate njihovog poređenja. Kvalitativna tematska analiza metoda prvog lica koja sledi, poziva se na opise šest metoda koje smo dali u petom poglavlju, na osnovu tamo naznačene osnovne literature na kraju svakog opisa.

Razumevanje je proces koji uključuje subjektivnost u esencijalnom, a ne u pejorativnom smislu. Razumevanje postupaka i rezultata metoda prvog lica zavisi nužno od

perspektive prvog lica. Sam proces razumevanja je takođe nemoguće definisati nezavisno od perspektive prvog lica. Gendlin smatra da razumeti tekst znači ukrstiti ga (*kreuzen*) sa sopstvenim doživljajem, tako da uvek „razumemo više“ nego što je u samom tekstu, tj., svojim razumevanjem nastavljamo (*fortsetzen*) tekst (Gendlin, E., 2008, str. 25), što je u skladu sa njegovim procesnim shvatanjem odnosa doživljavanja i jezika (*experiencing* i *languageing*), koje smo opisali u petom poglavlju. Subjektivnost takođe podrazumeva perspektivnost, reflektivnost prema sopstvenoj poziciji. Naš pogled u „pogled iz ugla prvog lica“ ne može biti „ni otkuda“ (ovako nešto nije više moguće zamisliti ni u fizici!), već delom i iz ličnog iskustva u primeni nekih od metoda prvog lica. U istraživanju ove teme naročito dolazi do izražaja ono što kvalitativna istraživačka paradigma uvek naglašava – da je istraživač deo istraživačke situacije; dimenzija ličnog iskustva i razumevanja se pokazuje kao resurs, a ne ograničenje. Naše iskustvo je vezano za praktikovanje *mindfulness* kontemplacije poslednjih dvadeset godina i fokusiranja poslednjih deset godina, u ličnom životu, kao i sa klijentima u situaciji koučinga, u interaktivnom, relacionom okviru ili u vidu podučavanja klijenata u primeni ovih metoda u kontekstu samomenadžmenta. Takođe smo u okviru ove interpersonalne situacije pokušali da razumemo šta bi značilo primeniti Huserlovu *epochē* u ograničenom psihološkom smislu, dakle „staviti u zagradu“ sva predubedenja u posmatranju i interakciji sa klijentom. Lično iskustvo se pokazuje kao korisno, jer nas senzitivira za uočavanje odlika i veza između podataka koji su predmet analize. Ponekad ćemo vrstu zapažanja koja je povezana sa ličnim iskustvom sa nekom od metoda, a koja zahtevaju dalju proveru (ova podrazumeva obično da nezavisni istraživač i sam ima izvesno iskustvo u primeni metode) označiti kao: lični komentar.

6.3. Kvalitativna tematska analiza metoda prvog lica

Dimenzija 1. Odnos prema ishodu posmatranja

Prva dimenzija se odnosi na sledeće: posmatranje sopstvenog iskustva može u svom fokusu i opsegu biti unaprad određeno ciljem posmatranja ili u većoj meri otvoreno za različite ishode. Značaj fenomenološkog posmatranja sa otvorenim krajem (*open ended*) naglasili su u knjizi *Otelovljeni duh* Varela, Tompson i Roš. Što je posmatranje više usmereno zamišljenim ishodom, to je njegov opseg više ograničen, a rezultat

posmatranja može da bude više pod uticajem eksplicitnih ili implicitnih teorijskih ideja koje su ugrađene u program istraživanja. Dimenzija se odnosi takođe i na postojanje teorijskog okvira ili na vrstu konteksta u kome je nastala metoda.

Vunt: ishod posmatranja je unapred određen strukturalističkim psihološkim programom – opisati strukturu svesti njenom analizom do najjednostavnijih sačinitelja i ustanoviti njihove veze u iskustvu. Senzualističko, elementarističko shvatanje svesti, strukturalizam, atomizam.

Džejs: ishod je određen funkcionalističkim psihološkim programom, ali ova ima za cilj da opiše prirodan tok odvijanja mentalnih procesa, što promoviše prirodniji i fleksibilniji način posmatranja iskustva, koji nije analitički i elementaristički. Posmatranje je relativno otvoreno, nije usmereno da potvrdi neku unapred postavljenu pretpostavku o svesti, niti ka gradnji sistema. Opisi se u tekstu slobodno smenjuju sa teoretisanjem u rasponu od filozofije do fiziologije, ali je moguće razlikovati opis od Džejsovih teorijskih razmišljanja.

Huserl: ishod je određen projektom stvaranja nove naučne discipline, fenomenologije, koja za uzor ima matematiku, logiku i gnoseologiju, pre nego empirijske nauke. Huserl ograničava *epohē* da bi ostavio mesto za predmet nove „stroge“ nauke – esencijalnu strukturu svesti. Po našem mišljenju je pretpostavka da postoji esencijalna struktura svesti koja se može fenomenološki opisati i biti predmet stroge nauke jaka teorijska pretpostavka. Psihološka fenomenologija je vezana za konkretnu temu istraživanja, specifičnija i manje radikalna.

Gendlin: ishod posmatranja je potpuno otvoren i idiosinkratično određen konkretnom temom na koju se odnosi. Fokusiranje je fenomenološka praksa otvorenog kraja bilo u psihoterapiji ili u promišljanju neke teme. Svaka sekvenca fokusiranja je samo deo procesa, a ne konačni ishod. Metoda se može praktikovati i kao stil života i mišljenja. Polazi od opšteg stava da je otelovljenje bitno za razumevanje sebe i sveta, a metoda otvorenog pristupa neposrednom iskustvu i njegovog ispitivanja je u funkciji unapređenja psihoterapijske prakse i procesnog, fluidnijeg mišljenja neke teme.

Neurofenomenologija: ishod je određen potrebama konkretnog istraživanja. Posmatranje sopstvenih procesa i izveštavanje o njima je jedna od varijabli u eksperimentalnom dizajnu; koja vrsta podataka se traži od subjekta zavisi od predmeta

istraživanja. Teorijski kontekst je uvođenje perspektive prvog lica u neuronauku, prevazilaženje epistemičkog jaza.

Mindfulness: metoda otvorenog kraja, može se praktikovati kao životni stil, formalno ili neformalno, u kontemplativnom ili psihoterapijskom okviru. Ishod je određen pragmatički – uvid u prirodu svesti i korene patnje radi oslobođenja od patnje i „probuđenja“ u tradicionalnom kontemplativnom okviru ili nešto slično tome, ali manje radikalnog formata u psihoterapijskom okviru (redukcija nekih nepotrebnih oblika patnje, bolje izlaženje na kraj sa raznim problematičnim situacijama u životu).

Poređenje: Fokusiranje i *mindfulness* su primarno okrenuti pragmatičkom cilju, a uvid u prirodu svesnih procesa je deo tog cilja. Vuntova, Džejmsova i Huserlova metoda, kao i neurofenomenologija, imaju za cilj naučnu disciplinu i unapređenje teorijskog znanja. Teorijski kontekst je veoma različit; dok Vunt i Huserl teže sistematskoj nauci o svesti, kod Džejmsa i u neurofenomenologiji je cilj unapređenje naučnog znanja, ali ne i pravljenje sistema i čiste nauke o svesti.

2. Suštinski metodološki postupak

Druga dimenzija odnosi se na centralni postupak, tj. vrstu posmatračkog stava po kome se postupak razlikuje od uobičajenog svakodnevnog stava, kao i na strukturiranost postupka u pogledu učenja i implementacije.

Vunt: postupak je opisan, sastoji se u fokusiranju na senzorne aspekte iskustva uz eliminisanje „greške draži“, tj. uključivanja znanja o posmatranom objektu i misaonih procesa. Introspekcija je ograničena, odvija se u kratkim intervalima koje neposredno sledi verbalni izveštaj, primenjuje se u visoko strukturiranoj eksperimentalnoj situaciji sa kontrolom stimulacije i vremena. Greška draži se ispravlja tokom treninga i vežba se način davanja verbalnog izveštaja.

Džejms: nije opisao svoj metodološki postupak, znamo jedino da posmatranje nije analitičko i fokusirano, te da ne polazi od unapred zamišljene teorije o svesti. Lični komentar: iako se Džejmsova metoda ne može okarakterisati formalno kao strukturirana metoda, uključili smo Džejmsa u prikaz zbog bogatstva i vrednosti njegovih nalaza. Verujemo da je Džejmsov postupak nalikovao, bar u nekim crtama *mindfulness* postupku iz sledećih razloga: otvorena pažnja usmerena na način odvijanja procesa u svesti iz trenutka u trenutak, onako kako se odvijaju, bez pokušaja da se nešto promeni.

Rezultati njegovog posmatranja takođe imaju dodirne tačke sa rezultatima početne *mindfulness* meditacije. Na ovo ćemo se vratiti kasnije.

Huserl: *epochē* je stavljanje u zagradu, isključivanje, deaktiviranje prethodnih koncepcija o predmetu posmatranja, njihovo nekorišćenje da bismo mogli da posmatramo fenomenalni aspekt iskustva nezavisno od empirijskih znanja koja imamo o objektima na koje se iskustva odnose. *Epochē* nije: napuštanje uobičajenog stava, njegova negacija, antiteza, menjanje; takođe nije stav sumnje ili neodlučnosti. Postupak je ovim opisan, ali nije data detaljna instrukcija za praktikovanje, kao ni način postupanja sa teškoćama u primeni. Kontekst primene je slobodan i nestrukturiran. Lični komentar: ovako opisanu metodu je jako teško konsekventno praktikovati, čak i ograničenom psihoterapijskom smislu (a kamoli kad je reč o stavljanju u zagradu „prirodnog stava“!); predubedenja je, istina, moguće registrovati i staviti u zagradu, ali ne i držati u zagradi bez nekog postupka koncentrativne fiksacije, koji verovatno apsorbovao resurse pažnje potrebne za posmatranje. Deaktivacija prethodnih koncepcija je moguća, čini nam se, jedino u toku – svaki put kada se pojave iznova; preduslov za ovo bi bilo praktikovanje neke vrste *mindfulness* postupka, koji ovo omogućava. Huserl je i sam tvrdio da je primena metode izuzetno teška i da zahteva veliku posvećenost od fenomenologa, ali nije ponudio mnogo praktičnih smernica za njeno unapređenje.

Gendlin: metoda je precizno opisana u 6 koraka, tako da je čak moguće naučiti je iz knjige; ipak se preporučuje vežbanje sa iskusnom osobom. Glavni postupak se odnosi na suspenziju misli, verbalizacija i gotovih interpretacija sadržaja koji se posmatra, da bi se uspostavio kontakt sa neverbalnim, u početku maglovitim „kako je biti“ doživljajem, koji ga okružuje; drugi element postupka je otkrivanje novih mogućnosti verbalizacije, koje dolaze iz samog ovog doživljaja. Umetnost fokusiranja je u finoj oscilaciji između doživljavanja i verbalizacija, koja se postiže posebnom vrstom pitanja u svakom koraku. Situacija primene metode nije strukturirana, moguća je primena u raznim kontekstima.

Neurofenomenologija: primenjuje se u visoko strukturiranoj eksperimentalnoj situaciji, nalik na Vuntovu, samo što savremene laboratorije sa modernim aparatima izgledaju sasvim drugačije. Subjekti su trenirani da fokusiraju pažnju na, za eksperimentalnu situaciju, relevantne aspekte iskustva i daju odgovore na pitanja eksperimentatora neposredno posle zadatka.

Mindfulness: temeljni postupak je u suspenziji uobičajene mentalne aktivnosti za koju je karakteristično lutanje misli, od prebivanja u prošlosti do planova o budućnosti, te izbegavanje svega što ima neprijatan emocionalni ton i težnja zadržavanja u sadržajima koji imaju pozitivan ton. Ova suspenzija ne sastoji se u supresiji uobičajenog misaonog i iskustvenog procesa, već u uvođenju referentne tačke – vraćanje na ono što je neposredno prisutno u sadašnjem trenutku i stava receptivnosti, tj. prihvatanja svega što se pojavljuje na isti način. Svako nesleđenje instrukcije, prihvata se, kada se registruje, sa istim receptivnim stavom. Budistički tekstovi, kao i instrukcija učitelja pomažu u prevazilaženju teškoća – instrukcije se mogu odnositi na telesni stav, položaj očiju, postupanje sa pospanošću, nervozom, agitiranošću i slično. Tradicionalno se obično, mada ne isključivo, vežba kao solitarna sedeća praksa, ali, kako taj okvir nije esencijalan za suštinu postupka, moguće su brojne varijacije.

Poređenje: sve metode podrazumevaju neku vrstu suspenzije – ili u vidu koncentracije na jednu vrstu sadržaja (i eliminaciju distrakcija) kao kod Vunta i u neurofenomenologiji, gde je posmatranje vremenski ograničeno i visoko strukturirano zahtevima eksperimentalne situacije ili u vidu pronalaženja drugačijeg stava prema iskustvu od svakodnevnog. U dugotrajnijim postupcima, koji istovremeno pretpostavljaju posmatranje koje je više „širokog ugla“, uzdržavanje se može odnositi na predubeđenja, verbalizacije i uobičajeni mentalni stav prema svesnim iskustvima (sleđenje ili izbegavanje iskustava npr.). *Epohe*, fokusiranje i *mindfulness* imaju, zapravo, jednu sličnost: umesto supresije i negacije uobičajenog stava, on biva suspendovan, deaktiviran (u *mindfulness* literaturi se koristi termin *let go* ili *release* – pustiti, otpustiti, osloboditi), a pažnja preusmerena na neposredno posmatranje iskustva. Osobenost *mindfulness* postupka je u tolerantnom prihvatanju fluktuacija pažnje i stalnom vraćanju na instrukciju kao integralnom delu postupka.

3. Vrsta pažnje

Treća dimenzija odnosi se na specifikaciju značaja pažnje u postupku i vrste pažnje koja je optimalna za posmatranje. Na šta će biti usmerena pažnja i koja vrsta pažnje je potrebna za posmatranje, smatramo ključnim varijablama u svakoj metodi prvog lica (i šire, u svakoj vrsti posmatranja).

Vunt: nije specifikovano; pretpostavka da se radi o pažnji koja je istrenirana da se koncentriše na senzorne aspekte iskustva; dakle fokusirana pažnja usmerena na već odabrane sadržaje i eliminacija svih „distrakcija“ (npr. „greške draži“).

Džejs: nije specifikovano; pretpostavljamo (na osnovu opisa toka svesti) da se radi o otvorenoj, difuznoj pažnji, panoramskog tipa, sličnoj kao u *mindfulness* meditaciji.

Huserl: nije specifikovano: pre izgleda da se radi o pažnji otvorenog tipa.

Gendin: pažnja otvorenog tipa (pitanje usmerava klijenta da doživi svoju situaciju u celini, a ne da se fokusira na neki specifičan detalj situacije). Pored toga, Gendlin ističe značaj pronalaženja ispravne blizine tj. distance u posmatranju – ni previše blizu (ne uronjenost u sadržaj posmatranja) ni suviše distanciran stav (koji onda postaje više intelektualni nego fenomenološki).

Neurofenomenologija: značaj pažnje i treninga pažnje se jasno uviđa; vrsta pažnje je određena uglavnom eksperimentalnim kontekstom, koji zahteva, bar u dosadašnjim istraživanjima, fokusiranu pažnju.

Mindfulness: relaksirana pažnja otvorenog tipa, mada se kao pripremna praksa često koristi koncentrativna meditacija, manje ili više ekstenzivno u različitim tradicijama. Koncentracija služi za stabilizaciju pažnje; pretpostavka koju danas možemo da izvedemo iz ideje neuroplasticiteta je da se njome postiže optimalizacija mozga za zadatak koji je u budističkoj kontemplativnoj tradiciji centralan (kod treniranih praktikanata su uočljive promene u medijalnom prefrontalnom korteksu) – uvid u prirodu svesnog iskustva (*vipassana*). Pažnja se trenira stalnim vraćanjem na odabranu referentnu tačku. Ključni momenat je da *mindfulness* metoda zahteva u određenom trenutku napuštanje fokusiranog stava i otvoreno posmatranje iskustva, onako kako se pojavljuje.²⁷⁷ Ovde se kao i kod Gendlina naglašava značaj postizanja ispravne distance u posmatranju, ne-uranjanje u trenutna iskustva i nedistanciranje u odnosu na njih. U psihoterapiji se obično koristi neki oblik koncentrativne pripreme (najčešće fokusiranje na telesne senzacije ili tok disanja) pre ili u okviru *mindfulness* postupka.

²⁷⁷ Držanje pažnje na nečemu rekreira stalno dualizam subjekta i objekta, makar na veoma suptilnim nivoima, kao u stanjima razvijene koncentrativne apsorpcije i ne može nikada voditi do nedualnog (o ovome će kasnije biti više reči).

Poređenje: zapadne metode prvog lica generalno previđaju značaj procesa pažnje i treninga pažnje za uspeh metode (osim neurofenomenologije koja je skorašnjeg datuma). U postupcima koji se odvijaju u kratkim sekvencama (npr. Vunt, fokusiranje) je ovo manje važno; krucijalno postaje u postupcima koji intendiraju dugotrajnijem posmatranju iskustva, kao što je slučaj kod Džejmsa, Huserla i u *mindfulness* meditaciji. Džejms je, kao što smo već ranije pomenuli, jasno shvatio da je sposobnost fokusiranja pažnje esencijalna ljudska sposobnost, temelj volje i karaktera, ali nije video nikakav način da se pažnja unapredi treningom; ovo je ostala slepa mrlja u zapadnoj psihologiji tokom puno decenija. Tek je susret sa azijskim kontemplativnim tradicijama istakao značaj ove teme i dao impuls savremenim istraživanjima i razvoju treninga pažnje. Razlika između fokusirane, izoštrene pažnje (uzanog ugla) i pažnje otvorenog difuznog tipa (širokog ugla) postala je takođe jasna kroz psihološko istraživanje različitih vrsta meditacije, sa kojima se zapadna psihologija upoznala sedamdesetih i osamdesetih. Kod Huserla, pitanje pažnje takođe nije sistematski tretirano; on često naglašava apsolutnu slobodnu volju filozofa da „stavi u zagradu“ ono što odluči; u praksi redukcije, to se pokazuje kao veoma teško izvodljivo – osnova volje počiva na sposobnosti fokusiranja pažnje, kao što je Džejms primetio. Verujemo da su elementi *mindfulness* pristupa preduslov za svako dugotrajnije fenomenološko posmatranje. Interesantno je primetiti i da je posmatrački stav prema iskustvu (blizina tj. distanca u odnosu na posmatrano) na isti način opisana kod Gendlina i u *mindfulness* tradiciji.

4. Aspekti fenomenalne svesti koji se posmatraju i opisuju

Četvrta dimenzija odnosi se na sadržaj posmatranja i opisa. Ovde takođe obraćamo pažnju na prirodnost, tok i živost posmatranog iskustva, nasuprot izdvajanju i mikroskopiranju isečka svesnog iskustva.

Vunt: elementarni senzorni aspekti iskustva: senzacije i njihovi atributi (kvalitet, intenzitet, trajanje – protenzitet i jasnoća – atenzitet), predstave, jednostavna osećanja (priijatnost – nepriijatnost). Kratki isecci iskustva se analiziraju do ovih jednostavnih senzornih elemenata.

Džejms: tok svesnog iskustva, sadržaji i procesi kako se prirodno pojavljuju (supstantivna i tranzitivna stanja, rubovi svesti), odlike toka. Iako govori o toku u smislu međupovezanosti svesnih procesa, izgleda da ipak smatra da je moguće izdvojiti relativno diskretna stanja ili momente svesti.

Husserl: Cilj fenomenologije kao nauke je opis invarijanti noetičko-noematskih korelacija tj. korelacija akata i sadržaja svesti i da time razotkrije suštinsku strukturu iskustva koja ostaje skrivena pri uobičajenom, nerefleksivnom stavu. U fenomenologiji kao psihološkoj metodi je predmet posmatranja određen smislom istraživanja. Na primer, deskriptivni fenomenološki metod u psihologiji, koji je sedamdesetih godina razvio Amadeo Đorđi kao kvalitativni istraživački metod, pravi razliku između deskripcije i interpretacije u istraživanju nekog psihološkog problema. Fenomenološki pristup je fokusiran na opis živog značenja posmatranog fenomena, onako kako se on pojavljuje kao neposredna datost u svesti istraživača.

Gendlin: *felt sense* aspekt iskustva, obično se fokusiraju blokirana, „zaglavljena“ mesta (blokirajuća emocija, nerazumevanje nečega, nedostajanje reči u mišljenju); ono što se obično smatra nesvesnim, a zapravo je implicitno i telesno, postaje dostupno svesti sa pravom vrstom pažnje i pitanja.

Neurofenomenologija: ono što je potrebno u eksperimentalnom zadatku, obično mikroprocesi svesti. Najnoviji neurofenomenološki trend – mikrokognitivna nauka, nastoji da ispita povezanost neuralnih i iskustvenih opisa kognitivnih procesa na izuzetno finom nivou granularnosti. Za to su potrebni instrumenti visoke funkcionalne selektivnosti, kakav je po autorima intracerebralni EEG (iEEG) i visoko trenirani subjekti, koji mogu da opaze rane stadijume kognitivnih procesa, u kojima još ne postoji rigidna distinkcija senzornih modaliteta i subjekta i objekta iskustva (Petitmengin, C. & Lachaux, J-P., 2013, Bitbol, F. & Petitmengin, C., 2013).

Mindfulness: tok svesnog iskustva, u kome se mogu izdvojiti momenti (*dharma*) svesti, slično kao kod Džejmisa, samo što se ovde više naglašava diskontinuitet momenata svesti. Posmatra se sve što se pojavljuje (telesne senzacije, emocije, misli, razni mentalni sadržaji) neselektivno tj. bez vrednovanja, procenjivanja i suđenja. U početnoj fazi je moguće, zbog pojednostavljivanja zadatka, ograničiti posmatranje na jednu vrstu sadržaja. Kako se, produženim praktikovanjem, pažnja stabilizuje, posmatranje postaje sve lakše i hvata sve finije „mikromomente“ svesti, proces javljanja nekog sadržaja i njegovog nestajanja, prazan prostor između dva sadržaja i sl. Lični komentar: za opažanje diskontinuiteta u toku svesti je, po našem iskustvu, potrebna produžena praksa – kada dođe do stabilizacije pažnje, ponekad se javlja utisak da se svi procesi odvijaju sporije, te ih je moguće „mikroskopirati“; tako i prazni prostori između dva sadržaja

postaju uočljivi. Džejms nije praktikovao posmatranje toka na ovaj produžen način; stoga se njegovi uvidi odnose na prvi ili početnički nivo posmatranja.

Poređenje: poređenje otkriva da postoje dve osnovne vrste pristupa sadržaju posmatranja. Sadržaj posmatranja može biti unapred određen (Vunt, Huserl, neurofenomonologija), što usmerava pažnju da fiksira taj sadržaj i ekstrahuje ga, u nekom smislu, iz prirodnog toka iskustva; izbor sadržaja je ovde vođen teorijskim interesovanjem. Druga mogućnost je otvorenost posmatranja ka svim mogućim sadržajima iskustva, dopuštajući njegov prirodan tok (Džejms, *mindfulness* i donekle Gendlin). Fokusiranje se odvija u sekvencama, ali se jedna sekvenca prirodno može produžiti u sledeću; razlika u odnosu na druge dve vrste posmatranja je, što se fokusiranje zadržava na najpregnantnijem aspektu iskustva u sadašnjem trenutku (to je obično onaj koji je lično najvažniji, sa najvećim emocionalnim nabojem). Ove tri metode su jedine koje osvetljavaju realan način odvijanja mentalnih procesa u vremenu.

5. Trening

Peta dimenzija odnosi se na specifikaciju potrebe za treningom i vrste treninga koja je potrebna kao preduslov za primenu metode.

Vunt: potreban je rigorozni trening, sofisticirani subjekti (većinom i sami psiholozi upoznati sa programom istraživanja). Trenira se upravo ono što se traži u eksperimentalnog zadatku – posmatranje senzornih elemenata iskustva i davanje verbalnog izveštaja o tome.

Džejms: nije naglasio potrebu za treningom; on sam je subjekat posmatranja, sa očiglednim prirodnim talentom i interesovanjem. Ne treba ipak smesti sa uma da trajno interesevanje za nešto, zbog spontane sklonosti da se to radi, predstavlja implicitnu vrstu treninga. Stoga, teško da Džejmsa možemo da tretiramo kao „netreniranog subjekta“.

Huserl: Huserl smatra da je redukcija teška i zahteva, potrebna je velika posvećenost fenomenologa, ali ne daje detaljan opis kako se priprema za primenu metode ostvaruje.

Gendlin: potrebna je vežba; metoda fokusiranja „korak po korak“ je i razvijena da bi se mogla trenirati sposobnost posmatranja i korišćenja sopstvenog doživljajnog procesa (*experiencing*) u rešavanju problema, bilo emocionalnih ili kognitivnih. Smatramo

značajnim Gendlinovo naglašavanje individualnih razlika u prirodnoj sposobnosti fokusiranja i mogućnost merenja napretka pomoću skali doživljavanja.

Neurofenomenologija: trening je potreban i usmeren je na zahteve same eksperimentalne situacije; istraživači u ovoj oblasti ulažu trud da pronađu najbolje metode treninga, ponekada čak kombinujući introspektivnu metodu, redukciju i *mindfulness* na ponešto nove načine.

Mindfulness: trening je u tradicionalnom okviru rigorozan i sistematski, daleko prevazilazi po obimu i vremenu trajanja sve što je poznato u zapadnim metodama. Današnja istraživanja pokazuju da je za postizanje ograničenih psihoterapijskih dobiti od primene *mindfulness* meditacije potrebno mnogo kraće vreme (koje se meri nedeljama i mesecima, a ne godinama), ali ovo ne znači da time praktikanti postaju kompetentni i za primenu *mindfulness* kao istraživačke metode prvog lica.

Poređenje: Kritike i *ad hoc* odbacivanje metoda prvog lica kao nepouzdanih ne uzima u obzir uslove pod kojima ove metode mogu da postanu pouzdane. Trening je svakako prvi uslov; gotovo sve metode naglašavaju značaj treninga. To je ono što čini metode prvog lica teškim, sporim i zahtevnim u smislu posvećenosti, motivacije i vremena, u poređenju sa objektivnim istraživanjima, koja od subjekta zahtevaju samo relativno kratko vreme za učešće u eksperimentu ili ispunjavanje upitnika. Subjekte nije lako naći ni za ovakva manje zahtevna istraživanja – većina istraživanja u psihologiji je izvedena na studentima psihologije, kojima je učešće u eksperimentima propisana studijska obaveza.

6. Mogućnost intersubjektivne verifikacije

Šesta dimenzija je važna za etabliranje neke metode kao naučne. Mogućnost intersubjektivne verifikacije nalaza zavisi od postojanja jasne procedure, formalizacije metode i treninga, tako da su nalazi njome dobijeni dostupni kroz ponovljivost procedure svima koji su spremni da primene metodu. Da li je intersubjektivna validacija moguća?

Vunt: da, od subjekata koji su trenirani na isti način; u okviru njegove laboratorije je intersubjektivna konzistentnost u introspektivnim izveštajima bila visoka. Eksperimentator obezbeđuje koučing u vežbanju.

Džejs: ne direktno (principijelno je smatrao mogućom intersubjektivnu validaciju)

Huserl; ne direktno (principijelno je smatrao mogućom intersubjektivnu validaciju)

Gendlin: rezultat svake sekvence fokusiranja je specifičan, čak i kod istog subjekta neponovljiv, zato što se odnosi na idiosinkratične sadržaje, prisutne u datom trenutku. Sam proces fokusiranja, te posmatranje načina pojavljivanja verbalnih i doživljajnih elemenata iskustva je ponovljiv, metoda je široko dostupna za učenje. Psihoterapeut (kouč, savetnik...) obezbeđuje koučing u vežbanju.

Neurofenomenologija: da, procedura primene i treninga subjekata mora biti rigorozna. Eksperimentator obezbeđuje koučing u vežbanju.

Mindfulness: metoda je poslednjih decenija široko dostupna, u osnovi jasno definisana, mada može imati različite moduse primene, zavisno od konteksta. Za potrebe istraživanja je neophodna precizna operacionalizacija kroz instrukciju i način podučavanja. Za naprednije meditativne uvide, o kojima će nešto kasnije biti reči, potrebno je, međutim, dugotrajno praktikovanje i posvećenost. Tradicionalno, učitelj meditacije, danas takođe i psihoterapeut, obezbeđuje koučing u vežbanju.

Poređenje: većina metoda prvog lica je relativno jednostavno primenljiva, u smislu opisa procedure i obezbeđivanja koučinga u učenju (za metode prvog lica obično nije sasvim dovoljna instrukcija, već je bar korisna, ako ne i sasvim neophodna, medijacija prilikom učenja od strane „drugog lica“). Jedino kod Džejsa i Huserla ne nalazimo konkretne i neposredno primenljive instrukcije, već moramo da nagađamo iz teksta u čemu se tačno sastojao njihov postupak. Intersubjektivna verifikacija je moguća, jedino što je neophodno uložiti vreme u učenje metode da bi se mogla primeniti na ovaj način.

7. Uticaj posmatranja na posmatrano

Sedma dimenzija posmatra metode prvog lica u svetlu stare Kontove primedbe ideji introspekcije da mislilac ne može sebe da podeli na dva dela, od kojih jedan razmišlja, a drugi ga posmatra kako razmišlja; akt posmatranja menja posmatrano. Šta se, dakle, pri primeni metoda prvog lica dešava sa posmatranim fenomenima?²⁷⁸

²⁷⁸ Pošto kod Huserla nismo pronašli eksplicitnu referencu na Kontovu primedbu, izostavili smo njegovu metodu iz analize na ovoj dimenziji.

Vunt: Vunt se slaže sa Kontom da se mišljenje i mislilac ne mogu razdvojiti, zato odlučuje da svede svoj introspektivni program na posmatranje senzornih činjenica iskustva. Svaka sekvenca introspekcije je kratka i verbalni izveštaj u eksperimentalnoj situaciji je neposredno sledi, tako da su posmatrač i posmatrano vremenski razdvojeni. Introspekcija je uvek retrospekcija, ali je ova pouzdana, jer se odvija na osnovu neposrednog pamćenja u kome još uvek perzistiraju čulni utisci.

Džejs: smatra isto što i Vunt, da se posmatračke aktivnosti dešavaju naknadno, nikad istovremeno sa doživljavanjem. Pošto je njegov pogled usmeren na dinamiku iskustva, a ne na statične elemente i strukture, Džejs primećuje da je osnovna odlika toka ionako stalna promena; ne samo misli, već se ni jednostavne senzacije ne doživljavaju uvek potpuno isto, jer opšte stanje nije isto.

Gendlin: posmatranje, doživljavanje i verbalizacija se smenjuju u dinamičkom odnosu i međusobno utiču jedno na drugo. Rezultat je *felt shift*, doživljeni pomak, tj. promena u onome što se ispituje (*felt sense*). Dakle, fokusiranje dakle, dovodi do promene u sadržaju i promena je željena i uvek pozitivna, doživljava se kao olakšanje, oslobađanje, otpuštanje.

Neurofenomenologija: subjekat u eksperimentu obavlja određeni zadatak i doživljava pri tome nešto; potom neposredno sledi pitanje da obrati pažnju, opiše, analizira taj doživljaj; time sam doživljaj, kao i način njegovom pristupanju postaju deo sadržaja novog stanja. Novo stanje je posledica suspenzije i redirekcije misaonog procesa ka doživljaju tokom obavljanja zadatka, u čemu se suštinski sastoji postupak i što inače ne karakteriše prirodni misaoni proces (vidi Varela, F. & Shear, J., 1999, str. 6–7). Dva stanja se, dakle, dešavaju u različitim vremenskim trenucima, iako su vremenski intervali između njih nekada jako kratki.

Mindfulness: u početnim stadijumima *mindfulness* meditacije postoji izraženiji dualitet posmatrača i posmatranog, koji se smenjuju u kratkim vremenskim intervalima. Kada se, međutim, pažnja stabilizuje i pronade prava distanca prema posmatranom, što naglašavaju i Gendlin i *mindfulness* postupak, moguće je gotovo istovremeno doživljavanje i posmatranje. Kao i kod Gendlina, ovaj novi modus odnošenja prema sopstvenom iskustvu (neizbegavanje iskustva, blizak, prihvatajući i neprocenjući stav

prema sopstvenim doživljajima, čak i kad se radi o neprijatnim sadržajima, koje obično izbegavamo) deluje transformativno na samo posmatrano iskustvo; doživljaj se menja ili nestaje. Upravo u ovome leži ključ terapijskog efekta fokusiranja i *mindfulness* meditacije. Produženo praktikovanje *mindfulness* meditacije otkriva nešto što ostale metode teško da su i mogle da otkriju, pošto su u odnosu na *mindfulness* „kratkog daha“ – odnos između posmatrača i posmatranog, subjekta i objekta se ponekad spontano „dekonstruiše“;²⁷⁹ o tome se u budističkoj tradiciji govori kao o nedualnom stanju; za njega se kaže da je „samospoznato“ (*self-known*), s obzirom na to da je svaki oblik kognicije određen dualitetom subjekta i objekta neprimeren nedualnom stanju.²⁸⁰ O ovome ćemo kasnije reći nešto više.

Poređenje: Primetimo, najpre, da ovo pitanje (Kontova primedba) zadire u same temelje problema svesti i da ne mislimo da možemo u ovoj kratkoj analizi da odgovorimo na njega; čini nam se, međutim, da ono, umesto da podrije temelje svakog pokušaja posmatranja sopstvenog iskustva, upravo afirmiše potrebu za njim: samo iz ugla prvog lica je moguće razumeti dubinu pitanja i tematizovati pitanja koja bi uskoro mogla postati predmet neurofenomenologije, kao što su: problem vremenske dinamike doživljavanja i posmatranja, vrste pažnje tj. optimalnog odnosa prema iskustvu (tj. vrste pažnje) tokom posmatranja, koji opisuju Gendlin i *mindfulness* tradicija, priroda promene iskustva do koje dovodi njegovo posmatranje, kakvu ulogu ima trening pažnje tj. razvijanje resursa pažnje u mogućnosti posmatranja iskustva²⁸¹.

Rani introspektionisti su se trudili da odgovore na Kontovu primedbu, jer je ona zatvarala vrata za konstituisanje introspektivne psihologije; za metode potekle iz pragmatičkog konteksta, striktno razdvajanje posmatrača i posmatranog *a priori* nije relevantno kao u eksperimentalnim situacijama. Kont je svakako pošao od rigidnog i statičnog shvatanja subjekta i objekta iskustva, posmatrača i posmatranog, kao fiksnih

²⁷⁹ Ponekad u određenoj fazi meditacije učitelj „pomaže“ da se to desi instrukcijom: „Posmatraj (pokušaj da pronadeš) ko posmatra“.

²⁸⁰ Kada budisti govore o dualizmu, imaju u vidu dualnost subjekta i objekta iskustva, a ne kao evropska novovekovna filozofija dualizam duha i materije. Iz budističkog ugla je ovaj subjekat-objekat dualizam temeljni dualizam iz koga nastaje svaka druga forma dualizma.

²⁸¹ Suština Kontove primedbe se može videti u tome da bi posmatranje nekog doživljaja skrenulo pažnju sa doživljaja na proces posmatranja i time oduzelo pažnju potrebnu za postojanje samog svesnog iskustva.

entiteta; posmatranje iskustva ne mora se shvatiti kao fiksiranje nekog statičnog iskustvenog entiteta koji postoji *an sich*, već kao posmatranje dinamike iskustva i dinamike odnosa subjekta i objekta u iskustvu. Produženo posmatranje iskustva u *mindfulness* meditaciji, naročito posle koncentrativne stabilizacije, ukazuje na fluidno osciliranje pažnje u kratkim vremenskim intervalima između posmatranja i doživljavanja, koje se, za razliku od eksperimentalnog truda, da se od početka razdvoje dve funkcije, odvija bez napora; otvorena pažnja panoramskog tipa čini mogućim posmatranje kako sama misao nastaje i nestaje, kao i momente praznine između dve misli (o tome se u budističkoj tradiciji govori kao o diskontinuitetu iskustva). Iz psihoterapijskog ugla, činjenica da direktno posmatranje iskustva menja samo iskustvo ne pojavljuje se kao ograničenje, već na esencijalan način deluje terapijski.

8. Pragmatička relevantnost

Osma dimenzija se odnosi na to da li je metoda primenljiva u nekom praktičnom kontekstu (npr. psihoterapija, naučno-istraživačka praksa u drugim disciplinama).

Vunt: ne, strukturalistička psihologija je bila eksplicitno čista nauka.

Džejs: ne, Džejs se nije bavio tim pitanjem, mada funkcionalističkoj psihologiji nije bila strana primenjena psihologija.

Huserl: ne; psihoterapijska fenomenologija – da, redukcija je pre svega vezana za stav terapeuta; on stavlja u zagradu sva teorijska znanja i druga moguća predubeđenja u svom odnosu sa klijentom i nastoji da klijenta razume iz njegovog sopstvenog referentnog okvira; takođe u psihologiji – da, kao metoda kvalitativnog istraživanja.

Gendlin: da, najdirektnije; metode su nastale iz prakse i služe praktičnim ciljevima; fokusiranje je nastalo iz Gendlinove psihoterapijske i istraživačke prakse, a mišljenje na rubu iz Gendlinovog rada (kao profesora filozofije) sa studentima na razvoju sposobnosti mišljenja i razumevanja filozofskih problema i tekstova.

Neurofenomenologija: da, u smislu razvoja nove istraživačke prakse u neurokognitivnoj nauci i istraživanju svesti.

Mindfulness: da, u tradicionalnom kontekstu je cilj primarno pragmatički, kao i u psihoterapiji, gde ima sve širu primenu u tretiranju psihičkih i psihosomatskih problema.

Poređenje: fokusiranje i *mindfulness* imaju direktnu psihoterapijsku, pragmatičku relevantnost kao metode posmatranja i transformacije iskustva. Fenomenologija i neurofenomenologija imaju primenu u istraživačkoj praksi.

9. Veza sa metodama trećeg lica

Dimenzija se odnosi na postojanje tj. nepostojanje intencije povezivanja fenomenoloških podataka sa objektivnim naučnim podacima, tj. na stav o mogućnosti ovakvog povezivanja.

Vunt: strukturalistička introspektivna psihologija je zamišljena kao čista nauka o svesti i nije imala veze sa drugim vrstama istraživanja (za šta teško da su postojali i uslovi u to vreme). Principijelno je verovatno moguće povezati vrstu podataka koju su sakupljali introspektionisti sa savremenim neurofiziološkim podacima, na čemu insistira neurofenomenologija.

Džejms: pristup je pragmatički i deklarativno otvoren za sve metode, prvog i trećeg lica i njihovu saradnju, mada je to u Džejmsovo vreme bilo malo ostvarivo. Verujemo da bi mu se dopala savremena ideja neurofenomenologije.

Huserl: nema indicija da je Huserl imao u vidu konkretnu saradnju dve metodološke paradigme (ali je nije ni negirao); fenomenologija je pre viđena kao osnovnija vrsta istraživanja, koja treba da prethodi empirijskim naukama.

Gendlin: Gendlinova istraživanja su vezana za evaluaciju psihoterapije, te veze psihoterapijskih promena i procene na skali doživljavanja (*experiencing scale*), ali ne znamo da je samo fokusiranje bilo kada bilo konkretno povezano sa objektivnim istraživanjima.

Neurofenomenologija: eksplicitno da, to je glavni njenog razlog postojanja

Mindfulness: tradicionalno ne, (jer u azijskom tradicionalnom okviru nije postojala ideja metoda trećeg lica), ali danas da. *Mindfulness* je sigurno najviše istraživana od svih metoda prvog lica iz ugla naučne metodologije (istraživanja meditacije, evaluacija psihoterapijske primene, neuronaučne studije), ali postoji i saradnja, bar u začetku, u smislu kombinacije verbalnih izveštaja praktičara i fMRI snimaka. Za ovakvu kombinaciju metoda najpovoljniji su dugogodišnji praktičari koji istovremeno mogu da

daju verbalni izveštaj koji je relativno kompatibilan sa terminologijom koju koristi neuronauka; takve praktičare je još uvek teško naći.²⁸²

Poređenje: ne postoji principijelna zatvorenost, kao ni nemogućnost povezivanja metoda prvog i trećeg lica. U ovom trenutku, najaktuelnije veze sa metodama trećeg lica ostvaruju neurofenomenologija i *mindfulness* pristup.

10. Način davanja verbalnog izveštaja

Deseta dimenzija se odnosi na to kako metode izlaze na kraj sa teškim problemom odnosa iskustva i jezika. Mogućnost davanja upotrebljivih verbalnih izveštaja o posmatranom sigurno predstavlja najbolnju tačku metodologija prvog lica iz ugla objektivne nauke. Teškoće u posmatranju sopstvenog iskustva i teškoće u davanju verbalnog izveštaja nisu identične, mada se u izvesnoj meri preklapaju. Zato trening u primeni metoda treba da uključi i trening u izveštavanju o rezultatima posmatranja.

Vunt: problem je u Vuntovoj laboratoriji bio rešavan time što je posmatranje i izveštavanje bilo strogo ograničeno na jednostavne senzorne elemente, za koje je relativno lako pronaći reči u jeziku. Sve ostalo je Vunt smatrao nepodobnim za empirijsko istraživanje i to je bilo eliminisano. U vircburškoj školi je iskrsao veliki problem sa „bespredstavnim elementima“ „mislima o“ i sl., verovatno delom i stoga, što za ovako nešto nisu postojale reči u jeziku (ovi termini su upravo nastali kroz eksperimentalnu praksu). Zato su neki subjekti o tome izveštavali, a neki ne, što je interpretirano kao znak nepouzdanosti introspekcije kao metode.

Džejms: nije sistematski tretirao ovaj problem, ali pominje teškoću u verbalnom opisu tranzitivnih stanja, za koje nije ni postojao termin u jeziku. Džejmsov opis toka je ostao toliko popularan zbog njegovog literarnog dara da opiše neopisivo. On to čini uvodeći nove termine (supstantivna i tranzitivna stanja, rubovi svesti), pronalazeći dobre metafore i primere iz svakodnevnog života koji ukazuju na čitaocu poznata iskustva.

²⁸² Matije Rikar, doktor biologije i dugogodišnji budistički monah jedan je takav eksperimentalni subjekat, koji je radio sa naučnicima Ričardom Dejvidsonom, Antoanom Lucom, Polom Ekmanom i Tanjom Singer. Ideja je da u ovakvim istraživanjima verzirani kontemplativni praktičar i neuronaučnik kao saradnici učestvuju u planiranju i izvođenju eksperimenta. Za to je potrebno da obe strane poseduju izvesnu kompetenciju i u drugoj disciplini, od one u kojoj su primarno.

Huserl: nije eksplicitno tretirao ovaj problem; Huserlovi tekstovi ne sadrže evokativne opise poput Džejmsovih, koji „pozivaju“ direktno na posmatranje sopstvenog iskustva, već njihovo čitanje upućuje čitaoca na logičko-deduktivno mišljenje, većinom iste vrste, kao i drugi, nefenomenološki filozofski tekstovi.

Gendlin: fokusiranje je jedina metoda prvog lica koja eksplicitno tretira problem odnosa iskustva i jezika (*experiencing* i *linguaging*). Iskustvo fokusiranja pokazuje da ni iskustvo ni jezik nisu fiksne kategorije, već da stalno povratno utiču jedno na drugo – nove reči otvaraju mogućnost za nova iskustva; nova iskustva rađaju novi verbalni izraz. Iskustvo fokusiranja pokazuje da, ukoliko uvažimo ovaj dinamičan, procesni i kreativni karakter odnosa doživljavanja i verbalizacije, problem gubi težinu i tvrdokornost, koju ima kada pođemo od statične slike iskustvenog domena (koji se sastoji od elemenata od kojih su mnogi neizrecivi) i jezika (koji se sastoji od pojmova sa utvrđenim značenjima). Fokusiranje se može shvatiti delom i kao veština pronalaženja adekvatne verbalne artikulacije za neposredno doživljeno. U tom smislu bi moglo da se koristi kao deo treninga za primenu bilo koje druge metode.

Neurofenomenologija: u fazi treninga pre eksperimenta subjekti daju slobodne opise traženog iskustva, na osnovu kojih potom u razgovoru sa eksperimentatorom, definišu sopstvene iskustvene kategorije i fenomenalne invarijante, koje koriste prilikom davanja odgovora u samom eksperimentu. (upor. Lutz, A. & Thompson, E., 2003).

Mindfulness: koliko god da je *mindfulness* meditacija mnogo istraživana poslednjih godina, ima jako malo istraživanja fenomenologije meditacije na Zapadu, a i postojeća istraživanja imaju metodološke teškoće i uglavnom su rađena na početnicima u meditaciji (vidi Walsh, R., 1990). Jedna od teškoća je sigurno i teškoća u verbalnoj artikulaciji veoma kompleksnog iskustva, koje se odvija u dužim vremenskim periodima. O iskustvima *mindfulness* meditacije postoji, doduše, daleko najbogatija literatura od svih metoda prvog lica, od opisa raznih aspekata svesnog iskustva, do instruktivnih tekstova, od tekstova koji su pisani poetskim i metaforičkim jezikom, do tekstova koji po stilu nalikuju analitičkoj filozofiji. Čitanje i interpretacija ove bogate literature nastale u toku više od dve hiljade godina na raznim jezicima (pali, sankrit, tibetanski, kineski, japanski...) skopčana je, međutim, sa velikim problemima. Oni nisu napisani po standardima savremene nauke, da bi mogli da se koriste kao direktan materijal u istraživanjima. Njihova interpretacija, od koje bi savremena nauka o svesti

mogla da ima koristi, povezana je sa raznim teškoćama, što ćemo uskoro prokomentarisati u tački b.

Poređenje: Problem davanja verbalnog izveštaja se nešto lakše rešava u ograničenim eksperimentalnim situacijama, ali je naročito težak kada je način posmatranja otvoreniji i kada ono duže traje. Bar tri metode (Džejms, Gendlin, *mindfulness*) koje posmatraju prirodan tok iskustva, otkrivaju u toku niz sadržaja za koja je teško pronaći verbalnu artikulaciju. Neizrecivost domena *qualia* je jedna od njegovih definišućih odlika, kao što smo pokazali i u trećem poglavlju. Deskripcije toka su utoliko bolje, ukoliko su metafore evokativne (kao što je „tok“), ukoliko sadrže primere koji ukazuju recipijentu na vrstu iskustva koju može da posmatra (kao Džejmsov primer „na vrhu jezika“ iskustva za posmatranje rubova svesti) ili ukoliko sadrže pitanja ili instrukcije koje pokazuje recipijentu kakav stav da zauzme, kako bi mogao nešto da posmatra. Problem odnosa iskustva i jezika mora da pođe od uvažavanja ovih uvida o prirodi iskustvenog domena iz ugla prvog lica; u protivnom, može jedino da redukuje duh i svest na konceptualno jasno definisane entitete i operacije i time stvori sliku o njima, koja hvata u najboljem slučaju samo jedan deo njihove prirode. Korak dalje, iz tog ugla, sve što izmiče ovako konstruisanoj slici (domen *qualia*) može čak biti proglašeno za nepostojeće!

Svesni procesi postaju sve dostupniji posmatranju kroz samo posmatranje; kroz posmatranje se dalje razvija novi vokabular potreban za opis posmatranog; ovaj novi vokabular otvara i drugim ljudima mogućnost da bolje posmatraju one aspekte iskustva koji su dotada, u nedostatku verbalne artikulacije, ostajali na marginama svesti i bili previđani. Ovakav kolaborativni projekat je zapravo bio deo nekih kontemplativnih tradicija. Pokušaj prevođenja termina koje ove tradicije koriste na engleski jezik ukazuju takođe na to da odnos iskustva i jezika nije unapred dat, već nastaje kroz određenu vrstu prakse. Engleski jezik ima samo termin *mind* tamo gde jezici kontemplativnih tradicija poput tibetanskog ili sanskrita poseduju niz različitih termina koji se odnose na različite aspekte i nijanse značenja onoga što se podrazumeva pod *mind*, koji su neprevodivi na engleski drugačije nego opisno ili kreiranjem novih engleskih kovanica. Ova razlika u terminologiji je posledica razlika u postojanju tj. nepostojanju istorije kontemplativnog, fenomenološkog istraživanja u dvema kulturama.

Problem na koji se odnosi deseta dimenzija je najteži problem na putu uspostavljanja komunikacije između disciplina koje se bave iskustvom (psihoterapija, kontemplativne discipline, fenomenologija) i *mind sciences* (kognitivna nauka, neuronauka, filozofija duha), koje duh vide kao predmet objektivnog istraživanja, bez pogleda iz unutra. Mnogi predstavnici obe strane ne spore da je ovakva komunikacija neophodna za buduće istraživanje svesti, ali izgradnja konceptualnih mostova između njih ne ide brzo ni lako. To je ipak put koji se ne može zaobići, jer u protivnom ostajemo zatvoreni u jednoj od dve slike duha, koje nemaju nikakve veze jedna sa drugom. Kognitivni neuronaučnik Kris Frit o tome kaže: „Glavni program nauke 21. veka je da pronade kako iskustvo može da se prevede u izveštaj i da nam tako omogući da razmenjujemo naša iskustva“ (citirano po Thompson, E., 2008, str. 228).

6.4. Diskusija nalaza

Tematska komparativna analiza šest metoda otkrila je zajedničke i specifične probleme koje imaju metode, jake i slabe strane svake metode, kao i neke međusobne srodnosti. Tako izgleda da neurofenomenologija aktualizuje posle sto godina ponovo tip metode koji je po strukturi nalik na Vuntovu, danas u potpuno novom naučnom miljeu neuronauke, kao jedne od najdinamičnijih disciplina poslednje decenije. Prva razlika u odnosu na Vunta je što je neurofenomenologija na esencijalni način povezana sa aktuelno najmoćnijim metodama trećeg lica (savremene neurotehnologije), a druga, što autori ovog pristupa grade teorijsku osnovu na konstruktivističkim osnovama i uvode nereprezentacionalističke kriterijume validnosti izveštaja prvog lica, poput performativne koherencije (Bitbol, M. & Petitmengin, C., 2013). Savremena popularnost *mindfulness* meditacije, koja prevazilazi okvire nauke i psihoterapije, aktualizuje, sa druge strane, psihološka zapažanja Vilijema Džejmsa i fenomenologiju. Izdvojili smo iz naše komparativne analize nekoliko tema najinteresantnijih za dalju diskusiju.

a. Pažnja i unapređenje metoda prvog lica

Za primenu metoda prvog lica potrebna je izvesna stabilizacija pažnje, dakle prethodni trening. Mogućnosti posmatranja i ispitivanja neposrednog svesnog iskustva nisu jednom zauvek date, već se mogu razvijati, daleko preko svega što je dosada bilo

zamislivo u zapadnoj psihologiji, koja se doskora nije ozbiljno bavila procesima pažnje i ispitivanjem vrsta pažnje.²⁸³ Stoga je ova varijabla ostala zanemarena i u proceni mogućnosti metoda prvog lica. Naše uporedno ispitivanje metoda prvog lica nastoji da teškoće eksplicitno tematizuje, jer to je put ka mogućnosti njihovog prevazilaženja, umesto da, kao što je to često, teškoće *a priori* tretira kao metodološko ograničenje i osnovu za odbacivanje metode. Metode prvog lica su teške i zahtevne upravo zato što pretpostavljaju ispravno koncipiran trening subjekata. Drugi način za poboljšanje dostupnosti i jasnoće podataka, čak ponekad i o „mikroprocesima“ iskustva je razvoj procedure postavljanja pitanja. Na tome u okviru neurofenomenologije poslednjih godina radi Kler Petimanžen sa saradnicima. Njen intervju (*elicitation interview*) izvlači pomoću niza pitanja podatke o kojima subjekat ne bi obično dao izveštaj, zato što ne obraća pažnju na takve podatke, iako nisu nesvesni.²⁸⁴ Procesi pažnje su temeljni za svaku vrstu posmatranja; kada je fokus posmatranja na strani subjektivnog iskustva, pažnja je jedini instrument kojim raspolažemo, pa je stoga presudan za uspeh procedure, za razliku od situacije objektivnog istraživanja, gde je fokus na strani spoljašnjih odgovora, gde je moguće primeniti i druge instrumente poput testova, aparata, statističkih modela.

Pogled na procese pažnje iz ugla prvog lica otkriva nove momente, koje nije moguće otkriti iz eksperimentalnih nacrtu kognitivne psihologije, u kojima se meri neka dimenzija odgovora subjekta na eksperimentalni zadatak. Ilustrovaćemo to primerom iz *mindfulness* meditacije (s obzirom na to da se o fenomenalnoj svesti najbolje može govoriti pokazivanjem). Na početku *mindfulness* meditacije, registrujemo neprekidnu promenu sadržaja svesti (misli, senzacije, sanjarenja, prisećanja, brige, procene, unutrašnji razgovori itd), tačno onako kako je to opisao Vilijem Džejms, kao i gotovo potpunu nemogućnost da sledimo instrukciju. Taj prvi pogled (bez pokušaja da se napravi drugi ili treći korak) je ono što je mnoge verovatno odvratilo od posmatranja sopstvenog iskustva kao nemogućeg zadatka i uverilo Džejmsa da je treniranje pažnje

²⁸³ Moguća primedba da trening menja prirodno stanje izgleda nam prilično irelevantna, jer ne postoji način da utvrdimo šta je prirodno, naročito iz ugla neuroplasticiteta. Razne kulturne prakse neprekidno menjaju mozak. Šta bi bilo prirodno – mozak pećinskog čoveka, bebe? Da li je prirodno živeti u svetu u kojem se reklame i medijska propaganda svih vrsta na svakom koraku bore da „ukradu“ našu pažnju?

²⁸⁴ Slično se dešava u psihoterapiji; ukoliko terapeut postavlja dobra pitanja koja upućuju klijenta na specifično i precizno samoposmatranje, dobija se sasvim druga slika o dostupnosti znanja svesti, nego što je sugerisala psihoanalitička koncepcija nesvesnog.

nemoguće.²⁸⁵ Pokušaj da se pažnja zadrži na zadatku posmatranja rezultuje u početku uvek neuspehom; da je pažnja odlutala,²⁸⁶ možemo da primetimo tek indirektno, *post hoc*, kada se pažnja vrati na zadatak posmatranja (to je jedan *mindful* momenat). Retrospektivno možemo u tom trenutku da primetimo, da tokom lutanja nije postojala jasna svest o onome čega smo svesni, iako možemo da se prisetimo jednog dela sadržaja (to je bio *mindless* momenat). Ova vrsta neprisutnosti u sopstvenom iskustvu je uobičajeno, „normalno“ stanje svesti kod većine ljudi i to najveći deo vremena. Uočavanje kontrasta između ove dve vrste stanja (*mindful/mindless*) je prvi uvid o pažnji iz ugla prvog lica (ili recimo: kontemplativni uvid). Ovo može svako da proveri, ukoliko pokuša da u narednih pet do deset minuta fokusira pažnju na neki objekat (najbolje za početak sopstveno disanje, vizuelni objekat, eventualno zvuk). Ukoliko, međutim, ne odustanemo od zadatka posmatranja na prvom koraku i nastavimo da mu se vraćamo sa tolerantnim stavom prema sebi, primetićemo da provodimo sve duže periode u stanju budnosti (*mindful*), smirenosti i živog prisustva sa zadatkom posmatranja; kapacitet za posmatranje raste tokom praktikovanja, a sposobnost da se bude prisutan na opušten i prirodan način u toku iskustva biva implementirana (*hardwired*) u mozak, tj. vežbanje dovodi do njegovih strukturalnih i funkcionalnih promena, što je trenutno jedna od najaktuelnijih tema istraživanja neuroplasticiteta. Iz ovog ugla postaje jasno zašto metode prvog lica bez ovakvih pripremnih faza nemaju veliki domet.

b. Problemi razumevanja fenomenološkog teksta

Problem čitanja fenomenološkog teksta proističe iz samog epistemološkog problema fenomenalne svesti. „Kako je biti u nekom iskustvu“ teško možemo opisati rečima i teško možemo razumeti na šta se reči odnose, ukoliko sami nismo imali to iskustvo. Ukoliko se, na primer, radi o budističkom tekstu koji se odnosi na meditativna stanja, za koja ne postoji referentni konceptualni okvir u našem dosadašnjem mišljenju i iskustvu,

²⁸⁵ Danas se, trening pažnje zasnovan na nekom vidu *mindfulness* meditacije nudi u Americi gotovo masovno od vrtića do firmi, a taj trend stiže i u Evropu. Pogled na pažnju iz ugla prvog lica koji je promakao objektivnoj psihologiji se pokazao kao pragmatički izuzetno relevantan.

²⁸⁶ Neprijatne emocije, „nezavršeni poslovi“, brige naročito jako ometaju pažnju, ali čak i u relativno neutralnom stanju ovaj zadatak nije nimalo lak za početnika.

greške u interpretaciji su gotovo neizbežne.²⁸⁷ Međutim, iskustvo u kontemplativnoj praksi, posle određenog vremena, tekst čini sve razumljivijim, bez obzira na činjenicu što čitalac pripada drugoj kulturi. U tradicionalnom okviru u budizmu ovo oslanjanje na autoritet ličnog iskustva ima visok značaj. Pomenuli smo već da je deo filozofskog obrazovanja tibetanskih učenjaka kontemplativni trening, koji se smatra esencijalnim za kompetentno tumačenje i komentarisanje budističkih tekstova. Razumevanje teksta je posredovano živim iskustvom određene vrste, koje omogućava primena metode. Praksa koja je već zaživela u prevođenju budističkih tekstova je da prevodioci takođe imaju izvesno praktično iskustvo. Psihoterapeuti koji primenjuju MBI (*mindfulness-based interventions*) sa klijentima i sami praktikuju *mindfulness*. Mnoga rana istraživanja *mindfulness* meditacije izvedena od 60-ih do 80-ih godina (dobar pregled pružaju zbornici radova Shapiro, D. & Walsh, R., 1984 i West, M., 1990) u okviru zapadne psihologije, gde istraživač nije dovoljno poznao postupak iznutra (fenomenologiju meditacije), hvatala su uzgredne i sporedne aspekte procesa, merila sve što se moglo izmeriti (pragove osetljivosti, čitavu paletu fizioloških mera, crte ličnosti i sl.); rezultat je ponekad bio „prepisivanje“ meditacije kao tehnike relaksacije ili redukcije visokog krvnog pritiska. Iako time nije napravljena nikakva šteta, korist za razumevanje esencijalnih procesa tokom meditacije je bila minimalna. Psihološko interesovanje za meditaciju je istinski urodilo plodom tek poslednjih desetak godina, pošto je teren pripreman više od 40 godina. Toliko vremena je trebalo, naime, da susreti sa budističkim učiteljima, uz sve veću dostupnost budističkih tekstova na engleskom jeziku i ličnu praksu i „traženje puta“ jedne generacije psihologa i psihijatara, dovedu do nivoa istinskog razumevanja i kompetencije, sa kojom se danas *mindfulness* postupak „prevodi“ u jednu novu psihoterapijsku paradigmu (navedimo nekoliko vodećih imena: Rik Henson, Danijel Sigel, Ron Sigel, Džoan Borisenko, Keli Mek Gonigal, Jon Kabat Zin, Tara Brak, Marša Lineham). Da li ovaj psihoterapijski modus praktikovanja *mindfulness* prakse predstavlja njenu reinterpretaciju, koja će uneti novinu u *mindfulness* tradiciju? Verujemo da hoće, a kakvu, postaće jasnije za par decenija. Iskustvo života u 21. veku donosi velike i nepredvidljive novine i striktno

²⁸⁷ To je gotovo redovno bio slučaj sa psihoanalitičkim čitanjima budističkih tekstova, koja nisu imala gotovo nikakve dodirne tačke sa sadržajem tekstova, što smo već pomenuli. Da to nije problem psihoanalize *per se*, govori primer Marka Epstajna, koji je psihoanalitičar, ali i dugogodišnji praktikant budističke meditacije. Njegove knjige o dodirnim tačkama ove dve tradicije (*Thoughts Without A Thinker, Going to Peaces Without Falling Apart*) ne prave grube konceptualne greške koje su toliko česte u ovoj vrsti literature.

držanje tradicije bi bio rigidan i neprirodan stav. Primetimo ovde nešto značajno. Takve reinterpretacije su već poznate proučavaocima istorije budizma i njegovog širenja po raznim azijskim zemljama. *Čan*²⁸⁸ stil praktikovanja, podučavanja i filozofiranja je sasvim različit od tibetanskog (da i ne govorimo o više spoljašnim manifestacijama), a dve kulture su do 1959. godine imale minimalne kontakte. Šta im je onda zajedničko? Samo tekstovi budističkih sutri tj. njihovi prevodi sa sanskrita na tibetanski i kineski? Mi verujemo da postoje i druga povezujuća nit. Ono što je uz tekstove bilo zajedničko dvema tradicijama, a što pri njihovom prvom aktuelnom susretu na Zapadu postaje evidentno²⁸⁹ je *mindfulness* postupak. Inače, u različitim kulturama (i tu bi hermeneutička primedba našem, pragmatički okrenutom, komparativnom istraživanju metoda prvog lica različitog porekla, bila na mestu) dolazi do masivnih grešaka u interpretaciji tekstova, kakvih je, na primer, bila puna rana istorija odnosa psihologije i budizma. Tumači koji nisu imali lično iskustvo sa budističkom meditacijom pravili su greške u tumačenju pojmova ili čak zamenjivali jednu metodu sa drugom. Jung je čak tvrdio da duša „istočnog“ i „zapadnog“ čoveka ima različitu strukturu, te da su dva pristupa duši (meditacija i psihoterapija) nesamerljiva. *Mindfulness* pristup neposrednom iskustvu, pokazao se, međutim, primenljivim kod ljudi iz najrazličitijih kultura i vremena, čiji su jezici veoma različitih struktura, što baca drugačije svetlo na stav o odnosu jezika i iskustva, koji je danas rasprostranjen kod mnogih analitičkih i postmodernih filozofa.

c. Korak dalje u komparativnoj analizi – svest i svesni procesi iz ugla prvog lica

Ideja da je o fenomenalnoj svesti moguće napraviti nauku po modelu prirodnih nauka, nije se pokazala kao naročito plodna. Tretiranje fluidnog, živog, stalno promenljivog toka iskustva analitičkim postupcima, koji ga najpre „reifikuju“, „zaustavljaju“ tok da bi „secirali“ isečke svesnog iskustva u potrazi za invarijantnim elementima i strukturama, ostavlja u kranjem ishodu utisak inferiornosti u odnosu na prirodne nauke, iz kojih je takva metodologija potekla. Metode prvog lica koje su nastale iz pragmatičkog

²⁸⁸ Čan je kineska forma budizma; u japanu poznat kao zen.

²⁸⁹ U međuvremenu postoje i zapadni praktičari koji imaju dugogodišnju istoriju prakse u okviru dve različite tradicije i oni su verovatno najkompetentniji za poređenje metoda. Autorka je sreća dve takve osobe i sada žali što je susret ostao na nivou neformalnog razgovora, jer bi podaci prvog lica o sličnostima i razlikama zena i tibetanskog budizma dobijeni u strukturiranom intervjuu bili interesantni za ovakvu kvalitativnu analizu.

konteksta (bez naučnog modela u pozadini) pokazuju neobičnu plodnost, ne samo u pragmatičkom (npr. psihoterapijskom), već i u epistemičkom smislu. One ukazuju na važne aspekte psihičkog funkcionisanja koji ostaju potpuno skriveni pogledu „trećeg lica“. Metode koje polaze od prirodnog toka iskustva su nezamenjive za razumevanje fenomena svesti, jer je živo iskustvo upravo ono što je u objektivnim modelima duha i svesti potpuno stavljeno u zgradu. Zato želimo da pogledamo još jednom izbliza tri metode koje posmatraju tok svesti na prirodan, nerestriktivan način, u prirodnim, neeksperimentalnim situacijama i sa otvorenim krajem – opis toka svesti Vilijsa Džejsa, fokusiranje i *mindfulness*. Tri slike svesnih procesa i toka, iako sasvim različitog porekla, pokazuju, smatramo, visoku kompatibilnost; osobenost *mindfulness* meditacije je prolongirano posmatranje svesnih procesa, koje ide korak dalje u odnosu na druge dve metode. Iz ugla ove budističke prakse, Džejsov opis toka svesti i Gendlinovo fokusiranje moguće je videti kao inicijalne faze *mindfulness* meditacije.

Pet odlika toka svesti koje opisuje Džejs (stalna promenljivost, postojanje subjekta iskustva, kontinuitet, intencionalnost, selektivnost svesti) prisutne su u iskustvu početnog stadijuma *mindfulness* meditacije. U naprednoj fazi praktikovanja, slika se, međutim, veoma menja.

Početa opservacija o toku svesti se kod Džejsa, kao i u *mindfulness* meditaciji, odnosi na sveopšte prisustvo „ja“ aspekta iskustva, u svakom svesnom doživljaju; izgleda kao da svaki doživljaj referiše na „ja“; sve senzacije, misli, želje, planovi, sećanja, emocije, pripadaju „meni“ i „ja“ se prema sadržajima odnosi sa stavom približavanja, izbegavanja ili indiferentnosti (prvi pažljiv pogled iznutra na iskustvo otkriva dotada neslućenu egocentričnost!). Ukoliko, međutim, ostanemo duže vreme prisutni (*mindful*) sa tokom svesti, bez sleđenja, potiskivanja i elaboracije sadržaja (što je glavna *mindfulness* instrukcija), doživljaj „ja“ se menja. „Ja“ se pojavljuje sve više kao jedan od sadržaja svesti, a ne kao izvor ili „posednik“ svesnih iskustava (nešto slično je primetio još Hjum!); poput drugih sadržaja, „ja“ je prolazno i diskontinuirano; može se posmatrati kako se „ja“ pojavljuje i nestaje. Posmatranje, dalje, pokazuje fragilnost doživljaja ličnog identiteta; autonomno, jedinstveno i postojano ja se ne može

naći nigde u iskustvu. Ovde je dalje moguće, kao što smo već pomenuli, postaviti kontemplativno²⁹⁰ pitanje: ko posmatra sva ova iskustva?

Kada je reč o stalnoj promeni sadržaja u toku svesti, kontinuitetu samog toka i selektivnosti svesti, odlikama koje je ustanovio Džejsms, njih nalazimo i na početku *mindfulness* meditacije. Na sličnim zapažanjima o nepostojanju postojanih i uvek identičnih sadržaja svesti, počiva i budističko učenje o prolaznosti i nepostojanosti svih fenomena, kao jednoj od tri temeljne odlike egzistencije (pali *anicca* tj. sanskrit *anitya*). Posmatranje toka u *mindfulness* meditaciji ne otkriva stabilne, invarijantne sadržaje, niti pretežno racionalni sled misli; mišljenje pre nalikuje divljem majmunu, koji skače sa grane na granu, kako to opisuje *čan* majstor Linđi²⁹¹ iz 9. veka. Džejsms je otkrio da između supstantivnih, izdiferenciranih stanja, na kojima počivaju dotadašnji opisi sadržaja svesti britanskih empiričara, postoje kratki, neizdiferencirani trenuci, a oko supstantivnih stanja postoje oreoli aktivne praznine, bez jasnih karakteristika. Gendlinov pojam *felt sense* se odnosi takođe na taj difuzni, živi, relacioni kontekst, koji sve vreme okružuje više fokalne i diskurzivne sadržaje. Tranzitivna stanja, rubovi, *felt sense* predstavljaju jedan aspekt stalno prisutnog diskontinuiteta u reprezentacionim, diskurzivnim, supstantivnim aspektima svesti, koje je Gendlinovom metodom moguće u izvesnoj meri artikulisati. Značenje praznine i diskontinuiteta u supstantivnim sadržajima u *mindfulness* meditaciji, međutim, ide korak dalje od tog difuznog neartikulisano prostora oko misli i emocija. U daljem toku meditacije, pojavljuje se vrsta šire, dublje svesnosti, koja ima nelični kvalitet i relativno je slobodna od misli i emocija. Njen kvalitet se najčešće opisuje spacijalnim metaforama, (prostranost, širina, otvorenost, panoramski pogled) zbog čega se ponekad označava kao *big mind*. Ovde svi sadržaji (misli, opažaji, ja doživljaj, emocije...) gube solidnost i bivaju doživljeni na nevezan, neselektivan, fluidan, transparentan način. Intencionalni karakter svesti takođe gubi težinu, svesnost se opisuje kao jasna i prozirna, ali je u manjoj meri „svesnost o“ nečemu posebnom. Uobičajena usmerenost ka cilju, želje, planovi, ustupaju mesto spontanosti u delovanju. Iz ovog ugla se uobičajeno shvatanje lične slobode (raditi ono

²⁹⁰ Pod kontemplativnim pitanjima ovde i na drugim mestima u tekstu podrazumevamo pitanja koja ne pozivaju intelekt na analzu i teoretisanje, već na korak ka (ili korak dalje u) posmatranju neposrednog iskustva. Na njih nema tačnih i pogrešnih odgovora, ona služe kao „katalizatori“ iskustva. U tom smislu i *qualia* „kako je biti“ pitanje možemo videti kao kontemplativno pitanje.

²⁹¹ Vidi: Linji Yixuan: *Das Denken ist ein wilder Affe*, 1996 .

što se želi), pokazuje pre kao kompulsivan i uslovljen način postojanja. Suprotnost mentalnoj usmerenosti, planovima, željama i ciljevima, međutim, nije, kako bi to na prvi pogled moglo izgledati, pasivnost, već spontanost. Delovanje iz ovog šireg prostora svesnosti i prisutnosti u iskustvu (*big mind*) karakteriše lakoća, spontanost i često velika spretnost u odgovaranju na aktuelne zahteve situacije; njega u *čanu* ponekad nazivaju ne-delanje (*non-doing*).

Gendlinovo fokusiranje takođe možemo videti kao prvu fazu *mindfulness* meditacije; ono joj nalikuje i po instrukciji (preusmeravanje pažnje sa procenjivačko interpretativnog modusa odnosa prema emocijama i mislima, na „naivno“ posmatranje kako se one pojavljuju u neposrednom otelovljenom iskustvu: posmatranje sa „pravom distancom“ i otvorenim fokusom pažnje). Razlika je u tome što Gendlinova metoda dalje pravi korak ka imenovanju novog iskustva, dok se u *mindfulness* meditaciji to uglavnom ne čini.²⁹² Odnos prema emocijama u dva pristupa pokazuje sličnost; umesto distanciranja, analiziranja, izbegavanja, obe metode prave korak ka kontaktiranju neposrednog iskustvenog kvaliteta emocionalnog doživljaja²⁹³ i otkrivaju, da ovaj korak vodi oslobađanju i promeni u doživljaju emocije (*release, felt shift*). Ispitivanje emocija i njihovog značenja (*felt sense* i *felt meaning*) karakteristično za psihoterapiju, može međutim da bude beskonačni proces; *mindfulness* meditacija, polazeći od *felt sense*, umesto u pravcu verbalizacije i istraživanja značenja, pre „otvara prozor“ ka iskustvu nedefinisane, bazične senzitivnosti, živosti, energije i „*joie de vivre*“ samog iskustva postojanja, koje je šire od svakog posebnog oblika odnošenja prema životnim situacijama, koje su osnova *felt sense* iskustva. Ova elementarna vrsta osetljivosti živog organizma u svetu (eng. *sentience*) je u budizmu, videli smo, određujuća odlika svesnosti. Iz ovog ugla se emocije pojavljuju više kao ornament svesnosti; one gube svoju težinu i „porobljavajuću“ moć. Disocijacija duha i tela, prisutna u uobičajenom

²⁹² Ponekad *mindfulness* instrukcija za početnike sadrži takođe imenovanje trenutnog iskustva, bez dalje elaboracije. Verujemo da ono pretežno ima funkciju da olakša početniku praksu (prvi susret sa „divljim majmunom“). Kakav tačno ima značaj (i da li je neopohdna) verbalizacija u procesu istraživanja iskustva, smatramo veoma interesantnim pitanjem, koje izgleda još nije empirijski proučavano. Verbalizacija je svakako mnogo značajnija u dijadnoj terapijskoj situaciji, nego u solitarnoj praksi, takođe u istraživanju metodama prvog lica, ali je otvoreno pitanje da li imenovanje po sebi ima (i ako ima kakav je) terapijski efekat u samom posmatranju iskustva.

²⁹³ *Felt sense* nije emocija; emocije su jasno diferencirana supstantivna stanja svesti, *felt sense* je difuzni rub svesti koji sadrži bogatu matricu implicitnih značenja i relacija, na kojima se konstituiše sama emocija. Psihoterapijski rad sa emocijama je sasvim drugačiji od rada sa *felt sense*.

iskustvu (koja je verovatno implicitna, iskustvena osnova svakog misaono elaboriranog, filozofskog dualizma) takođe se gubi. Iz prethodnih opisa se dalo naslutiti i na koji način ova vrsta svesnog prisustva u iskustvu može isceliti svaki oblik patnje. I psihoterapeut Jon Kabat Zin kaže nešto slično: „U MBSR (*Mindfulness Based Stress Reduction*) naglašavamo da su svesnost i mišljenje vrlo različite sposobnosti. Obe su naravno moćne i vredne, ali iz *mindfulness* ugla je svesnost ono što leči, a ne misli. Iz ovog ugla, ničemu ne treba popravka. Ne moramo se truditi da nešto prestane, promeni se ili nestane...sabrana svesnost može da obuhvati sve što se pojavljuje, sve što se doživljava...” (Jackie Gardner-Nix, J. & Kabat Zin, J., 2007, str. vii-vii).

d. *Exkurs*: O nedualnom

Pošto zapadna psihoterapija već koristi jednu budističku metodu kao terapijski postupak, važno je pogledati na trenutak i kuda ona vodi u tradicionalnom okviru praktikovanja, iznad ograničenih dobrobiti u vidu smanjenja simptoma depresije ili anksioznosti. Kognitivni psiholog Eleonor Roš (Rosch, E., 1997, str. 6–7) smatra da pogled na ovaj drugačiji modus znanja i postojanja koji opisuje budistička kontemplativna tradicija (a koji u prvom redu ima iskustvenu, a ne hipotetičko-deduktivnu osnovu)²⁹⁴ daje daleko širi portret ljudskog bića i njegovih mogućnosti u odnosu na zapadnu (kognitivnu) psihologiju, koja duh vidi jedino kao funkcionalni egzekutivni sistem, koji reprezentuje odlike spoljašnjeg sveta i procesira informacije, proizvodeći odgovore na zadatke (što proizlazi iz same *input–output* metodološke paradigme kognitivne psihologije, iz koje je i nemoguće „uhvatiti“ neki drugi aspekt duha od ovoga); sistem koji je esencijalno otuđen od sveta. Iz budističkog ugla je u tom dualističkom modusu postojanja i kognicije krajnji izvor patnje.²⁹⁵

²⁹⁴ Za razliku od zapadne filozofije, sva centralna budistička učenja (o nepostojanju intrinzičkog sopstva, o međuzavisnom nastajanju, praznini) i sl. imaju iskustvenu osnovu (možemo reći počivaju na određenoj fenomenologiji), a ne samo logičko-deduktivnu filozofsku elaboraciju. U indo-tibetanskoj tradiciji koja je jako intelektualna u odnosu na praktični duh *čana* tj. *zena*, mnogo pažnje je posvećeno filozofskoj i logičkoj artikulaciji ovih temeljnih budističkih učenja, tako da se može steći utisak da se radi o čisto konceptualnom obliku argumentacije, što nije nikada u potpunosti slučaj.

²⁹⁵ Iz tog ugla možemo da vidimo kontinuitet između krajnjih i ograničenih dometa primene budističke kontemplacije. Ukoliko kontakt sa sopstvenim iskustvom i direktniji i spontaniji kontakt sa drugim ljudima i svetom smanji nivo otuđenja i redukuje simptome i patnju klijenta u psihoterapiji, to je zapravo prvi korak na istom putu, kojim, sa širom vizijom, idu posvećeni budistički kontemplativni praktičari.

Nedualno stanje, o kome govori mahajana budizam, prevazilazi sve ograničene dobrobiti od meditativne prakse o kojima smo dosada govorili. Ono prevazilazi i sve dualističke koncepte; stoga je o njemu striktno rečeno nemoguć govor, zbog dualizirajuće prirode jezika. Nije čudo da je budističko *shunyata* (obično se prevodi kao praznina, eng. *void* ili *emptiness*) učenje izazvalo na Zapadu tako mnogo pogrešnih interpretacija, koje verovatno nisu uzimale u obzir drugačije značenje reči, kao i drugačiju upotrebu jezika, kakvu budistički tekstovi imaju u vidu.²⁹⁶ Svaka upotreba govora o nedualnom je zavodljiva, čak i njegovo imenovanje (*no-mind* u zenu, primordijalno stanje u tibetanskom *dzog-čen* učenju, Budina priroda, *shunyata*) je prvi korak ka dualizaciji i ontologizaciji, koja onda može da poprimi karakter eternalizma ili nihilizma, što su oblici mišljenja koje kritikuje mahajanska *mainstream* filozofija *Madyamika*; zato budistički učitelji često ukazuju na čisto pragmatički kontekst upotrebe govora o nedualnom. „Sva verbalna učenja služe samo lečenju bolesti. Kako bolesti nisu iste, nisu isti ni lekovi. Zato se nekada kaže da Buda postoji, a nekada da Buda ne postoji. Istinite reči su one koje leče bolest; ukoliko je lečenje uspešno, reči su istinite; ukoliko je neuspešno, reči su lažne. Istinite reči postaju lažne kada se pretvore u tvrdokorna uverenja. Lažne reči postaju istinite kada se probiju kroz iluziju (*cut through delusion*). Pošto su bolesti nestvarne, postoje samo nestvarni lekovi za njih.“(Kineski *čan* majstor Baizhang; iz zbornika „Klasici budizma i zena“ Cleary, T., 2005, str. 538, prevela sa engleskog IH). Govor je vešto sredstvo²⁹⁷ koje treba da pomogne praktičaru, ali je govor o nedualnom, kao i svaki govor o fenomenalnom nužno metaforičan i ostenzivan. Ovde je to očiglednije, jer nedualno ne može posedovati nikakav referentni okvir u iskustvu dualnog. Nedualno nije viđeno kao promenjeno stanje svesti, tj. kao meditativnom praksom konstruisano stanje;²⁹⁸ naprotiv, nedualno je osnova svakog običnog dualnog iskustva; stoga, svaki meditativni stav u ovoj fazi mora biti napušten. Budističke tradicije koje se označavaju kao nedualni direktni putevi, za koje se smatra

²⁹⁶ Praznina (*shunyata*) ovde ne označava nikakvu vrstu vakuuma, na šta bi reč na prvi pogled mogla da upućuje, već odsustvo supstancijalnosti tj. inherentnog postojanja svih fenomena (bilo na strani subjekta ili na strani objekta). Fenomeni su u svom nastajanju međusobno uslovljeni (sanskrit: *pratityasamutpada*) i „prazni od“ intrinzičkih odlika.

²⁹⁷ Sanskrit: *Upāya kaushalya*, eng. *skillful* ili *expedient means*

²⁹⁸ O nedualnom se ne govori kao o promenjenom stanju svesti, u smislu promene modela reprezentacije stvarnosti, tako da stvarnost izgleda drugačije; ovde je pre reč o odsustvu svakog modela reprezentacije (tj. njegovog korišćenja).

da su namenjene praktičarima najviših sposobnosti, stalno iznova naglašavaju, da je nedualno prisutno u svakom običnom iskustvu koje imamo i da ga stoga ne treba tražiti nigde drugde (često majstori nedualnih direktnih puteva naglašavaju da su *samsara* i *nirvana* isto, kao i potrebu za potpunom transcendencijom svake ideje o transcendenciji)²⁹⁹. Izabrali smo sledeće odlomke iz dela velikog tibetanskog *dzog čen* majstora iz 14. veka Longčenpe (Longchen Rabjampa) u prevodu sa tibetanskog Kita Donovana (Donowan, K., 2013) koji se odnose na opis nedualnog, interesantan i za našu tematiku fenomenalne svesti (prevela sa engleskog IH).

„U suštini čistog luminoznog³⁰⁰ duha nema ničega što se vidi niti akta viđenja, ničega za gledanje i nikoga ko gleda, nikakvog duha koji meditira niti ičega o čemu meditira; zato što su pojam i akt jedno u spontanosti, nema ni traga cilju, ni naznake odredišta (str. 31). Polje nepromenljive, nesublimirane spontanosti u sada, to je vidljiva stvarnost intrinzičke prostranosti; nekristalizujuće znanje pojavljuje se kao ornament prostranosti, već je tu i nema ničega što treba uraditi i nikakve prakse. (str. 6) Luminozni duh je poput neba, jer nema uzroka i ne može se objektivisati; pošto se ne može locirati, neizreciv je i van mogućnosti mišljenja; zato je prostranost neba odgovarajuća metafora. (str. 17) Kreativnost tog luminoznog duha dešava se kao bilo koja obična stvar, kao misao ili ne-misao, kao manifestacija ili potencijalnost, onoliko raznoliko i varijabilno kao što su percepcije živih bića... Sve se pojavljuje, ali se ne kristalizuje, sve je poput fatamorgane, sna, eha, prikaze; odraz u vodi, zamkovi na nebu. Poput halucinacije, stvari su jasno očigledne, ali ne postoje zaista. (str.18). Znamo ga (luminozni duh) kao nepokretnu, intrinzičku čistu svetlost u sada, slobodnu od svake diskurzivne elaboracije...Njegova kreativnost je nekristalizujuće, neprekinuto čisto prisustvo, transparentno i neograničeno, slobodno od pojmovne ili kritičke misli, isijavajući konstantnu jasnoću, slobodno od dualističke percepcije (str. 31). Bez tela, objekta ili percepcije kao referentne tačke, u glatkoći širokog prostranstva neba, ništa doživljeno ne može se konstituisati kao sopstvo (str. 47). Onda, pogledavši ka spoljašnjim pojavama, sve izgleda prolazno, tanko, transparentno i nepovezano, nikakva referentna

²⁹⁹ Na ovom mestu ne možemo da se ne setimo svog *dzog čen* učitelja Lopona Tenzina Namdaka, koji bi ponekad na pokušaje svojih učenika sa Zapada da razumeju šta je „primordijalno stanje“ i kakvom metodom se ono postiže, odgovarao osmehom i rečenicom „Samo ostavite sve onako kako jeste“ („*Just leave everything as it is!*“).

³⁰⁰ „*Luminous mind* is nondual mind“ kaže sam Longčenpa na str. 46 (tib. *byang chub sems*)

tačka ne postoji. Pojave, zvuci i misli, osećanja, sve je sveže i hrskavo i na misao „lud sam“, „sanjam“ prasnem u smeh (str. 48). „Puštanje“ ili „oslobađanje“ (*release or liberation*) znači „prirodno rastvaranje bez ostatka“...Sve što se manifestuje kao forma – sijajuća, oslobođeno, baš takvo kakvo je! Čujno kao zvuk – vibrirajući, oslobođeno takvo kakvo je! Opaženo kao miris – oslobođeno u sopstvenoj prostranosti! Okušeno kao ukus, doživljeno kao taktilna senzacija – oslobođeno u njihovom sopstvenom prostoru! I misli, shvaćene, bez osnove, bez podrške, bez korena – uvek oslobođene! (str. 86).

Nedualno je opisano kao samosaznavajuće, spontano kreativno, bez ikakvog poriva da dosegne nešto izvan sebe, beskonačne prostranosti, atemporalno i van svake mogućnosti shvatanja, opisa³⁰¹, konceptualizacije i modeliranja. Ono uključuje bezuslovno sve – svako uobičajeno znanje u kategorijama subjekta, objekta, prostora i vremena, koje je takođe forma nedualnog. Roš (Rosch, E., 1997, str. 20–21) u ovome vidi novu epistemološku viziju porekla iskustva, u kojoj se relativno iskustvo rađa u svakom trenutku iznova iz nekonceptualnog primordijalnog iskustva, koja je očigledno inspirativna njoj i drugim kreatorima novog *enaction* pristupa u kognitivnoj nauci (Varela, Tompson). Ne znamo kako bi Longćenpa to video. Nama je, u kontekstu naše teme, interesantno da opisi nedualnog liče na opise čisto fenomenalnog (neposredovanog, neopredmećenog) polja iskustva.

Dok svaki stadijum meditacije podrazumeva izvestan oblik koncentracije i mentalnu disciplinu, metod za nedualno mora biti bez metoda. Savremeni kineski majstor Šeng Jen upravo koristi termin „*method of no-method*“ u naslovu svoje knjige (Sheng Yen, 2008). Ovaj *no-method* nalikuje u nekim formulacijama na Huserlovu *epoche* (nekorisćenje, deaktivacija prirodne teze u iskustvu)³⁰², a nekada na još radikalniju vrstu nečinjenja. Dok svaki metod podrazumeva kretanje od jedne tačke do druge, *no-method* je direktno proziranje da smo već tu. Kao što je iz dualnog nemoguće stići u nedualno

³⁰¹ Longćenpa govori u metaforama: njegov jezik je pre svega evokativan, a tekst je prvenstveno namenjen praktičarima nedualnog puta koji u sopstvenom iskustvu imaju referentne tačke za njegovo razumevanje. Kao što je naučnicima sa druge planete koji ne poseduju fenomenalnu svest teško objasniti o čemu zapravo govorimo kada govorimo o fenomenalnoj svesti (vidi opis ovog misaonog eksperimenta u prvom poglavlju), tako je i tekstove o nedualnom teško razumeti bez referentnih tačaka u iskustvu; u tome je i sadržana njihova ezoteričnost.

³⁰² Ovde je prirodna teza koja pretpostavlja bilo kakvu egzistenciju – spoljašnjeg sveta ili subjekta iskustva, zapravo, radikalno stavljena u zagradu.

uz pomoć bilo kakvih metoda, tako nam izgleda nemoguće naći „recept“ i za „prevođenje“ konceptualnog u fenomenalno.

Za kraj, evo kako Longćenpa podučava *no-method*: „Ukratko, kakva god situacija da se pojavi, ne trudi se da je poboljšaš niti da je potisneš, jer je ključ u čistom prisustvu (str. 77). Bez svrhe je da ulažeš napor ka oslobođenju! Zato, ne pokušavaj, ne bori se i ne teži ničemu u praksi! Ne traži, ne traži intelektualnu istinu! Ne meditiraj, ne praktikuj ništa! Ne analiziraj, ne analiziraj tokom ili posle bilo kog događaja! Ne praktikuj, ne praktikuj sa nadom i strahom konačnog ishoda! Ne odbacuj, ne odbacuj emocionalnu karmu! Ne veruj, ne veruj u ispravnu religiju! Ne postavljaljaj sebi zamku! Ne stavljaljaj svoj duh u kavez! (str. 83)“

e. Zaključak

Pažljiva kvalitativna analiza metoda prvog lica (koje se i same ubrajaju u metode kvalitativnog istraživanja) otkriva da u njima nema ničeg subjektivnog u smislu proizvoljnog, već samo da je njihov istraživački fokus na subjektivnoj strani iskustva; one, takođe, ne ispituju ništa što je privatno, još manje ono što je mistično i nenaučno ili inkompatibilno sa onim što ispituju metode trećeg lica. Glavne teškoće koje će one morati da prevaziđu su sasvim praktične prirode – pronaći optimalne vrste treninga pažnje za subjekte, jer su procesi pažnje njihov glavni metodski instrument i pronaći nove, disciplinovane načine dolaženja do verbalnog izveštaja o posmatranom, koji će respektovati prirodu svesnih procesa, koji delom nisu neposredno dati u verbalnom i reprezentacionalnom modusu. Verujemo da je prvu teškoću lakše prevazići, jer procesi pažnje upravo postaju fokus naučnih istraživanja; druga teškoća je tvrdokornija, jer zalazi u zamršene probleme odnosa iskustva i jezika.

Metode prvog lica su skoro sto godina bile gotovo potpuno prognane iz nauke, tako da njihova rehabilitacija i revitalizacija u poslednjih desetak godina nije ni brz ni lak posao. Uz to su ove metode, kao što smo videli, spore i zahtevne, u odnosu na veliki broj metoda trećeg lica. Savremeno tematizovanje svesti u nauci, čini ponovno uključivanje metoda prvog lica, na raznim nivoima od mikrofenomenologije do više holističkih opisa toka svesnog iskustva, neophodnim, mada one mogu da pruže i mnoge druge vredne nalaze. Namera nam je bila, takođe, da pokažemo deo onoga što se o svesti i duhu otkriva pogledom „iznutra“, a što, prirodom samog postupka, ostaje skriveno pogledu „izvana“, kao i da ukažemo na pragmatičku relevantnost ovih uvida,

koja leži daleko iznad onoga, što sugerišu redukovani primeri fenomenalnosti tipa „kako je videti plavu boju“, kojima se služe savremeni filozofi duha.

7. ZAKLJUČAK

Analiza problema svesti, sa fokusom na problemu fenomenalne svesti tj. problemu *qualia* u različitim disciplinama, ukazala je na značaj konteksta u kome se taj problem javlja. Ukoliko u pristupu svesti izađemo iz mišljenja u uzanim stručnim okvirima u multidisciplinarni prostor dijaloga, te pokušamo da izgradimo mostove između njih, moramo poći od konceptualne analize, načina upotrebe pojma svesti u različitim disciplinama i analize konteksta u kome problem i njegovo istraživanje nastaju. Problem fenomenalne svesti izgledaće različito sa pozicija analitičke filozofije duha, psihologije, psihoterapije, fenomenologije i kontemplativnih tradicija, jer svaka od ovih disciplina ima različito polazište i intencije. Iz ugla filozofije duha koja nastoji da ponudi metateorijsku osnovu empirijskih nauka o duhu (*mind sciences*), koje od 70-ih koriste gotovo isključivo objektivnu metodologiju trećeg lica, fenomenalni aspekt svesti se pojavljuje kao teškoća u konstituisanju koherentne prirodnonaučne slike sveta. Problem fenomenalne svesti, *qualia*, kvalitativnih odlika svesti, tj. „teški problem“ svesti iskristalisao se u filozofiji duha upravo kao posledica prevage objektivnog, prirodnonaučnog pristupa duhu i svesti nad fenomenološkim i duhovnonaučnim, do koje je došlo poslednjih decenija dvadesetog veka. Napredak objektivnih istraživačkih paradigmi u pristupu mentalnim stanjima, bilo njihovim reprezentacionim sadržajima ili neuralnim korelatima, te pokušaj prirodnonaučne rekonstrukcije tradicionalnih pojmova svesti i duha, učinilo je upravo neophodnim uvođenje u filozofski diskurs novih pojmova (fenomenalna svest, *qualia*) koji ukazuju na subjektivni, kvalitativni, doživljajni aspekt svesti i duha, koji se tvrdokorno opire objektivizaciji i kvantifikaciji. On je u objektivnim istraživačkim paradigmama bio naprosto zaobiđen, dok su neki filozofi (poput Čerčlandovih i Deneta) eksplicitno izgradili eliminativističku poziciju sa koje tvrde da se kvalitativne odlike svesti mogu bez štete eliminisati iz naših predstava o duhu (*mind*). Ovo je teza prema kojoj smo zauzeli kritički stav u radu, nastojeći da pokažemo nedostatke i jednostranost slike o duhu i svesti (zapravo možemo reći slike čoveka), koja se eliminativističkim potezom fokusira isključivo na funkcionalno-kauzalne i reprezentacione aspekte duha, tj. na čovekovo „funkcionisanje“, a ne i biće („kako je biti“ aspekt). Ovakav fokus doprinosi već postojećem jazu između slike

čoveka koju „emituju“ nauke i čovekovog iskustvenog sveta (ili sveta života, nem. *Lebenswelt* kako ga je nazvao Huserl) i disciplina koje se ovim bave.

Doprinos filozofije duha je u preciznom lociranju problema, koji je u psihologiji, čiji *mainstream* već gotovo čitav vek koristi gotovo isključivo objektivnu metodologiju, ostao implicitan. Činjenica da su danas filozofi i neuronaučnici prisutniji na sceni *consciousness studies* od psihologa samo odlikava ovo nejasno mesto fenomenalne svesti u psihologiji. U kognitivnoj psihologiji su podaci prvog lica prisutni u najboljem slučaju u svojoj najrudimentarnijoj formi, slično onoj sa samih početaka psihologije sredinom devetnaestog veka, kada je psihofizika metodom indikativne introspekcije merila pragove osetljivosti.³⁰³

Problem fenomenalne svesti, kako ga je definisala filozofija duha, ne pojavljuje se na isti način u psihoterapiji, fenomenologiji i kontemplativnim disciplinama; fenomenalna svest je upravo medijum u kome se odvija njihovo istraživanje čoveka. Videli smo da se u psihoterapiji problem svesti pojavljuje više implicitno i u praktičnoj ravni. Najpre je problem svesti i njenog subjektivnog aspekta prisutan u pozicioniranju discipline u celini prema prirodnonaučnoj i duhovnonaučnoj paradigmi, koje smo pratili od konstituisanja psihoterapije do novih trendova u poslednjoj deceniji. Drugo, epistemološki problemi svesti koje filozofija duha označava kao problem spoznajno privilegovanog pristupa sadržajima sopstvene svesti (*privileged access*) i problem druge svesti (*other mind problem*) prisutan je u psihoterapiji, pre svega kao praktičan problem komunikacije, koji se prevazilazi u praktičnoj ravni, raznim komunikacionim veštinama i tehnikama i razvojem terapeutovog kapaciteta za empatiju i prisustvo sa klijentom i njegovim iskustvom. Videli smo, potom, da su svest i osveščivanje pojmovi koji igraju značajnu (ponekad centralnu) ulogu u većini psihoterapijskih pravaca i da je u psihoterapijskoj upotrebi ovih pojmova moguće prepoznati distinkcije koje je uvela filozofija duha – funkcionalno-kauzalno tj. reprezentaciono značenje svesti sa jedne i fenomenalno značenje svesti sa druge strane. Status fenomenalne svesti nije jednak u psihoterapijskim školama – fenomenalnoj svesti može biti umanjen značaj (kao u ranoj psihoanalizi, u kojoj koncept nesvesnog igra daleko značajniju ulogu); ona može biti „stavljena u zagradu“ u teorijskoj refleksiji, iako nikada potpuno u praksi (kao u starijim

³⁰³Ovde imamo u vidu Barsovu kontrastivnu analizu, koja poput indikativne introspekcije koristi jedino pitanje da li je subjekat svestan stimulusa ili ne.

BT i KBT pristupima) ili postavljena u sam centar terapijskog interesovanja (u svim fenomenološki orijentisanim pravcima i *mindfulness* pristupima). Na kraju, u psihoterapiji se modus bivanja sa iskustvom, koji odgovara „kako je biti“ uglu gledanja na svest, pokazuje kao, u najmanju ruku, ništa manje značajan od modusa činjenja, koji odgovara „šta radi“ uglu gledanja na svest. On se sastoji i u terapeutovom genuinom, empatijskom prisustvu sa klijentom i njegovim iskustvima, koje je osnova odnosa koji se između njih uspostavlja i u kome se odvija terapijski proces. Odnos ima primat nad specifičnim terapijskim protokolima, intervencijama i tehnikama kao prediktor uspešnosti terapije, što se, kako smo videli, kontinuirano potvrđuje u brojnim istraživanjima.

Fenomenalna svest se danas pojavljuje kao problem u filozofiji i nauci u dve ravni – ontološkoj i epistemološkoj.

Problem ontološkog statusa fenomenalne svesti pojavio se pre svega kao problem za nova materijalistička stanovišta, koja su doživela uspon počev od kraja pedesetih i šezdesetih godina dvadesetog veka. U trećem poglavlju smo pokazali da svaka od mogućih strategija – njene eliminacije, redukcije (materijalizam), afirmacije (dualizam, epifenomenalizam, panpsihizam) ili delimične afirmacije (nereduktivni oblici materijalizma) – ima ozbiljne probleme kada pokuša da se eksplicitno zasnuje kao konsekventna ontološka pozicija. Videli smo, takođe, da empirijska studija duha, koju su preduzele discipline poput kognitivne nauke i neuronauke nije dovela do ukidanja tradicionalnih metafizičkih pozicija o odnosu duha i tela, tj. svesti i mozga, već pre do njihovog izoštravanja, diferencijacije, redefinisavanja problema i uvođenja novog konceptualnog aparata; pogled na premise dominantnih pozicija, međutim, otkriva prepoznatljive obrasce metafizičkog mišljenja koji se mogu trasirati do novovekovne filozofije. Diskusija o ontološkom statusu *qualia* jedna je od onih tvrdokornih tačaka neslaganja među filozofima, gde svaka pozicija razvija stalno nove argumente za sopstvenu odbranu i kontraargumente protiv suparničkih pozicija, bez velikog izgleda za mogućnost međusobnog približavanja. Videli smo da svaka pozicija ima svoje jake i slabe strane, kao i da je moguće njihove temeljne postavke interpretirati na različite načine; neke od interpretacija čak čine nejasnim suštinske distinkcije između pozicija. Ipak, izgleda kako se u filozofiji duha, tako i u široj intelektualnoj javnosti nije ugasila nada da će okončanje rasprave pobedom jedne od pozicija doneti neko otkriće empirijskih nauka. Naročito velike nade se danas polažu u neuronauku, koja ostvaruje

velike napretke poslednjih decenija. Entuzijazam da će problem svesti biti konačno rešen objašnjenjem svesti kao moždanog procesa daleko prevazilazi realne mogućnosti ovakve redukcije, jer mi zapravo ne znamo ni šta bi ovakvo reduktivno objašnjenje trebalo da sadrži, tj. kakvo empirijsko otkriće bi donelo rešenje.

Frensis Krik je 1994. nazvao svoju pretpostavku da su naše radosti i tuge, sećanja, ambicije, doživljaj ličnog identiteta i slobodne volje ne više od ponašanja velikih skupina nervnih ćelija, zapanjujućom hipotezom (*The Astonishing Hypothesis* se zove i njegova knjiga iz 1994.). Ukoliko se ova hipoteza odnosi na to da su istraživački programi savremene neuronauke u stanju da uključe traganje za neuralnim korelatima svesnih procesa, ona je vrlo malo zapanjujuća; danas se pre može reći da je ona opšteprihvaćena nego ekstravagantna. Takođe, nema ničeg novog u ideji da unutar nas postoji stvar koja misli, oseća i odlučuje; ova ideja nije neslična Dekartovom poimanju misleće stvari (*res cogitans*), osim u tome što tvrdi da je ta stvar mozak, tj. jedan deo fizičkog tela. Verujemo da je danas interesantniji pravac razmišljanja preispitivanje samih ideja da je a) svest „nešto u glavi“ (materijalno ili ne!) i b) da se svest (naročito kvalitativne odlike svesti, koje karakteriše prezentnost, transparentnost, neizrecivost i esencijalna subjektivnost) uopšte može dobro artikulirati kao stvar tj. kao supstancija.³⁰⁴

Ukoliko bismo pak zaista radikalno shvatili Krikovu „zapanjujuću“ hipotezu da svesni procesi nisu **ništa drugo do** (a to je misaona forma svakog redukcionizma) rezultat moždanih procesa, ona bi zaista bila zapanjujuća, ponajviše inspirativna za filmove naučne fantastike. Da li bi mozak „u posudi“ tj. van tela bio subjekat svesnog iskustva? Koliko velika tj. kompleksna bi morala biti „posuda“? Čak ukoliko bi „posuda“ bila ništa manje kompleksna nego telo, živi organizam, da li bi to bilo dovoljno za postojanje svesnog subjekta, bez sredine u kojoj organizam živi i sa kojom je u interakciji? Ako sledimo ovaj tok razmišljanja, dolazimo do toga da je čovekovo subjektivno iskustvo nemoguće shvatiti van dinamičke interakcije živog organizma sa

³⁰⁴ Svest se pojavljuje kao stalno promenljiv tok mentalnih događaja, od kojih je svaki deo mreže odnosa sa drugim događajima koji ga uslovljavaju. Kako fenomenalna svest nastaje iz duše kao nematerijalne supstancije, podjednako je misteriozno kao i kako nastaje iz ponašanja velikih skupina nervnih ćelija. Prirodi svesti odgovara više procesni pristup, koji je dobio filozofsku artikulaciju u procesnoj ontologiji, koja se kritički odnosi prema samom pojmu supstancije kao nečega čemu se pripisuje nezavisno postojanje. Najpoznatije primere procesne ontologije nalazimo kod britanskog filozofa i matematičara Alfreda Norta Vajtheda i u budističkom učenju o međuzavisnom nastajanju (sanskrit *pratitya-samutpada*, eng. *co-dependent origination*).

svetom i drugim ljudima, koja je, opet, posredovana društvom i kulturom.³⁰⁵ Mozak se ovde pojavljuje kao jedan deo kompleksnog sistema koji je neophodan za razumevanje svesti; „neurološki“ redukcionizam izoštrava pogled na taj deo sistema i gubi iz vida sve ostale i tako kreira privid da je „misterija“ svesti danas potpuno u rukama neuronauke.

Za razliku od ideje da će metafizički problemi biti jednostavno razrešeni napretkom empirijskih nauka, postoje fleksibilniji i refleksivniji oblici pristupa antagonizmu različitih, apsolutizmu sklonih, ontoloških pozicija. Jedna mogućnost je metafizofija, koja predstavlja mišljenje o samom filozofskom mišljenju, njegovoj strukturi i pozicionalitetu, za razliku od filozofije koja je mišljenje o nekom predmetu (vidi Smiljanić, D., 2006). Metafizofija rekonstruiše odluke u osnovi pozicioniranja (zauzimanja jedne pozicije u odnosu na neki predmet nasuprot drugim), te eksterne i interne aspekte pozicioniranja. Svako mišljenje o nekom predmetu se posmatra kao zavisno od određene tačke gledišta i onoga što je iz nje vidljivo (po analogiji sa optičkom perspektivom), za razliku od aperspektivizma (ili „perspektive božjeg oka“) tradicionalne metafizike. Drugi, radikalniji vid dekonstrukcije svakog apsolutističkog polaganja prava na objektivnu istinu dolazi danas iz same neurobiologije. Neuronaučnik Volf Singer, pišući o recepciji neuronaučnih istraživanja i nalaza u filozofiji, primećuje: „Kada neurobiolozi istražuju proces opažanja i otkrivaju koliko je on konstruktivistički i malo objektivn, i kada se dalje pokazuje da isto važi za procese koji su u osnovi našeg mišljenja, onda to mora, onima koji polaze od toga da je razmišljanjem moguće doći do pouzdane spoznaje, delovati iritirajuće“ (Singer, W., 2003, str. 11, prevela sa nemačkog IH).

Ovde bismo mogli da postavimo pitanja: o čemu govore metafizičke pozicije ukoliko ne govore o „objektivnoj stvarnosti“? Šta bi one mogle da nam kažu o strukturi samog mišljenja i iskustva? Kakve praktične konsekvence i u kakvom kontekstu ima zastupanje jedne ili druge pozicije? Metafizičkim pozicijama se može pristupiti refleksivno ili nerefleksivno (identifikovanjem sa nekom od njih), ali svaki pokušaj ukidanja metafizike izgleda osuđen na neuspeh. Jedna forma nefilozofskog,

³⁰⁵ Poslednjih godina pojavljuje se novi pristup višim kognitivnim procesima, poznat kao *brain-to-brain coupling* ili *neural coupling*, koji istražuje kognitivne procese u interpersonalnom prostoru, a ne, kao dosada, kao zbivanje unutar individue i njenog mozga. U tu svrhu ovaj pristup razvija metodologiju simultanog snimanja aktivnosti dva ili više mozgova tokom nekog oblika interpersonalne komunikacije; na ovaj način je moguće demonstrirati masivan uticaj koji drugi ljudi imaju u oblikovanju kognitivnih procesa svakog pojedinca.

protometafizičkog, dualističkog stava je ugrađena u samu prirodu svakodnevnog iskustva, u formi verovanja u nezavisno postojanje subjekta iskustva i objektivnog sveta.³⁰⁶ Videli smo u ekskursu o nedualnom u šestom poglavlju da neke forme kontemplativnog bivanja u iskustvu, sa otvorenim krajem, dakle bez pokušaja da ustanove konačni rezultat u vidu neke tvrdnje o prirodi stvarnosti (pre svega u okviru *mahajana budizma* i *advaita vedanta* učenja) vode do iskustva o kome govore kao o nedualnom, a koje je teško verbalno artikulirati. O svemu je moguća neka vrsta govora, ali je govor o nedualnom samosvesno evokativan pre nego referencijalan (u smislu odnošenja na nešto), jer se o nedualnom ne može govoriti u terminima postojanja i nepostojanja.³⁰⁷

Jedna vrsta dualizma je ugrađena u samu strukturu jezika, na šta danas na najpregnantniji način ukazuje savremeni austrijski filozof Jozef Mitterer, polazeći od filozofije jezika (upor. npr. Mitterer, J., *Das Jenseits der Philosophie*, 1992). Sve forme filozofskog mišljenja, uključujući i radikalni konstruktivizam, sadrže minimalne ontološke pretpostavke u vidu razlikovanja jezika i stvarnosti različite od jezika, na koju jezik referiše. Alternativu Mitterer vidi u razvoju „nedualizirajućeg načina govora“.

U epistemološkoj ravni problem fenomenalne svesti, u različitim formulacijama koje smo opisali u trećem poglavlju (perspektivnost svesti, argument nepotpunog znanja, eksplanatorni jaz, problem druge svesti i privilegovanog pristupa), pojavljuje se kao problem odnosa znanja „iznutra“ i „izvana“, metodologije prvog i trećeg lica,

³⁰⁶ O ovome je Huserl govorio kao o „opštoj tezi prirodnog stava“ (*Generalthesis der natürlichen Einstellung*)

³⁰⁷ Najpoznatiji pokušaj da se ovo filozofski artikulirane nalazimo kod indijskog filozofa iz drugog veka Nagardune, začetnika budističke filozofske škole *madjamika*. On je poznat po *shunyata* učenju (koje se može shvatiti kao interpretacija već pominjanih budističkih doktrina *anatman* i *pratityasamutpada*), po kome su **svi** fenomeni (ne samo sopstvo, duša, tj. *atman*) lišeni inherentne, nezavisne egzistencije. Koristeći se tetraleom, četvoročlanom formom poznatoj u indijskoj logici (1) A – postojanje, 2) ne-A – nepostojanje, 3) A i ne-A – i postojanje i nepostojanje i 4) ni A ni ne-A – ni postojanje ni nepostojanje), Nagarduna dovodi u pitanje koherentnost svakog mogućeg metafizičkog iskaza. Nagardunina negacija tetraleme (i negacija njene negacije) predstavlja verovatno najradikalniju formu antifondacionalističkog (ili ne-fondacionalističkog) mišljenja u istoriji filozofije.

Problemi koji se u savremenoj filozofiji duha javljaju u pokušajima određenja ontološkog statusa *qualia* ukazuju da nas razmišljanje o fenomenalnoj svesti dovodi na granicu metafizičkog mišljenja i čak svakog konceptualnog, diskurzivnog znanja. Za *quale* u čistoj formi (npr. senzacija plavog), bez bilo kakvog reprezentacionog sadržaja, teško se može reći da je bilo šta drugo od onoga što izgleda da je, ili da postoji u bilo kom smislu van akta svog pojavljivanja. Isto tako problematično je negiranje postojanja *qualia* (eliminativistička pozicija, koja odgovara stavu 2) iz tetraleme).

kvalitativne i kvantitativne istraživačke paradigme, razumevanja i objašnjenja, duhovnonaučnog i prirodnonaučnog pristupa čoveku.

Problem druge svesti (*other mind problem*) – kako na osnovu bihevioralnih i neuralnih pokazatelja, koji su nam jedino dostupni, znamo da drugo živo biće poseduje fenomenalnu svest – ili „kako izgleda biti“ drugo biće – jedan je od najfascinantnijih i najteže rešivih problema fenomenalne svesti. Interesantno je da se ovaj problem retko pojavljuje u svakodnevnom životu, kada je reč o drugim ljudima ili čak kućnim ljubimcima sa kojima smo povezani emocionalno i nekom zajedničkom praktičnom aktivnošću. „Druga svest“ (makar u smislu elementarne osetljivosti) se jednostavno podrazumeva. Da bi problem nastao, potrebna je izvesna distanca prema drugome, bilo da do nje dolazi usled interesovanja za neki aspekt njegovog unutrašnjeg sveta ili usled kognitivne disonance, kada drugi ne reaguje u nekoj situaciji slično nama ili onako kako smo očekivali. Problem se istinski pojavljuje tek kada počnemo da se sistematski bavimo domenom subjektivnog iskustva, kao na primer u psihoterapiji, fenomenologiji, kontemplativnim praksama, umetničkim praksama; ovde se problem druge svesti javlja kao problem prenošenja sopstvenog iskustva drugome i problem razumevanja tuđeg iskustva. Ovde postoji jasna svest da nam je neposredno iskustvo druge osobe nedostupno, ali nam problem ne izgleda nepremostiv; obično imamo na raspolaganju verbalne i neverbalne načine komuniciranja (često je to jezik pokazivanja, analogija, metafora) i sposobnost empatije, pomoću kojih dolazimo do zadovoljavajućeg stepena razumevanja. U filozofiji duha je problem druge svesti izolovan iz svakog praktičnog konteksta i postavljen u čisto teorijsku ravan, u kojoj izgleda nerešiv. Misaoni eksperimenti koje smo ranije opisali poput: „kako je biti slepi miš?“, „filozofski zombi“ ili „naučnici sa druge planete“ (koji ne poseduju fenomenalnu svest, a žele da saznaju šta je to), Lajbnicova i Birijeve „šetnja kroz mozak“, filozofske su „alatke“ koje služe tačnom lociranju i izoštravanju problema. Pa ipak, problem se u ovom zaoštrenom obliku može pojaviti i u medicinskoj praksi. Takav je slučaj, na primer, perzistentno vegetativno stanje, u kome pacijent, posle masivnih oštećenja mozga, tokom više meseci i godina, ostaje većinom *neresponzivan* za spoljašnju stimulaciju i bez mogućnosti komunikacije, dok su vegetativne funkcije, refleksi i ritam budnosti i spavanja očuvani. Pitanje da li te osobe poseduju neku formu svesnosti nije samo filozofsko i medicinsko pitanje, već i jurističko i etičko pitanje. Bliski članovi porodice često imaju drugačiju procenu od neutralnih naučnika i lekara. Iz diskusija koje pokreću

ovakvi slučajevi vidimo da je pitanje da li drugo živo biće poseduje fenomenalnu svest i kakvu vrstu svesti u praksi, pre svega, etičko pitanje; način na koji ćemo se odnositi prema drugome direktno je zavisano od toga da li mu pripisujemo svest ili ne.

Nemogućnost potpunog znanja o unutrašnjem svetu druge osobe na osnovu spoljašnjih pokazatelja problem je koji se uvek iznova pojavljuje u teorijskoj i praktičnoj ravni i koji, pored epistemološke, ima i etičku dimenziju. Teškoće ontološke interpretacije postojanja epistemološkog problema fenomenalne svesti navodi eliminativiste na negiranje postojanja samog problema, ali njegova eliminacija ima za rezultat potpuni raskid između nauke i iskustva.

Negovanje dubokog rasepa između objektivne nauke i subjektivnog iskustva, na koji je Huserl ukazivao početkom dvadesetog veka, stiže u dvadeset prvom veku razvojem neuronauke viših kognitivnih procesa i svesti do sopstvenih granica. Evo kako jedan od napoznatijih savremenih neuronaučnika Volf Singer, direktor Instituta za istraživanje mozga „Maks Plank“ opisuje logiku neuronaučnog postupka: „Ja identifikujem fenomene o kojima imam spoznaju jedino stoga što posedujem subjektivna iskustva i sposobnost da njihove sadržaje jezički izrazim. Time sam u situaciji da definišem kognitivnu sposobnost, za koju onda mogu da tražim neuralne korelate iz perspektive trećeg lica, koji se, dakle, mogu opisati jezikom prirodnih nauka.“ (Singer, W., 2003, str. 28, prevela sa nemačkog IH). Ne samo da je subjektivno iskustvo varijabla u neuronaučnom postupku, bez koje naučnik ne bi znao šta da traži niti kako da interpretira procese koje je pratio pomoću modernih neurotehnologija u kompleksnom i dimaničnom sistemu kao što je mozak; subjektivno iskustvo se pojavljuje, što smo diskutovali u četvrtom poglavlju i kao varijabla koja dovodi do strukturalnih, funkcionalnih i biohemijskih promena u samom mozgu i ekspresiji gena.

Kao što je Najser 1967, promovišući novu disciplinu – kognitivnu psihologiju – u još uvek bihejviorističkim naučnim krugovima, pisao da je osnovni razlog za studiranje kognitivnih procesa to što oni naprosto postoje, tako je danas, po svoj prilici, trenutak zreo da kažemo da je osnovni razlog za studiranje svesti to što ona naprosto postoji.³⁰⁸

Proučavanje svesti, za razliku od većine drugih predmeta naučnog istraživanja, uključuje nužno i metode prvog lica; stoga je istraživanje samih metoda prvog lica,

³⁰⁸Jasno je iz naše prethodne diskusije da ovo kažemo sa minimalnim ontološkim premisama.

njihovih moći, rezultata i odnosa sa metodama trećeg lica nužni korak dalje u odnosu na analitičko lociranje temeljnih problema svesti, na kome uglavnom ostaje aktuelna filozofija duha.

Mogućnosti posmatranja i ispitivanja neposrednog svesnog iskustva nisu jednom zauvek date, već se mogu razvijati daleko preko svega što je dosada bilo zamislivo u zapadnoj psihologiji, kao i njenoj filozofskoj i religijskoj pozadini.³⁰⁹ Pokušaji introspektivne psihologije i fenomenološke filozofije da tematizuju problem neposrednog iskustva javili su se kasno, tek krajem 19. i početkom 20. veka i, u odsustvu potpore u tradiciji, susreli su se sa nizom metodoloških problema. Problemi su se, pored toga, po našem mišljenju, pojavili i stoga što su obe discipline koncipirale svoj pristup neposrednom iskustvu potpuno nezavisno od svake druge teorijske ili praktične oblasti saznanja i što je u njihovim ambicioznim zamislama bio implicitno prisutan model prirodnih nauka u pozadini (Vuntova introspektivna psihologija kao samostalna nauka o svesti i Huserlov projekat fenomenologije kao rigorozne nauke). Proučavanje neposrednog iskustva izolovano od drugih naučnih disciplina i svakog praktičnog cilja nosi u sebi opasnost od sterilnosti, a intencija da se o neposrednom iskustvu, koje ima fluidni, stalno promenljivi, procesni karakter izgradi rigorozna nauka, vodi uz sav uloženi napor gotovo neminovno u ćorsokak.³¹⁰ Psihoterapija je u okviru svog pragmatičkog konteksta napravila veliki korak ka ispitivanju subjektivnog iskustva, ali kroz svoju istoriju često na teorijski nedovoljno artikulisane načine, uz to zatvorene u brojne tradicionalne psihoterapijske škole. Zato smo posebnu pažnju posvetili savremenom konstituisanju psihoterapije kao interdisciplinarnе nauke, koja tek kao takva može da postane partner objektivnoj nauci. Dok je ranije vladao gotovo potpuni rasep između objektivne nauke i disciplina poput psihoterapije, koje se bave iskustvom

³⁰⁹Jedan od mogućih razloga što je fenomenološki stav ovde malo bio negovan (na primer u odnosu na azijske tradicije) je odnos prema telu. Činjenica otelovljenja jedna je od prvih činjenica sa kojom se suočavamo kada zauzmemo fenomenološki stav i pitanje „kako je biti u nekom stanju“ referiše direktno na otelovljeno iskustvo. Svaki oblik „prohibicije“ telesnosti otežava da se napravi sledeći korak. Dominantan stav hrišćanske religije prema telu (telo je sedište greha, dakle opasno mesto!), kao i naglašeni dualizam duše i tela i primata verovanja nad ličnim istraživanjem, nije pogodovao razvoju fenomenološkog stava. Slično se može reći i za kartezijsko mehanicističko shvatanje tela, koje je snažno obeležilo novovekovnu filozofiju. Pozitivni impuls danas stiže iz azijskih filozofija i religija, u čijoj istoriji je fenomenološki stav kontinuirano igrao daleko prominentniju ulogu.

³¹⁰Videli smo da je trenutno najplodnija primena metoda prvog lica, sa jedne strane, u okviru neurofenomenologije, koja kombinuje neuralne i iskustvene opise mikrokognitivnih procesa; sa druge strane, u brojnim primenama *mindfulness* meditacije u psihoterapijskoj praksi.

i koje su bile utočište subjektivnosti, poslednje decenije smo svedoci velikog preokreta – istraživanja kako životna iskustva u svetu interpersonalnih odnosa utiču na mozak i kakvu relevantnost nova saznanja o mozgu imaju za psihoterapijsku praksu i mentalno zdravlje, postala su veoma aktuelna. Interpersonalna neurobiologija je primer multidisciplinarnе nauke koja traži zajedničke principe i slične obrasce u različitim oblastima znanja, koje imaju veoma različite pristupe ljudskom iskustvu,³¹¹ pomenimo samo neke: antropologija, biologija, kognitivna nauka, razvojna psihopatologija, lingvistika, neuronauka, psihologija, sociologija, mentalno zdravlje, kontemplacija, teorija sistema. Pionir neurobiologije Danijel Sigel je čak pokušao da pronađe definiciju duha (*mind*) koja bi bila prihvatljiva četrdesetorici naučnika iz veoma različitih disciplina sa kojima saraduje. To je naravno radna definicija koja ima pragmatički cilj – poboljšanje interdisciplinarnе komunikacije, ali je kuriozitet da ona uopšte postoji i da predstavlja zajedničku platformu za susret doskora tako različitih svetova. Definicija glasi: „Duh je otelovljeni, relacioni proces, koji reguliše protok energije i informacija u nama i između nas.“ (Siegel, D, 2012, str. 2). Glavna vrlina ovakve definicije je obuhvatnost i povezivanje domena; protok energije i informacija se dešava u mozgu, u subjektivnom iskustvu i u interpersonalnim odnosima.

Određenje metoda prvog i trećeg lica od koga smo pošli u kvalitativnoj analizi u prethodnom poglavlju takođe je korak ka drugačijem pogledu na odnos subjektivnog i objektivnog od tradicionalnog; umesto dva odvojena domena činjenica, onih koje su privatne, „unutar“ subjekta, dakle nedostupne intersubjektivnom ispitivanju i onih koje su date spolja, intersubjektivnoj opservaciji, dakle javne, mi smo postavili subjektivnost i objektivnost kao dimenziju spoznajnog procesa; on može u određenom trenutku i kontekstu biti u većoj ili manjoj meri blizak jednom ili drugom polu kontinuuma. Kvalitativne činjenice fenomenalne svesti najbliže su polu subjektivnog i one su „najčinjeničkije“ od svih spoznajnih činjenica – u najvećoj meri neposredno date. Pokušaj da o njima komuniciramo sa drugim ljudima prvi je čin u njihovoj objektivizaciji; neposredno doživljeno postaje predmetom komunikacije, što obično, mada ne nužno, podrazumeva i verbalnu komunikaciju. Metode prvog lica možemo shvatiti kao deo ovog puta. Dalji korak može voditi ka eksplicitnom definisanju i čak

³¹¹ U poglavlju o psihoterapiji pomenili smo jedan takav primer plodnog traganja za zajedničkim obrascima u interpersonalnoj neurobiologiji, koje je povezalo istraživanja razvojne psihologije, *mindfulness* kontemplacije, psihoterapijske prakse i neuronauke.

operacionalizaciji pojmova čije je poreklo u domenu fenomenalnog, na osnovu verbalnih i drugih odgovora, za potrebe istraživanja u okviru neke eksperimentalne ili druge procedure. Ovo je prvi korak u prevođenju subjektivnih činjenica na objektivni jezik, kakav poznajemo u prirodnim naukama i prvi korak ka kvantifikaciji. Rezultati istraživanja izraženi su u potpunosti ovim jezikom i dalje bivaju korišćeni uglavnom bez reference na poreklo u subjektivnom doživljaju – termin koji ima subjektivno poreklo (pažnja, opažaj, osećanje) „postaje“ određena vrsta neuralnog procesa, modul u funkcionalnom dijagramu ili skor na testu (Ovakav proces sažeto opisuje i Singer u gornjem citatu). U fondu naučnog znanja koji operiše ovim novim jezikom (objektivne činjenice i zakonitosti), a koji onda može postati predmet metateorijske analize kao u slučaju filozofije duha, nema više nikakvih kvalitativnih činjenica prvog lica. Suočavanje u sopstvenom iskustvu sa ovim „najčinjeničkijim“ činjenicama pojavljuje se kao misterija; ono što je najkonkretnije (subjektivni pol) izgleda mistično, dok ono što je konceptualno posredovano i konstruisano (objektivni pol) izgleda konkretno i stvarno. Zavisnost načina na koji se realnost pojavljuje od fokusa pažnje, koju je naglašavao još Džejsms, a koja je evidentna kako u modelima kognitivne psihologije, tako i u našem istraživanju psihoterapijskog procesa i istraživanju metoda prvog lica i njihovih nalaza, postaje očigledna i u pogledu na sam naučni postupak i teoretisanje. Pristup metodama prvog i trećeg lica koji nastoji da prevaziđe podvojenost *unutra–spolja* i *privatno–javno*, te „zatvaranje“ fenomenalne svesti u unutrašnji privatni svet i potpuno „razvezivanje“ objektivnih činjenica od subjektivnog iskustva iz koga su potekle, ističe zapravo u prvi plan način fokusiranja pažnje u istraživanju – od fokusa na procesu svesnosti i mišljenja (subjektivni pol, metode prvog lica) do fokusa na rezultatima svesnosti i mišljenja (objektivni pol, metode trećeg lica) .

Videli smo da tvorac nove fenomenologije Herman Šmic opisuje sličan proces opredmećenja iskustva i introjektovanja³¹² njegovih neopredmećenih aspekata (telesna stanja, utisci, osećaji, atmosfere, prostornost, situacije, dakle sve ono o čemu smo u ovom radu govorili kao o kvalitativnim odlikama svesti), koje za posledicu ima njihovu marginalizaciju u istoriji zapadne filozofije. Subjektivnost se za njega takođe ne može

³¹² Pod introjeksijom Šmic podrazumeva „odlaganje“ u unutrašnje svetove (duša) svega što nije merljivo i podložno prirodnonaučnoj redukciji. Šmic smatra da su introjeksionizam, psihologizam i redukcionizam blisko povezani i međusobno zavisni obrasci mišljenja.

izjednačiti sa unutrašnjim, privatnim svetovima. Mi smo u radu pratili sličan proces marginalizacije i epifenomenalizacije kvalitativnih odlika svesti (čime ove gube karakter realno postojećeg) u psihologiji i šire u tzv. *mind sciences* dvadesetog veka.³¹³

Pogled iz ugla prvog lica na svest i misaone procese kakav smo preduzeli u prethodnom poglavlju ukazao je na postojanje neopredmećenih, nereprezentacionih segmenata iskustva, koji su uglavnom fluidni, tako da je potreban izvestan kapacitet pažnje da bismo ih primetili, neizrecivi ili na granici verbalizacije i ispod praga pojmovne osvešćenosti. Oni bivaju izostavljeni iz slike svesti koja počiva isključivo na metodama trećeg lica, iako njihovo mesto u psihičkom životu, pa i u samom mišljenju i donošenju odluka, kod kojih je izazov da ih modeliramo kao racionalne, komputacione procese najveći, nije marginalno. Pokazali smo da Gendlin u svojoj metodi mišljenja na granici (*thinking on the edge*) ciljano koristi ove još neartikulisane, fluidne delove iskustva u razvoju kreativnog mišljenja o nekoj temi, u akademskom ili neakademskom kontekstu. Neurobiolog Antonio Damazio razvio je na osnovu analize neuroloških slučajeva teoriju o somatskim markerima, koji predstavljaju telesni signalni sistem u kojima je pohranjeno emocionalno sećanje na iskustva; oni na esencijalan način pomažu u svakodnevnom donošenju odluka i promišljanju i vrednovanju alternativa; telo i osećanja obezbeđuju direktno intuitivno znanje o situaciji, bez koje bi čisto racionalno rezonovanje bilo nedostatno za normalno ponašanje (vidi u Damasio, A., *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*, 2005).

U psihoterapiji je otelovljeno subjektivno iskustvo sopstva u svetu jedan od najvažnijih izvora podataka na kojima je ona gradila svoje teorije i postupke, a pristup svesti kao i neosvešćenim aspektima iskustva je nužno procesan. Ni fenomenologija, ni psihoterapija, ni druge discipline koje se bave živim iskustvenim procesom, ne mogu (i ne treba) da postanu „rigorozna nauka“, ali mogu da budu od izvanredne vrednosti za

³¹³ Upravo pogled „iznutra“ nam je pokazao da je proces opredmećivanja iskustva i identifikacije svesti sa njenim trenutnim sadržajima stalno prisutan; videli smo da u *mindfulness* meditaciji, naprotiv, ne dolazi do ovakve identifikacije sa reprezentacionim sadržajima (ovo se odnosi i na ja instancu, tj. subjekt iskustva, kao posebnu vrstu reprezentacionog sadržaja), što se subjektivno doživljava kao oslobađajuće. Isključivi fokus na sadržajima, tj. rezultatima i zanemarivanje procesa čini da se „objektivna stvarnost“ pojavljuje kao gusta i neprozirna, nešto što postoji nezavisno od subjekta spoznaje. Iluzija da se subjekt iskustva može zaobići kao deo spoznajnog procesa poljuljana je „efektom posmatrača“ čak i u kvantnoj fizici. Dualizam *subjekat-objekat* pojavljuje se ovde kao temeljniji oblik dualizma od dualizma *duša-telo* ili *svest-mozak*, koji je najčešće diskutovan u zapadnoj filozofiji.

naučnu studiju svesti, jer osvetljavaju ono što rigorozna nauka sistematski izostavlja. Pored teorijskog, epistemološkog razloga, postoji i praktičan razlog za proučavanje neposrednog subjektivnog iskustva. Ranije smo na primeru druge svesti već pokazali kako epistemološki problemi svesti dobijaju u praktičnom kontekstu etičku dimenziju. Ovde želimo da osvetlimo značaj vrednovanja subjektivnosti i investiranja autoriteta u subjektivno iskustvo u svetu u kakvom trenutno živimo. Tehnologija, kao krajnji materijalni rezultat procesa opredmećenja i objektivizacije koji smo opisali, deluje povratno na ljudsku psihu. Preko elektronskih medija, na primer, vodi se sve agresivniji rat za osvajanje fokusa pažnje konzumenata; za skretanje pažnje i vršenje uticaja na raspolaganju je sve kraće vreme. Mediji na ovaj način diktiraju na sve pregnantniji način ono što mislimo i osećamo, čak i u dosada intimnim i privatnim sferama života. Ukoliko je Džejms bio u pravu u zapažanju da je mogućnost da zadržimo pažnju na jednoj stvari osnova volje i karaktera, gubljenje prostora za bivanje u sopstvenom iskustvu i gubljenje refleksivne i samorefleksivne dimenzije iskustva postaje i mentalno higijenski problem.

Psihoterapija kao disciplina, bez obzira na varijacije u stilovima, pozitivno vrednuje i uvažava autoritet subjekta i njegovog doživljaja sveta. To čini najpre implicitno, samim svojim postojanjem, jer nudi prostor za posmatranje i samorefleksiju u okviru jednog specifičnog ljudskog odnosa. Zatim eksplicitno, time što polazi od toga kako se svet pojavljuje klijentu i kako on doživljava svoje probleme i moguća rešenja. Danas, pod uticajem konstruktivizma i sa razumevanjem perspektivnosti svesti, psihoterapeuti većinom uvažavaju klijenta kao eksperta za sopstveno iskustvo. Konačno, psihoterapija radi na restauraciji poverenja u sopstveno iskustvo i na uspostavljanju autonomije klijenta. Time makar malim delom ispravlja posledice postvarenja i obezvređivanja subjektivnosti u današnjem društvu.

LITERATURA

1. Armstrong, D. (2004), „Priroda duha”, u: Stankovic, B. (prir.), *Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 33–45
2. Atkinson, R. C. & Shiffrin, R. M. (1968), „Human memory: A proposed system and its control processes“ u: Spence, K. W. & Spence, J. T. (eds.), *The psychology of learning and motivation (Volume 2)*, Academic Press, New York, 89–195
3. Baars, B. (1988), *A Cognitive Theory of Consciousness*, Cambridge University Press, Cambridge
4. Baars, B. (2003), „The double life of BF Skinner: inner conflict, dissociation and the scientific taboo against consciousness”, *Journal of Consciousness Studies* 1, 5–25
5. Baddeley, A. (1986), *Working Memory*, Oxford University Press, Oxford
6. Baier, G. (2001) *Rhythmus. Tanz in Körper und Gehirn*, Rowohlt Tb., Leipzig
7. Beck, A. (1976), *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*, New American Library, New York
8. Begley, S. (2008), *Train Your Mind Change Your Brain*, Ballentine Books, New York
9. Benedetti, F., Mayberg, H. S., Wager, T. D., Stohler, C. S. & Zubieta, J. K. (2005), „Neurobiological mechanisms of the placebo effect“, *Journal of Neuroscience* 25 (45), 10390–10402
10. Benoit, H. (1998), *The Supreme Doctrine*, Sussex Academic Press, Eastbourne
11. Bieri, P. (2006), „Was macht Bewusstsein zu einem Rätsel?“ u: Metzinger, T. (Hrsg.), *Grundkurs Philosophie des Geistes*, Band 1: Phänomenales Bewusstsein, mentis, Paderborn, 36–55
12. Bieri, P. (Hrsg.) (1981), *Analytische Philosophie des Geistes*, Hain, Königstein
13. Bitbol, F. & Petitmengin, C. (2013), „A Defense of Introspection from Within“, *Constructivist Foundations* 8(3), 269–279

14. Block, N. (1978), „Troubles with functionalism”, *Minnesota Studies in the Philosophy of Science* 9, 261–325
15. Block, N., Flanagan, O. & Güzeldere, G. (1999), *The Nature of Consciousness. Philosophical Debates*, A Bradford Book, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, London
16. Block, N. (1999), „On a Confusion about a Function of Consciousness“, u: Block, N., Flanagan, O. & Güzeldere, G., *The Nature of Consciousness. Philosophical Debates*, A Bradford Book, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, London, 375–415
17. Block, N., & Fodor, J. (1972), „What psychological states are not?“, *Philosophical Review* 81, 159–181
18. Block, N., (2003), „Mental Paint”, u: Hahn, M. & Ramberg, B. (eds.) *In Reflections and Replies: Essays on the Philosophy of Tyler Burge*, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, 2–34
19. Boring, E. (1950) *A History of Experimental Psychology*, Appleton, New York
20. Boring, E. (1963) „The Psychology of Consciousness” u: Boring, E., Watson, R. & Campbell, D. (eds.), *History, Psychology and Science: Selected Papers*, John Wiley & Sons New York, 274–286
21. Burns, E. M. & Ward, W. D. (1982), „Intervals, scales and tuning“ u: Deutsch, D. (ed), *The Psychology of Music*, Academic Press, New York, 241–269
22. Carnap, R. (1932/33), „Psychologie in physikalischer Sprache“, *Erkenntnis* 3, 107–142
23. Chalmers, D. (1996). *The Conscious Mind*, Oxford University Press, Oxford
24. Chalmers, D. (2002), „Consciousness and its place in nature“, u: Chalmers, D. (ed.), *Philosophy of Mind*, Oxford University Press, Oxford, 247–272
25. Cherry, E. C. (1953) „Some Experiments on the Recognition of Speech, with One and with Two Ears", *The Journal of the Acoustical Society of America* 25 (5): 975–979

26. Churchland, P. S., (1983), „Consciousness: The Transmutation of a Concept“, *Pacific Philosophical Quarterly* 64, 80–95
27. Churchland, P. (1988), *Matter and Consciousness*, The MIT Press, Cambridge
28. Churchland, P. (1985), „Reduction, Qualia, and the Direct Introspection of Brain States“, *The Journal of Philosophy*, Vol. 82 (1), 8–28
29. *Cicero: Gespräche in Tusculum*, (1997), Kirfel, E. A (Hrsg.), Reclam, Leipzig
30. Cleary, T. (2005), *Classics of Buddhism and Zen*, Shambala Publications, Boulder
31. Ciksenti-mihalji, M. (1990), *Tok. Psihologija optimalnog iskustva*, Forum, Novi Sad
32. Corey, G. (2009), *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Thompson Brooks/Cole, Belmont
33. Craik, F. & Lockhart, R. (1972), „Levels of processing: A framework for memory research“, *Journal of Verbal Learning & Verbal Behavior*, 11, 671–684
34. Crick, F. & Koch, Ch. (1999), „Towards a Neurobiological Theory of Consciousness“ u: Block, N., Flanagan, O. & Güzeldere, G., *The Nature of Consciousness. Philosophical Debates*, A Bradford Book, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts. London, 277–292
35. Dalai Lama, (2011), *Beyond Religion: Ethics for a Whole World*, Mariner Books, New York
36. Damasio, A. (2005) *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*, Penguin Books, London
37. Dejvidson, D. (2004), „Mentalni događaji“ u: Stankovic, B. (prir.) *Psihofizički identitet ili saznavno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 57–74
38. De la Fuente–Fernandez, R., Ruth, T.J, Sossi, V., Schulzer, M., Calne, D. B. & Stoessl, A. J., (2001), „Expectation and dopamine release: mechanism of the placebo effect in Parkinson's disease“, *Science* 293, 1164–1166
39. Dekart, R. (2012), *Metafizičke meditacije o prvoj filozofiji*, Zavod za udžbenike, Beograd

40. Dennet, D. (1988), „*Quining qualia*” u: Marcel, A. & Bisiach, E, (eds.), *Consciousness in Contemporary Science*, Oxford University Press, Oxford, 42–77
41. Depraz, N. (1999), „Phenomenological reduction as praxis”, *Journal of Consciousness Studies* 6 (2–3), 95–110
42. De Shazer, S. (1985) *Keys to Solution in Brief Therapy*, W. W. Norton, New York
43. De Silva, P. (1986), „Buddhism and Behaviour Change: Implications for Therapy” u: Claxton, G. (ed.), *Beyond Therapy. The Impact of Eastern Religions on Psychological Theory and Practice*, Wisdom Publications, London
44. Didonna, F. & Kabat-Zinn, J. (2010), *Clinical Handbook of Mindfulness*, Springer, New York
45. Diels–Kranz (1951), *Die Fragmente der Vorsokratiker* Bd. 1, Weidmann, Hildesheim
46. Dollard, J. & Miller, N. (1950), *Personality and Psychotherapy*, McGraw Hill, New York
47. Dowman, K. (2013), *Spaciousness: The Radical Dzogchen of the Vajra–Heart: Longchenpa's Treasury of the Dharmadhatu*, Vajra Publications, Gainesville
48. Džekson, F. (2004), „Epifenomenalna kvalitativna svojstva“ u: Stankovic, B. (prir.) (2004), *Psihofizički identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 121–132
49. Ellis, A. & Ellis, J. D. (2011), *Rational Emotive Behavior Therapy*, American Psychological Association, Washington
50. Ellenberger, H. (1970), *The Discovery of the Unconscious: The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*, Basic Books, New York
51. Epstein, M. (1996), *Thoughts without a Thinker*, Duckworth, London
52. Epstein, M. (1999), *Going to pieces without falling apart*, Thorsons, London
53. Erdelyi, M. H. (1985), *Psychoanalysis: Freud's Cognitive Psychology*, W.H. Freeman & Co, New York

54. Eysenck, H. (1957) „Characterology, Stratification Theory and Psychoanalysis: An Evaluation“, u: David, H. P. & Bracken, H. (eds.) *Perspectives in Personality Theory*, Basic Book, London, 232–335
55. Eysenck, H. (1985), *Sigmund Freud. Niedergang und Ende der Psychoanalyse*, List, München
56. Farthing, G.W. (1991), *The Psychology of Consciousness*, Prentice Hall College, New Jersey
57. Fisher, G. (2011), *Psychotherapiewissenschaft. Einführung in eine neue humanwissenschaftliche Disziplin*, Psychosozial-Verlag, Gießen
58. Flanagan, O. (1992), *Consciousness Reconsidered*, The MIT Press, Cambridge
59. Fodor, Dž. (2004), „Posebne nauke ili nejedinstvo nauke kao radna hipoteza“, u: Stankovic, B. (prir.) *Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 75–92
60. Frank, J. (1993), *Persuasion and Healing: Comparative Study of Psychotherapy*, Johns Hopkins University Press, Baltimore
61. Freud, S. (1927), „Nachwort zur Frage der Laienanalyse“, *Internationale Zeitschrift für Psychoanalyse*, 13, 326–332
62. Freud, S. (1957), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Vol. XIV, The Hogart Press, London
63. Frojd, S. (1969), *Uvod u psihoanalizu*, Matica Srpska, Beograd
64. Frojd, S. (1994), *S one strane principa zadovoljstva*, Svetovi, Novi Sad
65. Fromm, E. (1980), *S onu stranu okova iluzije: moj suset sa Marksom i Frojdom*, Naprijed, Zagreb
66. Gardner–Nix, J. & Kabat Zin, J., (2007), *The Mindfulness Solution to Pain: Step-by-Step Techniques for Chronic Pain Management*, New Harbinger Publications, Oakland

67. Gazzaniga, M. (1983), „Right hemisphere language following brain bisection: A 20-year perspective”, *American Psychologist*, 38(5), 525–537
68. Gendlin, E.T. (1961) „Experiencing: A variable in the process of therapeutic change”, *American Journal of Psychotherapy*, 15(2), 233–245
69. Gendlin, E.T. (1981), *Focusing*, Otto Müller Verlag, Salzburg
70. Gendlin, E. T. (2008), *Focusing und Philosophie. E. T. Gendlin über die Praxis körperbezogenen Philosophierens*, Wiltchko, J. (Hrsg.) Facultas Verlag, Wien
71. Germer, Ch. Siegel, R. & Fulton, P. (2013), *Mindfulness in Psychotherapy*, The Guilford Press, New York
72. Goldberg, C. (1996), „Critical issues confronting the profession of psychotherapy: now and into the new millennium”, *International Journal of Psychotherapy* 1 (1), 23–33
73. Goleman, D. (2013), *Focus: The Hidden Driver of Excellence*, Harper, New York
74. Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994), *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*, Hogrefe, Göttingen
75. Grawe, K. (2004), *Neuropsychotherapie*, Hogrefe, Göttingen
76. Guthrie, E. (1959) „Association by Contiguity”, u: Koch, S. (ed.) *Psychology: A Study of a Science*, McGraw-Hill, New York
77. Güzeldere, G. (1999) „The Many Faces of Consciousness: A Field Guide“ u: Block, N., Flanagan, O. & Güzeldere, G., *The Nature of Consciousness. Philosophical Debates*, A Bradford Book, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, London
78. Hamilton, D. (2012), *Kako umom izleciti telo*, Leo commerce, Beograd
79. Hanson, R. (2011), *Buddha's Brain*, New Harbinger Publications, Oakland
80. Hanson, R. (2014), *Hardwiring happiness. The New Brain Science of Contentment, Calm, and Confidence*, Harmony Books, New York
81. Hayes, S., Strosahl, K. & Wilson, K. (2011), *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*, The Guilford Press, New York

82. Hempel. C. G. (1969), „Reduction: Ontological and Linguistic Facts“ u: Morgenbesser, S. (ed.) *Philosophy, Science and Method*, St. Martin's Press, New York, 179–199
83. Hennig, B. (2006) „*Conscientia*“ bei Descartes. Alber Symposium, Freiburg
84. Hilgard E.R. (1977), *Divided consciousness: multiple controls in human thought and action*, Wiley, New York
85. Holmes, D. S. (1990), „The Evidence for Repression“ u: Singer. J. L. (ed.), *Repression and Dissociation*, University of Chicago Press, Chicago, 85–102
86. Howard, K. & Orlinsky, D. (1987) „A generic model of psychotherapy“, *Journal of Integrative and Eclectic Psychotherapy* 6, 6–27
87. Huber, I. (2010), *Coaching by Consciousness. Ein west-östlicher bewusstseinsorientierter Ansatz für Selbstführung und Coaching*, Homo Integralis, München
88. Hurvich, L. (1981), *Color Vision*, Sunderland, MA: Sinauer Associate
89. Jackendoff, R. (1987), *Consciousness and the Computational Mind*, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts
90. James, W. (1899), *The Principles of Psychology: in two volumes*, Henry Holt & Co., New York
91. James, W. (1904) „Does 'Consciousness' Exist?“, *Journal of Philosophy, Psychology, and Scientific Methods*, 1, 477–491
92. James, W. (1962), *Psychology: Briefer Course*, Collier Books, New York
93. James, W. (1990), *Raznolikosti religioznog iskustva*, Naprijed, Zagreb
94. Janich P. & Oerter, R. (2012), *Der Mensch zwischen Natur und Kultur*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
95. Johnson-Laird, P. (1988), *The Computer and the Mind: An Introduction to Cognitive Science*, Harvard University Press
96. Jovanovic, G. (1997), *Frojd i moderna subjektivnost*, Svetovi, Novi Sad

97. Jung, K. G. (1989), *Sećanja, snovi, razmišljanja*, Mediteran, Budva
98. Kahneman, D. (1973), *Attention and effort*, Englewood Cliffs, Prentice–Hall, New York
99. Kelley, Ch. (1980), „What is the Matter with Man?“, Chuck Kelley's Radix Journal, Vol. II (2&3)
100. Khoury B., Lecomte T., Fortin G., Masse M., Therien, P., Bouchard, V., Chapleau, M. A., Paquin K. & Hofmann, S. G. (2013) „Mindfulness–based therapy: A comprehensive meta-analysis“, *Clinical Psychology Review*, Vol.33 (6), 763–771
101. Kiesler, D. (1966) „Some myths of psychotherapy research and the search for a paradigm“ *Psychological Bulletin*, Vol. 65 (2), 110–136
102. Kihlstrom, J. (1984), „Conscious, Subconscious, Unconscious: A Cognitive Perspective“, u: Bowers, K. S. & Meichenbaum, D. (eds.), *The Unconscious Reconsidered*, Wiley, New York, 149–211
103. Kim, Dž. (2004), „Epifenomenalna i supervenijentna kauzalnost“, u: Stankovic, B. (prir.) *Psihofizicki identitet ili saznavno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 159–174
104. Kirsch, I. (2009), *The Emperor's New Drugs: Exploding the Antidepressant Myth*, The Bodley Head, London
105. Klisic, Lj. (1995), *Telesna psihoterapija: do orgazma i dalje*, Eko-Primat-Zemun, Beograd
106. Koerner, K. & Linehan, M. (2011), *Doing Dialectical Behavior Therapy: A Practical Guide*, The Guilford Press, New York
107. Kretschmer, W. (1990), „Meditative Techniques in Psychotherapy“ u: Tart, Ch. (ed.) *Altered states of consciousness*, Harper, New York
108. Kügler, P. (2002), *Die Philosophie der primären und sekundären Qualitäten, mentis*, Paderborn
109. Lambert, M. (2004) *Bergin & Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, John Wiley & Sons, New York

110. Lambert, M. & Barley, D. (2001), „Research summary on the therapeutic relationship and psychotherapy outcome”, *Psychotherapy Theory Research & Practice* 38 (4), 357–361
111. Lazarus, A. (1978), *Multimodal behavior therapy*, Springer, New York
112. Leibniz, G.W. (1957), *Selections*, Charles Scribner's Sons, New York
113. Lasch, Ch. (1986), *Narcistička kultura*, Naprijed, Zagreb
114. Levine, J. (1983), „Materialism and qualia: The explanatory gap“, *Pacific Philosophical Quarterly*, 64, 354–361
115. Levine, J. (1988), „Absent and Reverted Qualia Revisited“, *Mind and Language* 3:4, 271–287
116. Levine, J. D., Gordon, N. C. & Fields, H. L. (1978), „The mechanism of placebo analgesia”, *Lancet*, 654–657
117. Levine, P. (2008), *Healing Trauma: A Pioneering Program for Restoring the Wisdom of Your Body*, Sounds True, Luisville
118. Linji, Yixuan (1996), *Das Denken ist ein wilder Affe*, O. W. Barth, Roßdorf
119. Lok, Dž., *Ogled o ljudskom razumu*, Kultura, Beograd, 1962
120. Luborsky, L., Singer, B. & Luborsky, L. (1975) „Is it true that everyone has won and all must have prizes?“, *Archives of General Psychiatry* 32, 995–1008
121. Lutz A., Greischar L. L., Rawlings N. B., Ricard M. & Davidson R. J. (2004), „Long-term meditators self-induce high amplitude gamma synchrony during mental practice“, *Proceedings of the National Academy of Sciences USA* 101:16369–16373
122. Lutz, A. & Thompson E. (2003), „Neurophenomenology: Integrating Subjective Experience and Brain Dynamics in the Neuroscience of Consciousness”, *Journal of Consciousness Studies*, 10, No. 9–10, 31–52

123. Mandler, G. (1984), „The construction and limitation of consciousness” u: V. Sarris, V. & Parducci, A. (eds.), *Perspectives in psychological experimentation: Toward the year 2000*, Lawrence Erlbaum Associates, Hillside, N.J.
124. McGinn, C., (1989), „Can we solve the mind–body prolem?“, *Mind*, XCVIII:893, 349–366
125. McNeil, D. & Kyle, B. (2009), „Exposure therapies” u: Cormier, S., Nurius, P. S. & Osborn, C., *Interviewing and change strategies for helpers: Fundamental skills and cognitive behavioral interventions*, Brooks/Cole, Belmont, 475–512
126. McPhail E. M. (1998), *The Evolution of Consciousness*, Oxford University Press, Oxford
127. Meichenbaum, D. (1977), *Cognitive-Behavior Modification: An Integrative Approach*, Plenum Press, New York
128. Metzinger, T. (2005), „Out-of-Body Experiences as the Origin of the Concept of a Soul”, *Mind and Matter*, Vol. 3(1), 57–84
129. Metzinger, T. (2005), *Being No One The Self-Model Theory of Subjectivity*, The MIT Press, Cambridge
130. Metzinger, T. (2009), *The Ego Tunnel: The Science of the Mind and the Myth of the Self*, Basic Books, New York
131. Metzinger, T. (Hrsg.), *Grundkurs Philosophie des Geistes, Band1: Phänomenales Bewusstsein*, mentis, Paderborn
132. Milenkovic, S. (1997), *Vrednosti savremene psihoterapije*, Prometej, Novi Sad
133. Miller, G. (1962), *Psychology: The Science of Mental Life*, Harper and Row Publishers, New York
134. Mitterer, J. (1992), *Das Jenseits der Philosophie*, Passagen Verlag, Wien
135. Molino, E. (1998), *The Couch and the Tree: Dialogues in Psychoanalysis and Buddhism*, North Point Press, New York
136. Moore, G. E. (1903) „The Refutation of Idealism“, *Mind*, 12, 433–453

137. Nagel, T. (1965) „Physicalism“, *Philosophical Review* 74, 339–356
138. Neff, K. (2011), *Self-Compassion – The Proven Power of Being Kind to Yourself*, Academic Press, Waltham, Massachusetts
139. Naimeyer, R. & Mahoney, M. (eds.) (1996), *Constructivism in Psychotherapy*, American Psychological Association, Washington
140. Neisser, U. (1967), *Cognitive Psychology*, Prentice Hall, New Jersey
141. Neigel, T. (2004), „Kako izgleda biti slepi miš?“ u: Stankovic, B. (prir.), *Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 107–120
142. Newberg, A. (2010), *Principles of Neurotheology*, Ashgate Publishing, Farnham
143. Newberg, A. & Waldman, M. (2010), *How God Changes Your Brain*, Ballantine Books, New York
144. Newberg, A. & Waldman, M. (2013), *Words can change your brain*, Plume, New York
145. Nisbett, R. & Wilson, T. (1977), „Telling more than we can know: Verbal reports on mental processes“, *Psychological Review*, 84 (3), 231–259
146. Njanaponika, Tera (1988), *Budisticka meditacija*, Ananda, Novi Sad
147. Ogden, P., Minton, K., and Pain, C. (2006), *Trauma and the body: A sensorimotor approach to psychotherapy*, W.W. Norton, New York
148. Orlinsky, D. & Howard, K. (1986) „Process and Outcome in Psychotherapy“ u: Garfield, S. L. & Bergin A. E. (eds.): *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, Wiley, New York, 311–384
149. Patnam, H. (2004), „Filozofija i naš mentalni život“, u: Stankovic, B. (prir.) *Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 93–106
150. Pearls, F., Hefferline, R. & Goodman, P. (1985), *Gestalt-Therapie*, Klett, Stuttgart
151. Petitmengin, C. & Lachaux, J-P. (2013), „Microcognitive science: bridging experiential and neuronal microdynamics“, *Front.Hum.Neurosci.* 27:617

152. Plejs, A. T. (2004), „Da li je svest moždani proces?“ u: Stankovic, B. (prir.) Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj? Mali Nemo, Pancevo, 9–16
153. Popper, K. R. (1950), „Indeterminism in quantum physics and in classical physics. Part I“, *British Journal for the Philosophy of Science* 1 (2), 117–133
154. Popper, K. & Eccles, J. (1977), *The Self and Its Brain: An Argument for Interactionism*, Routledge Publishers, London
155. Poper, K., (1988), „Nauka, pseudonauka i falsifikacionizam“, u: Savic, O. (prir.), *Filozofsko čitanje Frojda*, Istraživačko-izdavački centar SSO Srbije, Beograd, 43–49
156. Prioleau, L., Murdock, M. & Brody, N. (1983), „An analysis of psychotherapy versus placebo studies“, *Behavioral and Brain Sciences* 6, 275–310
157. Pritz, A. (ed.) (2002), *Globalized Psychotherapy*, Facultas Universitätsverlag, Vienna
158. Radonjic, S. (1994), *Uvod u psihologiju*, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Beograd
159. Raffman, D. (2006) „Die Baharrlichkeit der Phänomenologie“ u: Metzinger, T. (Hrsg.) *Grundkurs Philosophie des Geistes, Band 1: Phänomenales Bewusstsein*, mentis, Paderborn, 479–501
160. Rakic, Lj., Kostopoulos, G., Rakovic, D. & Koruga, Đ. (eds.) (1997), *Brain and Consciousness*, ECPD, Belgrade
161. Rakovic D. & Koruga, Đ. (eds.) (1996), *Consciousness: Scientific Challenge of the 21st Century*, ECPD, Belgrade
162. Rappaport, L. (ed.) (2013), *Mindfulness and the Arts Therapies: Theory and Practice*, Jessica Kingsley Publishers, London
163. Rey, G., (1998) „A Question About Consciousness“ u: Otto, H. & Tuedio, J. (eds.) *Perspectives on Mind*, D. Reidel, Dordrecht, 5–24
164. Reynolds, J. (1989), *Self-Liberation through seeing with naked awareness*, Station Hill Press, New York

165. Richards, P. S. & Bergin, A. (1999) *Handbook of Psychotherapy and Religious Diversity*, American Psychological Association, Washington
166. Rosch, E. (1997), „Transformation of the Wolf Man” u: Pickering, J. (ed.) *The Authority of Experience*, Curzon, Richmond
167. Rodžers, K. (1985) *Kako postati ličnost*, Nolit, Beograd
168. Rosenthal, D. (1999) „A Theory of Consciousness“, u: Block, N., Flanagan, O. & Güzeldere, G., (eds.) *The Nature of Consciousness. Philosophical Debates*, A Bradford Book, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts, London
169. Rubin, J. (1996) „Close Encounters of a New Kind: Toward an Integration of Psychoanalysis and Buddhism” u: Segall, S. R. (ed.), *Encountering Buddhism*, State University of New York Press, New York, 31–60
170. Ryle, G. (1949), *The Concept of Mind*, Hutchinson & Co, London
171. Sas, T. (1978), *Etika psihoanalize: teorija i metod autonomne psihoterapije*, Vuk Karadžić, Beograd
172. Schacter, D. L. (1989) „On the relation between memory and consciousness: Dissociable interactions and conscious experience” u: Roediger, H. & Craik, F. (eds.), *Varieties of memory and consciousness: Essays in honour of Endel Tulving*, Hillsdale, New York
173. Shallice, T. (1972) „Dual functions of consciousness“, *The Psychological Review* 79 (5), 383–393
174. Schmidt, G. (2014), *Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung*, Carl–Auer Compact, Heidelberg
175. Schmitz, H. (1990), *Der unerschöpfliche Gegenstand*, Bouvier Verlag, Bonn
176. Schneider, W. & Shiffrin, R. M. (1977), „Controlled and automatic human information processing: I. Detection, search, and attention”, *Psychological Review* 84 (1), 1–66
177. Shapiro, D. & Walsh, R. (1984), *Meditation: Classic and Contemporary Perspectives*, Aldine, New York

178. Shoemaker, S. (1975) „Functionalism and qualia”, *Philosophical Studies* 27 (5), 291–315
179. Searle, J. (1994), *The Rediscovery of The Mind*, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts
180. Searle, J., (1990) „Who is computing with the brain?“, *Behavioural and Brain Sciences* 13:4, 385–395
181. Sesardic, N. (1984), *Fizikalizam*, Istraživacko–izdavacki centar SSO Srbije, Beograd
182. Shallice, T. (1972) „Dual Functions of Consciousness”, *The Psychological Review*, 79:5, 383–393
183. Sheng Yen, (2008), *The Method of No-Method: The Chan Practice of Silent Illumination*, Shambala Publications, Boulder
184. Siegel, D. (2010), *Die Alchemie der Gefühle*, Kailash Verlag, München
185. Siegel, D. (2010), *The Mindful Therapist: A Clinician's Guide to Mindsight and Neural Integration*, W. W. Norton, New York
186. Siegel, D. (2012), *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*, The Guilford Press, New York
187. Singer, W. (2003), *Ein neues Menschenbild?*, Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main
188. Sloterdijk, P. (2009) *Du mußt dein Leben ändern*, Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main
189. Smart, Dž. Dž. (2004) „Oseti i moždani procesi” u: Stankovic, B. (prir.) *Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo, 17–33
190. Smiljanic D. (2006), *Philosophische Positionalität im Lichte des Perspektivismus Ein metaphilosophischer Versuch*, Tectum Verlag, Marburg
191. Smith, M. L. & Glass, G. (1977) „Meta-analysis of psychotherapy outcome studies” *American Psychologist*, Vol. 32 (9), 752–760

192. Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (eds.) (2005) *The Handbook of Positive Psychology*, Oxford University Press, Oxford
193. Sparrer, I. & Varga von Kibed, M. (2010), *Klare Sicht im Blindflug*, Carl Auer, Heidelberg
194. Sperry, R. W. (1968), „Hemisphere disconnection and unity in conscious awareness”, *American Psychologist*, 23 (10), 723–733
195. Stankovic, B. (prir.) (2004), *Psihofizicki identitet ili saznajno povlašćeni položaj?* Mali Nemo, Pancevo,
196. Steiner, U. C. (Hrsg.) (1997), *Philosophie jetzt!: Husserl*, Diederichs, München
197. Sutherland, S. (1995), *International Dictionary of Psychology*, The McMillan Press, London
198. Suzuki D. T. & From, E. (1964), *Zen budizam i psihoanaliza*, Nolit, Beograd
199. Teasdale, W. M., Siegel, Z. & Kabat–Zinn, J. (2007), *The Mindful Way Through Depression: Freeing Yourself from Chronic Unhappiness*, The Guilford Press, New York
200. Titchener, E. (1915), *A Beginner's Psychology*, McMillan, London
201. Thompson, E. (2008), „Neurophenomenology and Contemplative Experience” u: Clayton, Ph. (ed.), *The Oxford Handbook of Religion and Science*, Oxford University Press, Oxford, 226–235
202. Thyer, B. A., Papsdorf, J. D., Davis, R. & Vallecorsa, S. (1984) „Autonomic correlates of the subjective anxiety scale”, *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* 15 (1), 3–7
203. Tomm, K. (1988), „Interventive Interviewing: Part III Intending to Ask Linear. Circular, Strategic or Reflexive Questions?”, *Fam. Proc.*, 27, 1–15
204. Tulving, E. (1989) „Memory: Performance, Knowledge and Experience“, *European Journal of Cognitive Psychology* I (1), 3–26

205. Tuszynski J. (ed.) (2006), *The Emerging Physics of Consciousness*, Springer Verlag, Heidelberg
206. Vaihinger, H. (2007), *Die Philosophie des Als Ob*, VDM Verlag Dr Müller, Saarbrücken
207. Varela, F., Thompson, E. & Rosch, E. (1999), *The Embodied Mind*, The MIT Press, Cambridge, Massachusetts
208. Varela, F. J. (1996), „Neurophenomenology. A methodological remedy for the hard problem”, *Journal of Consciousness Studies*, 3(4), 330–349
209. Varela, F. & Shear, J. (eds.) (1999), *The View from Within: First–person approaches to the study of consciousness*, Imprint Academic, Exeter
210. Vermersch, P. (1999) „Introspection as practice” u: Varela, F. & Shear, J. (eds.), *The View from Within: First–person approaches to the study of consciousness*, Imprint Academic, Exeter, 17–42
211. Wallace, A. (2000), *The Taboo of Subjectivity*, Oxford University Press, Oxford
212. Wallace, A. (2008), *Attention Revolution*, Wisdom Publications, Somerville
213. Wampold, B. (2001), *The Great Psychotherapy Debate: Models, Methods, and Findings*, Routledge, London
214. Watson, J. (1928), „Behaviourism – The Modern Note in Psychology” u: Watson, J. B. & McDougall, W., *The Battle of Behaviourism. An Exposition and an Exposure*, Kegan Paul, Trench Trubner, London
215. Watson, J. (1970), *Behaviorism*, Norton & Co, New York
216. West, M. (1990), *The Psychology of Meditation*, Clarendon Press, Oxford
217. Wilber, K. (1988), *The Marriage of Sense and Soul: Integrating Science and Religion*, Harmony, New York
218. Williams, M. & Kabat–Zinn, J. (eds.) (2013), *Mindfulness: Diverse Perspectives on its Meaning, Origins and Applications*, Routledge, London

219. Wilkes, K. (1984) „Is Consciousness Important?“, *British Journal of Philosophy of Science*, 35, 223–243
220. Wolinsky, S. (1991), *Trances people live*, Bramble Books, Colchester
221. Zohar, D. & Marshall, I. (2000), *Spiritual Intelligence. The Ultimate Intelligence*, Bloomsbury, London