

Colin Wilson

Vrhunsko doživetje

Vedno me je zanimala težava posameznika, ki je sam v družbi, za katero ima občutek, da je prevelika in preveč neosebna. To je bila temeljna tema moje knjige *The Outsider (Obstranec)*.

V njej sem omenil, da se Obstrancu upira že sama zamisel civilizacije, ker ta uničuje individualnost. To je seveda namerno pretiravanje. In vendar me je kmalu po izdaji *Outsiderja*, ko sem predaval po Ameriki, osupnila strahotna razčlovečenost univerz, na katerih je bilo v posameznih letnikih toliko študentov, da so morali sedeti v drugih predavalnicah ter gledati in poslušati predavanje na televizijskih zaslonih. Tako sem spoznal, da najverjetneje večina izmed teh študentov ne more dobiti tistega osebnega, individualnega občutka, ki se lahko razvije v ustvarjalnost.

To je namreč temeljni namen civilizacije. Vse se vrti okoli tega. Civilizacija je kratko malo poskus spodbujanja ustvarjalnosti pri posamezniku, ker je to največ, česar je ta sposoben.

V poznih petdesetih letih 20. stoletja sem dobil pismo ameriškega psihologa Abrahama Maslowa, ki mi je pisal v zvezi z mojo knjigo *The Age of Defeat (Doba poraza)*. Sporočil mi je, da se v njej spopadam s težavo, ki je njega obsedala že leta: in sicer, da je v našo civilizacijo vgrajeno nekakšno temeljno *vodilo poraza* – da naša umetnost, naša književnost, naša kultura izhajajo iz predstave, da posameznik ne more narediti ne vem kakšnega vtisa na civilizacijo, da je nemočen, zgolj pripadnik množice.

Maslow mi je poslal tudi nekaj svojih zapisov. Priznati moram, da sem kar dolgo odlašal z branjem, ko sem videl zapletene naslove. Ko pa sem se čez kakih šest mesecev le lotil enega izmed zapisov, me je nemudoma navdušila osrednja teza Maslowa: psihologi vedno proučujejo bolne ljudi, zato ker bolni ljudje zmeraj govorijo o svoji bolezni, nihče pa se ni nikoli spomnil na zdrave ljudi, zato ker zdravi ljudje pač ne govorijo o svojem zdravju. Maslow je trdil, da bi bili boljši psihologi, če bi proučevali

zdrave. Prijatelje je vprašal: "Kdo je najbolj zdrava oseba, kar jih poznate?", nato pa je začel proučevati večje število zdravih ljudi in ves osupel odkril nekaj, česar ni še nihče pred njim, saj nihče nikoli še pomislil ni, da bi se ukvarjal z zdravimi: večina izmed njih je dokaj pogosto doživljala nekaj, kar je sam poimenoval "vrhunsko doživetje". Za takšno doživetje je bilo značilno nenadno prekipevanje, intenzivni trenutki silne radosti, nikakor pa to ni bilo mistično doživetje. Mlada mati je opazovala svojega moža in otroke med zajtrkom, ko je skozi okno posvetil sončni žarek, in je pomislila: "Kako srečni smo," ter izkusila vrhunsko doživetje. Gostiteljica, pri kateri se je ravno končala zelo uspešna zabava, je pogledala po sobi, videla pohojene cigaretne ogorke na preprogi in polito vino po naslanjačih, a je kljub temu izkusila vrhunsko doživetje. Maslow je rekel, da je takšno doživetje značilno za vse zdrave ljudi in da je pravzaprav nenaden pojav podzvestne vitalnosti. Nemudoma sem Maslowu pisal o svojem navdušenju nad tem, končal pa tako, da sem o tem ameriškem psihologu napisal knjigo *New Pathways in Psychology* (*Nove poti v psihologiji*).

Ko sem pozneje prebral knjigo *Small is Beautiful* (*Majhno je lepo*) ekonomista Ernsta Friedricha Schumacherja, sem videl, da je logično nadaljevanje zamisli Abrahama Maslowa – zdrava oseba je tista, ki ni obremenjena s svojim okoljem. Ne počuti se nemočnega, ne počuti se kot zobnik v nekem kolesju, ohranja lasten gon, individualnost in ustvarjalnost. Naša civilizacija se spopada s težavo, kako ohraniti stvari dovolj "majhne", da bi čim več ljudi lahko izkusilo občutek individualnosti.

Otroštvo, ki sem ga preživel v rodnem Leicestru, je močno vplivalo name še zlasti zato, ker je bilo tako klavstrofobično in dolgočasno. To velja tudi za rojstne kraje velikega števila pisateljev dvajsetega stoletja: Dublin Jamesa Joycea, Dublin Bernarda Shawa, Lewisham Herberta Georgea Wellsa, Burslem Arnolda Benetta, Combray Marcela Prousta – sama majhna mesta, ki so svojim prebivalcem omogočala, da so se lahko počutili individualce med drugimi individualci. Kajpak pa se vse skrči na občutek, da si majhna riba v majhnem ribniku. Če si majhna riba v velikem ribniku, boš bržkone občutil pomanjkanje lastne individualnosti. To sem spoznal, ko sem prvič prišel v London pri devetnajstih letih: v množici sem se počutil popolnoma izgubljenega – nikomur ne bi bilo mar, če bi me povozil avtobus. Očitno vsi hrepenimo po individualnosti. Po Maslowu se ljudje razvijamo skozi več stopenj potreb ali vrednot, ki jih je imenoval "hierarhija potreb".

S tem je mislil na naslednje: če nekdo trpi za lakoto in ni v življenju zaužil niti enega spodobnega obroka, bo sanjal o hrani in si zamislil popolno srečo kot okoliščino, v kateri bi lahko vsak dan dobil obilen obrok hrane. Če bi to dosegel, pa bi se pojavila naslednja stopnja: potreba po varnosti, po strehi nad glavo. (Zato vsak potepuh sanjari o hišici s cvetjem.) Če doseže to "ozemeljsko" stopnjo, se pojavi potreba po ljubezni, po pripadnosti oziroma intimnosti z drugo osebo ali osebami. Če so zadovoljene tudi te potrebe, se pojavi nova stopnja: potreba po ugledu in samospoštovanju, po tem, da bi te drugi ljudje

cenili in imeli radi. Na tej stopnji vabijo žene ob dopoldnevih sosede na kavo, možje pa se včlanijo v Rotary klube.

Če je stopnja samospoštovanja dosežena, z malo sreče pride do naslednje (Maslow je dejal "z malo sreče", saj veliko ljudi nikoli ne doseže te stopnje): to je stopnja ustvarjalnosti, ki jo je Maslow poimenoval samoaktualizacija ali samouresničevanje. S tem ni mislil nujno na umetnost, znanost ali kakšno drugo obliko ustvarjalnosti. Samouresničevanje pomeni, da počnemo nekaj iz veselja, ki izhaja iz tega, da tisto dobro opravljamo. Nekoč je omenil, da je bila neka ženska posebno dobra pri vzgoji otrok in je to počela še naprej, tudi, ko so njeni otroci že odrasli. Nekdo drug je zelo spretno izdeloval ladjice v steklenicah: očitno je to zadovoljilo njegovo potrebo po samouresničevanju. Samouresničevanje je bržkone vrh hierarhije potreb.

Na srečo je v naši družbi večina ljudi tako ali drugače dosegla prve tri stopnje – temeljno potrebo po hrani, varnosti in toplem človeškem odnosu. Potreba, ki je večina ljudi še ni zadovoljila in ki postaja v družbi, kakršna je naša, vse bolj nujna, je potreba po samospoštovanju – potreba, če že hočete, po "priznanju", pa čeprav le majhnega kroga sosedov in prijateljev. Samospoštovanje je očitno ena izmed temeljnih težav naše civilizacije z njeno vse večjo težnjo k deindividualizaciji. Ne morete ga namreč doseči, če ste v tako ogromnem ribniku, da se počutite odtujene od vseh drugih – z drugimi besedami, če se počutite kot nihče.

V *Outsiderju* sem to navedel kot temeljno Obstrančevo težavo. Schumacher je izjemno veliko prispeval s spoznanjem, da je možno decentralizirati družbo tako, da ljudje živijo v precej manjših skupnostih. Pred njim so govorili o tem že idealisti, na primer Gilbert Keith Chesterton in Hilaire Belloc, ki sta svojo politično filozofijo imenovala "distributizem". Ta je bil ponavadi sežet v izrazu "dva hektarja in krava". Jasno je, da dva hektarja in krava ne bi rešila težav sodobnega prebivalca mesta, toda Schumacher je spoznal, da je distributizem mogoče posodobiti – da bi lahko živeli popolnoma drugače. Ko sem se prvič seznanil z njegovimi zamislimi – na neki televizijski oddaji – so me zelo navdušile, saj mi je bilo že jasno, da bomo morali živeti popolnoma drugače, če bomo hoteli zadovoljiti temeljno človeško potrebo po samospoštovanju. Brez zadovoljitve te potrebe pa se po besedah Maslowa ne moremo pomakniti naprej na raven samouresničevanja –, ki bi bila idealna raven družbe.

Pisal sem Schumacherju, nato sva si dopisovala in bil sem tudi pri njem, da bi se pogovorila o knjigi, ki sem jo nameraval napisati o njem. (Bil je tudi prijatelj Maslowa.) Ko je bila knjiga še v zasnutku, pa je, žal, umrl. Šele po izdaji njegove knjige *Guide for the Perplexed* (Vodič za zbegane) sem spoznal, da se je Schumacher – tako kakor sem se sam – preusmeril z družbenega vidika problema – ki je v resnici zelo pomemben – k nečemu, kar se mi zdi celo pomembnejše: k problemu osamljenega posameznika v naši družbi.

V času, ko sem pisal *Outsiderja* – v svojih zgodnjih dvajsetih letih –, me politika ni kaj dosti zanimala, vendar so mi po vsakem predavanju postavili vedno enako vprašanje: "To je vse lepo in prav, toda, kako bi lahko vaše zamisli

izboljšale našo družbo?" In vedno sem moral priznati, da ne vidim možnosti, da bi lahko izboljšale družbene razmere. To se lahko zgodi le z izboljševanjem posameznika. Ves vesel sem odkril, da je do takega sklepa prišel tudi Schumacher v knjigi *Guide for the Perplexed*. V tistem čudovitem dostavku – vsakemu, ki knjige še ni prebral, svetujem, da jo začne brati z epilogo – navaja besede Dorothy L. Sayers o Danteju. Rekla je namreč, da je Dantejev *Pekel* podoba človeške družbe v stanju greha in korupcije, in nato nadaljevala, da sta to tudi težavi naše družbe: "Nepomembnost, pomanjkanje volje do življenja, zdrs v ohlapno moralo, pohlepno potrošništvo, finančna nedisciplina, samosvoj in trmoglav individualizem in nasilje." Schumacher je nadalje poudaril, da je Dorothy L. Sayers napisala to pred tridesetimi leti in da so stvari danes še veliko slabše, ter dodal, da je resnična težava v tem, da skušamo živeti brez vere – pri tem pa niti za trenutek nisem mnenja, da je Schumacher mislil s tem na religijo v pomenu kakšne verske ločine. Mislil je na notranjo gotovost, ki je protiutež občutku odtujenosti.

Celo takrat, ko sem pisal *Outsiderja*, sem lahko videl, da je to osrednji problem, saj tudi absolutno idealna družba z dovolj materialnimi dobrinami za vse kljub temu še vedno ne bi zagotavljala splošne sreče. Pravzaprav sem kot preučevalec kriminala – trenutno pišem knjigo *A Criminal History of Mankind* (*Svetovna zgodovina zločinov*) – vedno trdil, da je ena najhujših posledic vse bolj lagodne civilizacije vse višja stopnja kriminala. Še huje pa je, da zločini postajajo vse bolj nasilni in sadistični. V zadnjih dveh desetletjih so se zgodili zločini – še zlasti nekateri primeri množičnih umorov –, ki si jih pred letom 1960 kratko malo niti zamisliti ne bi mogli. Povečal se je namerni sadizem, ki izvira iz čiste frustriranosti.

Ja, težava se začne pri posamezniku, ker v idealni družbi še zmeraj ne bi mogli preprečiti vseh zločinov zaradi frustracij. Treba je – tako je rekel Schumacher – razmišljati v izrazoslovju religije. Bernard Shaw je bil med prvimi, ki so to spoznali, in je izjavil: "Sodobni človek ne more živeti brez religije." Arnold Toynbee je iz tega naredil eno izmed osrednjih tez v knjigi *A Study of History* (*Študija zgodovine*). Schumacher pa je tretji pomembni mislec 20. stoletja, ki je opozoril na ta temeljni problem.

Religija je v svojem bistvu nekaj, s čimer živiš. Whitehead je nekoč izjavil: "Religija je to, kar človek počne s svojo samoto." Religija je tudi sposobnost vzpostavljanja notranjega miru. Po mojem mnenju je eno izmed najpomembnejših poglavij *Outsiderja* tisto, v katerem omenjam pisatelja Hermanna Hesseja. (Pravzaprav sem prvi v Angliji obširno pisal o njem.) Še zlasti me je navdušil njegov roman *Stepni volk*, v katerem zelo jasno opiše osrednji problem. Stepni volk je dokaj premožen in obetaven pisatelj. Živi v udobni sobi v lični najemniški hiši, ima veliko knjig in gramofonskih plošč, dekle, skratka skoraj vse, kar potrebuje človek za srečo. Toda kljub temu ni srečen. Ima nenehen občutek dolgočasje in frustracije, občutek, da ni sposoben prodreti do globlje mentalne intenzivnosti. Čuti, da je njegova zavest nekako dolgočasna in mlač-

na. Na začetku knjige opiše to frustracijo in občasno težnjo po samomoru. Nato pa gre še isti dan v restavracijo na kosilo, in ko okusi prvi požirek vina Moselle, ga prevzame nenavaden občutek globoke sprostitve, ki ga Maslow imenuje vrhunsko doživetje. Stepni volk izjavi: "Zlat mehurček je počil in spomnil sem se Mozarta in zvezd."

In to vodi do srčike problema. Če bi le obstajal način, kako pritisniti na gumb in sprožiti to doživetje – počiti zlati mehurček, tako da se bi spomnili Mozarta in zvezd. Ko bi le lahko to storili – če bi iznašli celo kakšno zdravilo ali kemikalijo za to –, potem bi rešili temeljni problem sodobne civilizacije. Nobenega kriminala več, nič več vojn, nič več frustracij in sovraštva. Morda se spomnite, da je Aldous Huxley celo predlagal, da bi morali jemati meskalin v ta namen: toda po zaužitju meskalina si tako ekstatično len in srečen, da se ti nič ne ljubi. Kup umazane posode je tako lep, da ga nihče ne mara pomiti. Zato to kajpada ni prava rešitev, lahko pa bi jo našli, če bi odkrili metodo za sprožanje vrhunskega doživetja po Maslowu.

Schumacher je v knjigi *Guide for the Perplexed* v poglavju *Adaequatio* poudaril še nekaj bistvenega: informacija, ki pride do nas prek naših čutil, ni resničnost. Ne vidimo zgolj z očmi, temveč v veliki meri tudi z umom. In ker je um pri različnih ljudeh zelo različen, obstaja veliko stvari, ki jih nekateri lahko vidijo, drugi pa ne, "ali povedano drugače, za katere so nekateri ljudje primerni, drugi pa ne. Ko raven poznavalca ni ustrezna ravni objekta znanja, izid ni dejanska napaka, temveč nekaj veliko resnejšega: nezadostno in okrnjeno videnje resničnosti". Schumacher je s tem zadel v srčiko temeljne težave človeškega obstoja, povezano z našimi čuti in čudno "okrnjenim videnjem resničnosti", kar pa je – to sem lahko videl v času pisanja *Outsiderja* – jedro problema. Stepni volk težavo za trenutek razreši s požirkom Mosella, toda vino ne učinkuje vedno, in če se zanašas nanj, lahko postaneš alkoholik. Vino, meskalin, trava – vsi ti kemični načini reševanja problema nas večinoma pustijo na cedilu. Ko je Maslow skupaj s psihologom Hofferjem zdravil alkoholike, je prišel do sklepa, da so alkoholiki zelo pogosto inteligentnejši od povprečne osebe in posledično vidijo svet bolj pust in dolgočasen kot večina ljudi; tako kakor William Wordsworth so mnenja, da je "svet preveč z njimi". Pijejo zato, da dosežejo bežno vrhunsko doživetje, kar pa ne deluje vedno. Včasih se lahko počutimo ekstatično že po kozarcu vina ali piva, drugič pa lahko popijemo celo steklenico gina in smo še zmeraj depresivni. Alkoholik kljub temu še naprej pije, ker misli, da bo lahko zgolj s pitjem izkusil vrhunsko doživetje. In seveda: bolj ko postaja odporen na alkohol, več ga potrebuje, in težava se stopnjuje zaradi občutka krivde ...

Maslow je začel z domnevo, da je alkoholik verjetno bolj inteligenčen od povprečne osebe. Vprašal je: "S čim si izkusil vrhunsko doživetje, preden si postal alkoholik?" Nekateri so navedli vizualne podobe – slike, lepe pokrajine, drugi pesništvo, glasbo, balet. Maslow in Hoffer sta jim nato dala halucinogeno mamilo, ki je botrovalo nekakšnemu umetnemu "dvigu", zatem pa povzročilo

intenzivno vrhunsko doživetje s pomočjo prelivajočih se barv na zaslonu, glasbe, glasno brane poezije in tako dalje. Dosegla sta približno 85-odstotno ozdravljenje. Zakaj? Ker je alkoholik kot na spuščajočih se pomicnih stopnicah v želji, da bi dosegel vrhunsko doživetje, pri tem pa ostaja pravzaprav pasiven, saj je njegova volja le na pol budna – z drugimi besedami, čaka, da ga alkohol kot magična preproga ponese v vrhunsko doživetje. Toda kakor hitro ga je poneslo v veliko intenzivnejšo vrhunsko doživetje s pomočjo meskalina in poezije, je lahko sprevidel, da je takšno doživetje odvisno od zdravja in da je zdravje odvisno od močne volje. Tako kot se telo počuti najbolj zdravega ob redni telovadbi, tako se čustva počutijo najbolj zdrava ob pogosti rabi naše volje. Kakor hitro se je alkoholik tega zavedel, je prenehal piti. Mamilo je zamenjal tako rekoč s svojo voljo. To pa je že bliže rešitvi problema "okrnjene resničnosti".

Graham Greene je naletel še na drugo sled, ki jo je opisal v eseju *The Revolver in the Corner Cupboard* (*Revolver v kotni kredenci*). V najstniških letih so ga učitelji poslali k psihiatru, ker ni maral športa. Po šestih mesecih analize je bil veliko bolje "družbeno prilagojen", toda bil je nenehno depresiven. Vse se mu je zdelo sivo in dolgočasno. Kakšne stvari so se mu lahko zdele lepe, vendar mu niso zbudale nobenih občutkov. V takem stanju notranje omrtvelosti je našel v kotni kredenci revolver, last starejšega brata. Odnese ga je s sabo v park Berkhamsted Common in se igral rusko ruleto – vanj je vložil naboj, si ga nameril v glavo in sprožil. Ker je slišal le klik, je pogledal vanj in videl, da je naboj na mestu za sproženje. Torej je ušel smrti za las. V hipu je izkusil izjemen občutek vzhičenosti in sreče: "Bilo je, kakor da bi se prižgala luč in bi nenadoma opazil, da je življenje neizmerno lepo."

Ta zgodba me je navdušila že v zgodnjih najstniških letih, ker jasno pokaže, kaj je z nami narobe. Kadar se dolgočasimo in smo utrujeni, smo tako rekoč "razpršeni", volja je šibka, pasivni smo kot izčrpan plavalec, ki leži na plaži. V trenutku, ko si je Greene nameril revolver v glavo in pritisnil na sprožilec, je občutil silno napetost, ko pa je zaslišal klik, se je sprostil, kar pa je bistvo vrhunskega doživetja. Je naprezanje volje, ki ji sledi popolna sprostitev. Je dejanje krčenja, ki mu sledi raztezanje. Poleg tega do sprostitve ne pride, če prej niste napeti. Je kakor ročna zavora pri starem avtu, ki jo je treba najprej še bolj zategniti, preden jo lahko popustite.

S pomočjo Greenovega uvida sem razvil tehniko za doseganje vrhunskega doživetja. Svinčnik sem podržal ob prazni steni. Napeto sem se osredotočal nanj, dokler nisem videl le še njega, nato pa sem počasi popuščal, dokler nisem videl vse stene za svinčnikom. Ko sem to ponovil približno desetkrat, sem začutil bolečino za očmi. Kadar začutite bolečino, nikakor ne odnehajte, ker ste skoraj na cilju. To sem ponovil še dvakrat ali trikrat in nenadoma izkusil vrhunsko doživetje. Če počnete to povsem predano, vedno deluje. Pred kratkim sem na Finskem to tehniko razlagal študentom in na naslednjem predavanju sem jim pojasnil tehnike dihanja Wilhelma Reicha: če hočemo dihati pravilno, moramo globoko zajeti sapo in jo zatem spustiti najprej iz prsnega koša, nato

iz trebuha, naposled pa še iz genitalij. Ko je Reich vodil svoje bolnike pri tej vaji, je govoril: "Ven, dol, skozi." Ležali smo na tleh, ko sem jim razlagal Reichovo tehniko, in iz trenutnega vzgiba sem sklenil, da jo bom poskusil združiti s "trikom s svinčnikom". Med počasnim in globokim dihanjem smo držali svinčnike v smeri stropa, se napeto osredotočali nanje in nato popuščali. Na moje začudenje sta se tehniki odlično dopolnjevali. V nekaj minutah sem se počutil, kakor da bi odlebdel s tal proti stropu. Popolna osredotočenost vaje s svinčnikom in popolna sprostitev dihalne vaje botrujeta takojšnji izkušnji vrhunskega doživetja. Tiho smo ležali na tleh več kot pol ure, nato pa sem pogledal na uro in rekel: "Hej, zamudili bomo na kosilo!"

Toda zakaj deluje? Do odgovora sem prišel šele pred nekaj leti, ko sem v roke dobil knjigo Rogerja Sperryja in Michaela Gazzanige o poskusih z ločenima možganskima polovicama. Priznati moram, da je bila knjiga zame pravo razodetje.

Pravzaprav je njen povzetek takle: če bi lahko odstranili vrh lobanje in si z vrha pogledali v možgane, bi bili ti videti kot orehovi jedrci, medsebojno povezani z mostom. Ta most se imenuje *corpus callosum* ali interhemisferno vezje – skupek živčnih vlaken. V tridesetih letih 20. stoletja so odkrili, da če to vezje prerežejo, ne prihaja več do epileptičnih napadov: to je preprečevalo električni nevihti, da bi prešla z ene strani možganov na drugo. Ni bilo videti, da bi operacija imela kakšne stranske učinke in nikomur ni uspelo ugotoviti, zakaj. Nekdo je celo namignil, da je edini namen *corpura callosum* preprečevati, da bi se možgani na sredini povесili. Šele ko je Roger Sperry v petdesetih letih 20. stoletja začel ponavljati poskuse, je prišel do spoznanja, da se ljudje z razdeljenimi možgani bistveno razlikujejo od običajnih. Postali so dve osebnosti.

Približno stoletje dolgo smo vedeli, da je leva polovica možganov odgovorna za govor, razmišljanje in kosoanje z zunanjim svetom, desna pa, da se ukvarja s prepoznavanjem vzorcev in z intuicijo. V grobem rečeno je leva stran znanstvenik, desna pa umetnik. Iz nekega nenavadnega razloga leva stran nadzira desno stran telesa in obratno – nihče ne ve, zakaj. Lahko bi tudi rekli – namerno poenostavljam – da leva možganska poluta nadzira desno oko in desna levo. Če bolniku z ločenima polutama pokažemo jabolko in pomarančo, tako da vidi jabolko le z levim očesom, pomarančo pa le z desnim, in ga vprašamo: "Kaj smo ti ravnokar pokazali?" bo odgovoril: "Pomarančo." Toda če bi mu rekli: "Z levico napiši, kaj smo ti pravkar pokazali," bi zapisal: "Jabolko." In če bi ga vprašali: "Kaj si pravkar zapisal?", bi odgovoril: "Jabolko." Ko so neki bolnici oziroma njeni desni polovici možganov pokazali opolzko sliko, je zardela. Ko so jo vprašali, zakaj je zardela, ni vedela. Neki bolnik z ločenima možganskima polovicama je skušal z desnico objeti svojo ženo, z levico pa jo je odrival od sebe. Nekdo drug pa je z desnico – ta je povezana z logično polovico možganov – skušal zapeti zadrgo, z levico pa jo odpeti. Očitno sta imeli različni polovici možganov popolnoma različne namene.

Ko pa bolnika vprašamo: "Kaj si ti videl?", odgovori leva stran njegovih možganov. Z drugimi besedami, oseba, ki jo imenuješ *jaz*, je v levi polovici

tvojih možganov. Tista oseba, ki je v desni polovici, je popoln tujec. Verjetno boste rekli, da to ni res, ker nimamo ločenih možganskih polovic, vendar pa jih imamo v nečem pomembnem. Mozart je na primer rekel, da je slišal v glavi vedno že izoblikovane skladbe. S tem je mislil tole: skladbe so prihajale iz njegove desne polovice možganov v tisto polovico, v kateri je njegov "jaz" živel. In tako je tudi z nami. Čeprav se približno zavedamo desne polovice možganov in njenih aktivnosti, pa z njo nismo tesno povezani. Zato se začnete zavedati sebe, če nekdo prek rame pogleda, kaj si zapisujete. Kadar počnete kaj zanimivega, "pozabite nase", ker se s tistim zamotite. Leva in desna polovica možganov začneta tesno sodelovati, desna priskrbi intuicijo, leva pa fizične spretnosti. Kadar kdo pogleda prek vaše rame, se začne leva polovica "zavedati same sebe" in izgubi stik z desno. Tok pomenov se ustavi in počutite se nekako "ujete" v sedanjem trenutku. Enako bi se zgodilo, če bi igrali na klavir, pozorni pa bi bili *na* svoje prste. Igrali bi v resnici slabo. Dober pianist se ne zmeni za svoje prste – *prek* prstov je pozoren na glasbo. Biti pozoren *na* stvari vas zagotovo vodi v neuspeh, saj morate biti *prek* njih pozorni na pomen.

Enak proces lahko spremljam pri svojem pisateljskem delu. Ko sem prvič pisal, sem – če sem hotel ujeti prebliske na papir – iztisnil iz njih življenje. Če sem si naslednje jutro ogledal, kaj sem prejšnji večer napisal, tistega nekaj na papirju ni bilo več. Besede so se mi zdele mrtve, brez življenja. Pomen je izpuhtel. Posumil sem celo, da so besede prisilni jopiči, ki okrnijo prebliske intuicije. Toda poskušal sem še naprej, saj mi ni preostalo drugega, in končno spoznal, da sem se izpopolnil v pisanju. Nekega dne sem znova prebral, kar sem napisal prejšnji večer, in tisto nekaj je bilo še zmeraj tam. Spoznal sem, da je dobro pisanje vzajemna igra obeh polovic možganov, zelo podobna tenisu. Desna proizvaja uvide in leva jih spreminja v besede. Če leva stran ubesedi neki uvid še posebej dobro, to desno navduši in reče: "Ja, ja, natanko to sem mislila!" in leva reče: "Res? Hvala ti," in pišeš še bolje. Nato pa sta nenadoma obe strani začeli delovati skupaj kot vrhunska teniška igralca ali kot drvarja, vsak na svoji strani žage. Takšnim stanjem rečemo navdih – so posledica popolnega sodelovanja med levo in desno možgansko polovico.

Naslednja zanimivost, ki jo je odkril Sperry, je bila ta, da leva polovica deluje veliko hitreje od desne. Leva polovica je odločna, energična, usmerjena v zunanji svet, kosa se z zunanjim svetom. Desna pa je obrnjena navznoter, proti notranjemu svetu. Njena naloga je, da nam zagotavlja energijo, nam daje moč in smisel, in seveda izkušnjo vrhunskega doživetja.

Toda ker je leva polovica hitra, desna pa počasna, nekoliko težje dosežata stanje empatije. Zato so vrhunska doživetja relativno redka. Desna polovica počasi postopa z rokami v žepu, leva pa živčno hiti. Med njima kmalu pride do velike razdalje in druga druge ne slišita več. Obstajata dva načina, kako pripraviti obe polovici, da bi delovali z enako hitrostjo. Prvi je ta, da pripravimo levo do počasnejše hoje, drugi pa, da desno pripravimo do hitrejšje. Levo lahko upočasnimo z meditacijo in s sproščanjem, desno pa pospešimo tako, da se

namenoma vznemirimo – to je namen afriškega bobnanja ali nepretrgoma ponavljajočega se ritma pop glasbe.

Ko to storimo, lahko najdemo primerjavo z vlakoma, ki vozita na vzporednih tračnicah in nenadoma začeta voziti drug ob drugem, tako da se potniki lahko nagnejo skozi okna in se pogovarjajo. Zdaj se torej že spoznavamo z mehanizmi vrhunškega doživetja.

Naša največja težava je v tem, da se "jaz", ki živi v levi polovici možganov, sploh ne zaveda, da ima silno močnega sodelavca. To opazimo še zlasti takrat, kadar smo napeti ali zaskrbljeni: bolj ko smo zaskrbljeni, bolj skuša "jaz" prevzeti pobudo in bolj postane ločen od izvora moči v desni polovici možganov. Bolj ko smo zaskrbljeni, bolj smo šibki. Iz tega lahko vidite, zakaj smo v resnici bolniki z ločenima možganskima polovicama. V vrhunskih doživetjih ali v tistih nenavadnih trenutkih popolne sreče in sproščenosti kratko malo dojamemo, da imamo močnega zaveznika, ki nas lahko izjemno razbremeni.

Desna polovica možganov je tudi tvorec energije. Oskrbuje nas z energijo in vitalnostjo. Levo in desno polovico bi lahko primerjali s Stanom in Oliem iz starih filmov. Leva polovica je debeli Olio in vodja obeh, desna pa je bolj neopredeljena in brezskrbna – to je Stan. Ko se zbudite v deževnem ponedeljkovem jutru, ko se "jaz" zbudi – torej se zbudi Olio –, pogleda skozi okno in pomisli: "O Bog, ponedeljek je, povrhu pa še dežuje ..." Stan ga slučajno sliši in Stan je, žal, izjemno sugestibilen. Zato nemudoma pade v depresivno stanje: "O Bog, ponedeljek je, povrhu pa še dežuje ..." Izjemno je namreč nagnjen k pretiranim reakcijam. Kadar je Olio vesel, je Stan radosten, kadar je Olio potr, Stan razmišlja malodane o samomoru. Toda ker je Stan odgovoren za pritok energije, jo, kadar je depresiven, preneha pošiljati. Zato se Olio, ko se odpravi na zajtrk, počuti povsem brez nje. Ureže se med britjem, spotakne se na pločniku, dežnik mu pade na tla in pomisli: "To je eden izmed tistih dni, ko gre vse narobe ..." In spet ga Stan sliši in se pogrezne v še večjo potrtost. Skratka, v takih trenutkih boste v stanju negativne povratne zveze, v katerem beda enega povečuje bedo drugega.

To je povsem v nasprotju z otrokom, ki se zbudi na božično jutro in njegov Olio reče: "Čudovito, božič je!" Od tistega trenutka dalje vse samo še povečuje njegov občutek navdušenja in optimizma: dekoracija božičnega drevesca, vonj po hrani, božična glasba ... In Stan in Olio sta naposled tako zaupljiva in srečna, da se zdi življenje povsem drugačno. Nenadoma je vse čudovito in vse težave včerajšnjega dne so videti banalne in skoraj nepomembne. Če bi lahko vzdrževali to stanje uma, bi postali bogovi v naslednjih sto letih. Ključ do tega pa je nedvomno v mehanizmu povratne zveze med Stanom in Oliem.

Seveda obstajajo mamila, ki sprožajo stanje izostrene zavesti: Thomas De Quincey je to počel z lavdanumom. Vendar pa ne alkohol ne mamila niso rešitev. Njihov temeljni učinek je pojav nekakšne živalske zavesti. Če bi se lahko prestavili v kravo ali psa, bi se počutili, kakor da bi popili tri ali štiri velike viskije. Svet bi videli prijetno topel in resničen. Živali verjetno vedno

doživljajo stanje, ki ga mi doživljamo le občasno ob lepih pomladnih jutrih. Lahko bi rekli, da so živali nenehno pijane.

To pa bi bil lahko vzrok, zakaj imajo živali določene nadnaravne sposobnosti, na primer jasnovidnost. Žena škotskega pesnika Hughja McDiarmida je vedno vedela, kdaj se bo mož vrnil z dolgega potovanja, ker ga je pes čakal na koncu dovozne ceste že dva dni prej, preden je prišel. Tudi ljudje lahko dosežemo te sposobnosti, ko se popolnoma sprostimo. To vedno znova opažam tudi pri sebi. Izredno dobro zunajčutno zaznavam, kadar sem zelo sproščen ali zelo razburjen. Takrat obe polovici možganov tesno sodelujeta in desna polovica mi začne pošiljati odgovore. Pred tremi ali štirimi leti sem na svoje presenečenje odkril, da bi bil lahko bajaličar. Ko mi je prijatelj ponudil bajalico, sem mu rekel, da to pač ni zame. Prosil me je, naj mu pokažem, kako jo držim, nato pa: "Narobe jo držiš, ukrivi oba konca, tako da bo na palici pritisk." Storil sem, kot mi je svetoval, in odšel proti enemu izmed kamnov v megalitskem krogu, imenovanem Merry Maidens. Na moje začudenje se je palica nenadoma postavila pokonci. Prepričan sem bil, da sem to storil po nesreči, da sem jo sam zvil, zato sem se odpravil k naslednjemu kamnu – kjer pa se je spet postavila pokonci. Vsakič, ko sem šel med kamni, se je bajalica ukrivila v mojih rokah. Očitno je bilo, da se nekaj znotraj mene odziva na nekaj v zemlji ali kamnih, toda "jaz", ki živi v levi možganski polovici, ni zaznal ničesar. Moje mišice – progaste mišice, ki jih nadzoruje desna možganska polovica – so se podzavestno skrčile. Sporočilo je prihajalo iz kamnov v mojo desno polovico možganov in ta mi je sporočila, da sem blizu nečesa zanimivega, tako da je skrčila mišice.

To je pokazal tudi poskus, ki ga je izvedel Sperry. Naključno je svetil z rdečo in zeleno lučjo v levo oko bolnikov z ločenima možganskima polovicama in vprašal: "Kakšno barvo si pravkar videl?" Bolnik seveda ni vedel. Če pa je lahko še enkrat ugibal, je vedno povedal pravilno, saj, če je rekel "rdeče", barva pa je bila v resnici zelena, je trznil, kakor da bi ga kdo brcnil pod mizo. Desna polovica je slišala napačen odgovor in mu to sporočila tako, da mu je skrčila mišice – kot pri bajalištvu.

Potemtakem imamo znotraj sebe – to je trdil že Platon – bitje, ki ve veliko več od nas in nam je to pripravljeno povedati. Prav tako nam je pripravljeno poslati kakršno koli količino energije, saj je to njegovo delo. Zakaj pa tega ne počne vedno? Zato ker večkrat kot ne telefonska zveza med obema polovicama ne deluje. Napetost nas osami v levo polovico in nas loči od desne.

Seveda je pri tem še druga plat. Kadar je nekdo pijan, ne more vtakniti ključa v ključavnico. Je v prijetnem stanju sproščenosti desne polovice – lahko da ima celo čudovit pogled na veselje iz ptičje perspektive – toda njegova sposobnost, da bi se mikroskopsko osredotočal na podrobnosti, ne deluje več. Za sproščenost desne polovice lahko plačamo z izgubo natančnosti, tako kot za natančnost leve polovice plačamo z izgubo sproščenosti desne – kot da bi imeli eno oko prislonjeno na teleskop, drugo pa na mikroskop z namenom, da bi lahko videli daleč in bili sposobni proučevati stvari od blizu. Ko pa pogledamo skozi mikroskop, zapremo

eno oko. Nagnjeni smo k temu, da hodimo naokoli z nenehno zaprtim enim očesom, tako da ne vidimo daleč. Življenje postane nekakšna stalna žabja perspektiva, neskončno, dolgočasno gledanje od blizu, ki pa je tako nezadostno, kot da bi šli v galerijo in bili prisiljeni gledati vse slike z nosom le za palec daleč od platen. Le v tistih nenavadnih trenutkih vrhunskega doživetja odpremo obe očesi in nenadoma lahko vidimo v daljavo, obenem pa tudi tisto, kar je pred našim nosom. V takih primerih vidimo blizu in daleč hkrati.

Leopold Hamilton Myers je napisal roman *The Near and the Far* (*Blizu in daleč*), v katerem to zelo natančno opiše. Mladi princ Jali odpotuje z očetom prek puščave na srečanje princev, ki ga je sklical Akbar Veliki. Ko stoji na trdnjavnem zidu Akbarjevega gradu, se razgleduje po puščavi in pomisli: "Kakšna škoda, da je puščava tako lepa, obenem pa tako naporna, ko hodimo čeznjo." Kot da bi bili dve puščavi, ena, ki je balzam za oko, in druga, ki je naporna za noge. Mar ni škoda, da nismo sposobni dojeti skrivnostnosti in čudovitosti "tistega daleč"? Če bi skušali zagrabit ekstazo daljave tako, da bi stekli po stopnicah in planili v puščavo, bi bili, žal, zgolj naši čevlji polni peska. Myers je zapisal, da je verjetno nemogoče uskladiti blizu in daleč.

No, ugotovili smo, da je to mogoče. To *naj* bi tudi počeli obe polovici možganov. Kadar delujeta skupaj, lahko dojemamo blizu in daleč hkrati.

Imata pa tudi še drugo, bolj zanimivo nalogo. V knjigi *The Occult* (*Okultno*) sem pisal o "sposobnosti X". Arnold Toynbee je v knjigi *Study of History* (*Študij zgodovine*) opisal izkušnjo, ki ga je spodbudila k pisanju. Vzpenjal se je na gorovje Tajget v Grčiji, se usedel na porušene zidove trdnjave mesta Mistras in strmел čez ravnice Šparte, ko ga je nenadoma spreletelo spoznanje, da je pred več stoletji truma barbarov prodrla čez tisti zid in razdejala mesto, ki je vse odtlej v ruševinah. To spoznanje je bilo tako močno, da si je živo predstavljal barbare, kako plezajo čez zid. Ta nenadni čudni občutek totalne resničnosti sem poimenoval sposobnost X. Chesterton je nekoč dejal, da rečemo hvala, ko nam nekdo ponudi sol, da pa tega v resnici ne mislimo. Pravimo, da je Zemlja okrogla, a tega v resnici ne mislimo, čeprav je to res. Toda ko gredo astronomi v vesolje in trdijo, da je Zemlja okrogla, to tudi mislijo. To je sposobnost X. Ko je Proust okusil piškot, pomočen v čaj, ga je prevzela radost, saj so ga preplavili spomini na otroštvo. Zapisal je: "Nisem se več počutil povprečnega, postranskega, smrtnega." Ko je razmišljal, zakaj je občutil tako zadovoljstvo, se je spomnil, da mu je teta, ko je bil še otrok v Combrayu, kadar je bil pri njej na obisku, vedno dajala kolač, pomočen v zeliščni čaj, in ta okus je nenadoma obudil vse njegovo otroštvo. Torej bi v trenutku, preden je okusil tisti piškot, lahko rekel: "Ja, otroštvo sem preživel v Combrayu," toda tega v resnici ne bi mislil. Kakor hitro pa ga je okusil, je okusil tudi otroštvo in mislil resno: to je sposobnost X.

Podzavestni del možganov – in videti je, da je desna polovica vhod v podzavest – spravi v spomin vse, kar se nam je kdaj koli zgodilo. Toda ta knjižnica s snemalnimi trakovi je dostopna le, če se toliko sprostimo, da se sprosti tudi

telefonska zveza. Oziroma če uporabim drugo analogijo: če pripravimo vlaka k temu, da vozita z enako hitrostjo.

Naj se sliši še tako absurdno, toda lahko smo na dveh mestih hkrati, ker imamo dve identični polovici možganov. Morali bi biti sposobni biti v sedanosti in *nekje drugje*. Ko smo ujeti v sedanost, izgubimo vsak občutek za perspektivo. Izgubljeni smo v materialni resničnosti. Naše moči so zavrte in pasivne, dokler ne dosežemo dvojnega pogleda na blizu in na daleč. V takih trenutkih nismo več ujeti v žabjo in ptičjo perspektivo.

In ker smo skoraj vedno ujeti v žabjo perspektivo, se naši instinktivni občutki o svetu radi nagibajo k negativnemu. Normalno zavest lahko primerjamo s tistimi nočnimi morami, ko skušamo teči, pa imamo težke noge. Le v trenutkih dvojne zavesti – blizu in daleč – dobimo stik z izvorom moči znotraj nas samih. Od tod tudi Proustova pripomba: "Nisem se več počutil povprečnega, postranskega, smrtnega." Podlaga vsakodnevne zavesti je v svojem bistvu negativna.

Kot otrok sem šel nekoč v kino in ob koncu filma sem se nenadoma počutil izjemno srečnega in optimističnega. Pomislil sem: "Zakaj se tako počutim?", nato pa sem se spomnil: "Seveda, danes je bilo konec šole in začele so se počitnice." Bil sem vesel in kljub temu se je veselje umaknilo v moj podzavestni um. Ni se – to je pomembno – umaknilo v *nezavedno*, temveč zgolj v tisto območje somraka med zavestjo in nezavednim: v podzavest. Ta stanja podzavestnega optimizma, zaradi katerih se počutimo vesele in sproščene, bi lahko primerjali z nekakšno talno razsvetljavo, ki ustvarja rožnat sij. Dramski pisec Granville Barker je to imenoval "skrivno življenje". Pri zdravih ljudeh je talna razsvetljava nenehno vključena – zato pa tudi tako zlahka izkusijo vrhunsko doživetje. Toda spomnite se Greenove izkušnje z rusko ruleto. Ko je pištolo sprožil in zaslišal zgolj klik, "je bilo, kakor da bi se prižgala luč, in spoznal sem, da je življenje neizmerno lepo". Vključil je svojo talno razsvetljavo z namerno sproženo krizo.

Podobno izkušnjo je imel prijatelj, ki mi je povedal, da je njegov pes podvržen depresiji. Nekega dne ga je po nesreči zaprl v kredenco, in ko ga je čez čas osvobodil, je pes kar skakal od veselja. Odtlej ga je vsakič, ko je postal depresiven, zaprl v kredenco za pet minut in pes je bil zatem vedno vesel.

Ali vidite absurd? Počutimo se dolgočasene ali depresivne ali pa zgolj brezbrizne. Pojavi se kriza in povzroči znotraj nas preplah. Nato kriza mine in je vse tako, kot je bilo pred njo. Kljub temu pa nas zdaj prežema zadovoljstvo. To pa ni zgolj "občutek". Zdaj, ko je kriza mimo, lahko vidimo, da imamo tisoč razlogov za to, da se lahko veselimo življenja. Tako je, kakor da bi imela normalna zavest prej *plašnice*, kot kak konj, kriza pa plašnice odstrani.

To je absurdni paradoks človeškega obstoja. Veliko bolje vemo, česa *nočemo*, kot pa, kaj *hočemo*. Fichte je dejal: "*Biti* svoboden ni nič; *postati* svoboden so nebesa." Nekaj grotesknega je v tem. Kot da bi kupili drag avto, nato pa odkrili, da lahko vozi 200 kilometrov na uro vzvratno in zgolj dvajset na uro naprej. Kot da bi narava pri načrtovanju človeka storila neko odločilno napako.

Camus to poudari v romanu *Tujec*. Glavna oseba Meursault se skozi ves roman sprehodi v stanju z dolgočasne brezbriznosti in se nenadoma prebudi, ko je na pragu smrti in na tem, da ga obesijo za zločin, ki ga ni zagrešil. Ko ga duhovnik skuša prepričati, naj se pokesa, se razjezi in ga začne tresti, da mu zobje kar šklepetajo. Izid te sprostitev čustev je občutek neizmerne sproščenosti in veselja – občutek enosti z vesoljem. Takrat postavi nenavadno trditev: "Spoznal sem, da sem bil srečen in da sem še zmeraj srečen." Smo lahko srečni, ne da bi se tega zavedali? Sperry je našel odgovor na to vprašanje. Povsem možno je, da ena stran možganov ne ve, kaj občuti druga. Toda do *resnične sreče*, takšne, kot jo Meursault izkusi na koncu romana, pride šele takrat, ko obe polovici možganov občutita enako.

Hans Keller, urednik BBC-jevega glasbenega programa, je nekoč opisal, da je v tistem času, ko je živel v Nemčiji v tridesetih letih 20. stoletja in so Žide vozili v koncentracijska taborišča, prisegel: "Če bom prišel živ iz Nemčije, obljubim, da se v življenju nikoli več ne bom počutil nesrečnega." Človeku, ki je bil v življenjski nevarnosti, se je zdelo nekaj samoumevnega, da bo to obljubo lahko izpolniti. Spomniti bi se moral le na čakanje, da te zaprejo in odpeljejo v koncentracijsko taborišče.

Tudi Razkolnikov v *Zločinu in kazni* v trenutku, ko misli, da ga bodo zaprli in usmrtili zaradi umora, pravi: "Če bi moral stati na ozki polici na vekomaj v večni temi in v večnem viharju, bi se raje odločil za to, kakor pa da bi umrl." Toda, kaj bi storil na tisti ozki polici? Sicer je to težko ubesediti, vendar vsakdo izmed nas lahko sluti odgovor. Dr. Johnson je rekel, da se lahko tisti, ki ga bodo ob zori obesili, izjemno dobro koncentrira. Kadar je um popolnoma osredotočen na nekaj, leva in desna polovica možganov začneta sodelovati in zavest se spremeni. Razkolnikovu se zdi, da bi lahko stal na ozki polici celo večnost, ker ima svet v možganih. Je kot človek z vso knjižnico Britanskega muzeja v glavi. In nekako nagonsko vemo, da nam je ta knjižnica dostopna, kadar v sebi sprožimo občutek nuje.

Za Budo je bilo to razsvetljenje, kar smo mi zgolj približno prevedli v zahodni besednjak. Z drugimi besedami, govorimo o religiji. Kadar koli smo se sposobni sprostiti in videti življenje iz ptičje perspektive, se zavemo, da smo srečni in da je življenje neizmerno lepo. To vedno deluje. Vsaka kriza, vsaka spodbuda sprostijo tisto ročno zavoro znotraj nas in nam omogoči izkustvo globoke sprostitev in vrhunškega doživetja.

Zakaj potem tega ne moremo storiti drugače kot s pomočjo nevarnih pripomočkov, na primer z rusko ruleto, alkoholom ali mamili? Težava je v talni razsvetljavi. Ko je ugasnjena, je življenje kot deževno nedeljsko popoldne. Naj vas spet spomnim na Schumacherjeve besede: "Ne vidimo zgolj z očmi, temveč v veliki meri tudi s svojim umom, in ker se ta zelo razlikuje od posameznika do posameznika, obstaja veliko stvari, ki jih nekateri lahko vidijo, drugi pa ne. Oziroma povedano drugače, obstajajo stvari, za katere so nekateri ljudje primerni, drugi pa ne. Ko raven poznavalca ne ustreza ravni objekta znanja,

izid ni dejanska napaka, temveč nekaj veliko bolj resnega: neprimerno in okrnjeno videnje resničnosti ...” Ta okrnjeni pogled bi lahko primerjali z nekom, ki gre v slabo razsvetljeno galerijo in trdi, da vidi slike povsem razločno. In po svoje tudi jih – lahko namreč opiše vsako izmed njih. Če pa bi kdo dvignil žaluzije in bi prostor zajela dnevna svetloba, bi oni nenadoma spoznal, da prej *ni* videl slik. Da jih je videl le na pol.

Zdaj smo že bliže rešitvi. Dokaj natančno smo opredelili izraze. Vemo, da je vsakodnevna zavest ozka, ker je omejena na zavest leve možganske polovice. Nima tiste tretje razsežnosti, ki jo omogoči sodelovanje leve polovice. Ker lahko zdrsnemo v dolgočasje, se naše podzavestne premise nagibajo k temu, da so negativne. Svet se nam zdi precej dolgočasen. Nenadna kriza prebudi um in zavemo se, da je svet poln neskončnih možnosti. Prej smo si slike ogledovali pri spuščenih žaluzijah.

Če bi le lahko to v resnici *dojeli*, če bi si lahko to rekli tolikokrat, da bi *vedeli*, da je res, bi postopoma lahko postavili na glavo pod zavestjo ležečo negativno domnevo. *Skratka, reprogramirati moramo našo talno razsvetljavo.*

Ameriškega časopisnega urednika Thomsona J. Hudsona je v zadnjem desetletju 19. stoletja navdušila hipnoza in je napisal klasično delo s tega področja *The Law of Psychic Phenomena* (*Zakovitosti nadnaravnih pojavov*). Hipnoza ga je začela zanimati, ko se je udeležil spiritistične seanse, na kateri je profesor fiziologije dokaj običajnega mladeniča spravil v trans. Mladenič je bil helenist in profesor je pokazal prost stol in rekel: “Naj ti predstavim Sokrata.” Mladenič se je spoštljivo priklonil praznemu stolu. Profesor mu je rekel, da lahko Sokrata vpraša, kar koli si želi – in dodal, da Sokrata zato, ker je duh, drugi ne bodo mogli slišati. Mladeniča je zato prosil, naj na glas ponovi to, kar mu bo Sokrat povedal. Mladenič je Sokratu postavljaj različna vprašanja in nato ponavljal njegove odgovore, ki so bili tako genialni in prikladni, da je nekaj navzočih verjelo, da Sokratov duh v resnici sedi na stolu. Po Sokratu mu je predstavil še nekaj sodobnih filozofov in v vseh primerih se je iz odgovorov dalo razbrati odličen in dosleden filozofski sistem.

Kar se je v resnici dogajalo, je bilo podobno sanjam, v katerih bi sestavljali skladbo in tudi slišali čudovito glasbo. Desna možganska polovica ima sposobnost čiste ustvarjalnosti.

Hudson je proučil veliko takšnih primerov in prišel do sklepa, da v naših glavah živita dve osebi – to je bilo leta 1893! –, ki ju je imenoval objektivni um in subjektivni um. Objektivni um gleda v zunanji svet in se kosa z vsakodnevno resničnostjo – z drugimi besedami je to leva možganska polovica. Subjektivni um gleda navznoter proti našemu notranjemu bitju in skrbi za našo intuicijo in vitalno energijo – z drugimi besedami je to desna možganska polovica. Subjektivni um, je rekel Hudson, je veliko močnejši od objektivnega. V hipnozi se uspava objektivni um, zaradi česar postanejo hipnotizirani ljudje veliko sposobnejši, kot pa so v budnem stanju. Zabaviščni hipnotizerji so hipnotizirani osebi na primer rekli, da bo otrdela kot kamen in da ji bosta, ko jo bodo položili

med dva stola z glavo na enem in nogami na drugem, dva moška skakala po trebuhu, ne da bi se sama upognila na sredi. Seveda je bila sposobna to storiti. Tega pa nikakor ne bi mogla, če bi bila budna. Z drugimi besedami, njen "subjektivni um" – desna možganska polovica – jo je lahko pripravil do tega, da je počela stvari *v skladu z ukazi hipnotizerja*, ne bi pa tega storila po ukazih leve možganske polovice. In zakaj ne? Ker desna polovica verjame hipnotizerju, ne pa levi polovici. Če bi ji ta ukazala, naj leži med dvema stoloma in prenaša težo dveh moških, bi zaznala pomanjkanje samozavesti leve polovice in bi se počutila nesposobno to narediti.

Tako pridemo do presenetljivega sklepa, da nam primanjkuje "samozavesti leve možganske polovice". Za našo generacijo je to strašansko krivoverna trditev. David Herbert Lawrence in Henry Miller sta nam dostikrat povedala, da je "zavest glave" nevarna in neumna in da bi morali zaupati sončnemu pletežu – s tem sta mislila na naše instinkte. To se sliši zelo verodostojno, saj iz učinkov hipnoze lahko sklepamo, da težava ni v tem, da bi bila "zavest glave" preveč samozavestna in domišljava, temveč v tem, da je vse preveč šibka in boječa.

Prevajalec Richard Wilhelm je povedal zanimivo zgodbo o tej temi. Zakotna kitajska vas je trpela zaradi suše in je naposled poslala po priklicevalca dežja v neko daljno provinco. Ob prihodu jih je prosil, naj ga odpeljejo v hišo na koncu vasi, in jim zabičal, naj ga ne motijo. Tri dni ga ni bilo na spregled. Nenadoma pa je začelo silovito deževati, pravzaprav tudi snežiti. Ko se je mož končno le prikazal iz koč, ga je Wilhelm vprašal, kako mu je uspelo priklicati dež. Odgovoril mu je: "Jaz ga nisem priklical." "Saj vendar dežuje," je rekel Wilhelm. "Toda v resnici ga nisem priklical jaz," je rekel oni. "Prihajam z območja, na katerem je vse v najlepšem redu. Dežuje, kadar mora, in je lepo vreme, kadar ga potrebujemo. Tudi ljudje so spokojni in zadovoljni s sabo. Ljudje tukaj pa niso takšni. Vsi so zbegani in nezadovoljni s sabo. Ne živijo v skladu s taom. Ob prihodu sem se nalezal njihovega malodušja, zato sem moral na samo za tri dni, da sem se spet uskladil s taom. Kakor hitro se je to zgodilo, je seveda začelo deževati."

Z drugimi besedami, vaščani so bili tako malodušni, da je bilo zaradi tega vse le še slabše. Kakor hitro pa so se uskladili s taom – torej, ko sta leva in desna možganska polovica začeli delovati ubrano – je postala ubrana tudi Narava in začelo je deževati.

Po taoizmu naš um lahko vpliva na resničnost. In v resnici nenehno vpliva nanjo. Če je naš um neubran, je takšna tudi stvarnost. Jung je slutil isto, ko je rekel, da "sinhronost" ni zgolj drugo ime za naključje, temveč je nekaj veliko pomembnejšega. Sinhronost je vrsta naključja, ki mu *botruje um*.

Maslow je umrl pred več kot dvajsetimi leti. Od takrat sem naletel še na enega enako pomembnega misleca, ameriškega zdravnika Howarda Millerja. V poznih sedemdesetih letih mi je večkrat pisal in pismom priložil nekaj svojih zapisov. Tako kakor Thomsona J. Hudsona je tudi Millerja zelo zanimala skrivnost hipnoze. Eno izmed njegovih bolnic je bilo strah injekcij pri zobozdravniku, in ko je Miller iz časopisa izvedel za zobozdravnika, ki je ruval zobe pod

hipnozo, sta šla k njemu. Zobozdravnik jo je hipnotiziral in nato na Millerjevo presenečenje dejal: "Ko bom izpulil zob, tam ne boš krvavela." To se je zdelo Millerju nezaslišano, saj vendar ne morete reči komu, naj ne krvavi. Toda pacientka v resnici ni krvavela, ko ji je zobozdravnik izdrl zob.

Miller je hipnozo začel uporabljati pri svojih pacientih in bil z njo uspešen, zato je začel hipnotizirati bolnike v zadnjem stadiju raka. Prišlo je do osupljivih izboljšanj, kar ga je spet prepričalo, da je nekaj v možganih veliko močnejše od same zavesti.

Miller je šel še dlje od Hudsona. Vprašal se je: "Kaj je tisto, kar v resnici izda ukaz avtonomnemu živčnemu sistemu in prepreči krvavenje?" Prišel je do odgovora: "Hipnotizer zamenja tistega 'jaz' v možganih in izdaja ukaze namesto njega. Če bi torej 'jaz' v možganih lahko izdajal dovolj odločne ukaze, bi sam lahko nehal krvaveti brez posredovanja zobozdravnika."

(Mimogrede, hipnotizer Joe Keeton v angleškem mestu Wirral popolnoma pozdravi rakave bolnike s pomočjo hipnoze. Uspelo mu je skoraj čudežno pozdraviti tudi dekletke, ki je v prometni nesreči ostalo skoraj brez pete: pod hipnozo ji je nekako sugeriral, da si jo je sama "na novo zrasla". Keeton verjame, da hipnoza prodre globoko v avtonomni živčni sistem in obudi zdravilne moči, ki so lastne vsem ljudem.)

Po teh ugotovitvah je Miller rekel, da je ključ do vsega tega "jaz", potem takem tista oseba, ki živi v možganskih polutah in jo imenuje "enota čiste misli". (Miller zagovarja nekoliko paradoksen pogled, da so možgani zgolj ojačevalec misli, ki izvirajo od nekod onkraj možganov. Zato stvarnika misli tudi imenuje "enota čiste misli".)

Ko sem to prebral, sem pomislil: "Zelo zanimivo, toda to ni nič novega. Miller je zgolj na novo odkril tisto, kar je filozof Husserl imenoval 'transcendenčni ego'." Zato sem Millerju odpisal, se mu zahvalil za zapise in mu povedal za Husserla. Zagotovo je bil nad mojim odgovorom razočaran.

Približno tri mesece pozneje sem šel po napornem dnevu pisanja na sprehod na pečino. Navadil sem se že na to, da se – če dolgo pišem in grem nato na sprehod – ne morem povsem sprostiti. Možgani še vedno nekaj premlevajo in ne morem uživati v razgledu. Že pred več leti pa sem ugotovil, da lahko vzpostavim drugačno notranje stanje, če se grem nekakšno rusko ruleto. Napnem se, kolikor je v moji moči, in ko sem popolnoma napet, se sprostim in spet lahko vidim pokrajino in se počutim popolnoma sproščenega. To sem storil že večkrat ob posebnih priložnostih in se nato zalotil med vprašanjem: "Kaj natanko si pravkar storil? Kateri del tebe je izdal ukaz?" In si odgovoril: "Izdal sem ga jaz sam – moja leva možganska polovica." Nato sem pomislil: "Ne, to ni mogoče. Leva polovica možganov je zgolj logični jaz in vsakdo ve, da je podlež – tisti, ki je v napoto navdihu." O tem sem razmišljal še ves dan in prišel do sklepa, da je bila leva možganska polovica tista, ki je izdala ukaz, desna pa je sproščala, ker ji je leva to ukazala dovolj odločno. Torej se Miller ni motil. Še isti večer sem mu o tem pisal in še enkrat veliko bolj pozorno prebral njegov zapis z naslovom *Kaj je misel?*

Miller poudarja, da so možgani v bistvu ogromen računalnik. Kirurg Wilder Penfield je odkril, da bolnika v primeru, če se med možgansko operacijo po naključju dotakne neke točke na temporalnem korteksu, nenadoma preplavijo spomini iz otroštva. Poskus zelo jasno pokaže, da so naši možgani ogromna knjižnica.

Tudi kadar si kar naprej ponavljate neko melodijo, se vam zdi, da imate v glavi pokvarjeno gramofonsko ploščo. Z drugimi besedami, imate občutek, da nimate nadzora nad svojimi mislimi.

Miller je predlagal drugačen poskus. Zaprite oči in si prikličite miselno podobo. Kmalu boste ugotovili, da lahko z ukazom prikličete kakršno koli podobo in jo projicirate na notranji miselni zaslon. Ukažite možganom, naj ustvarijo vašo podobo na plaži, vizualizirajte barvo kopalk, občutek peska pod nogami in toploto sonca ... Nato *ukazite*, naj se prizor spremeni, zahtevajte, naj se začne predvajati drug film. Predstavlajte si sebe ob vznožju zelo visoke gore, poglejte proti njenemu vrhu, občutite zbadanje mrzlega zraka, zaslišite škripanje snega pod nogami – in zdaj na ukaz raztopite celo goro. Če se potrudite, se lahko zaveste razlike med vašim "opazovalcem" in tistim, kar opazujete. Ti prizori so bili priklicani s pomočjo *misli*. Vaša "enota čiste misli" je izdala ukaz in možgani so ga ubogali. Vi ste tisti, ki nadzira delovanje računalnika.

Naša težava je v tem, da se ne zavedamo, da sami opravljamo nadzor. "Zaradi pomanjkanja tega zavedanja," je rekel Miller, "nismo vzeli vajeti v svoje roke in prevzeli nadzora nad možgani." Lahko se primerjamo s človekom, ki sedi v kinu, gleda film, v katerem so ves čas motnje, in se sprašuje, kaj neki je narobe v operatorski kabini, nato pa izve, da tam sploh nikogar ni. Nenadoma se spomni: *on sam* je kinooperater. Miller je rekel, da nadzor nad svojimi možgani lahko prevzamemo, ko spoznamo, da smo mi kinooperaterji.

Po mojem mnenju smo prišli do dveh zelo pomembnih zamisli, ki lahko postaneta celo temelj nove religije. Prva je spoznanje, da je "jaz" v bistvu gospodar zavesti: skrbi za to, kar se dogaja v naših glavah. Druga zamisel pa je ta, da lahko vzpostavimo stik z ogromnimi močmi "skritega jaza" z *reprogramiranjem podzvestnega uma* iz negativnega v pozitivno nagnjenje. Hindujski svetnik Ramakrišna je storil to po naključju. Počutil se je bedno in obupano, ker je njegovo notranje življenje postalo dolgočasno in inertno. V obupu je vzel meč, in ko si ga je mislil potisniti v srce, se je "nenadoma pojavila božanska mati in preplavili so me valovi bleščeče svetlobe". Ekstaza je bila tako močna, da je padel v nezavest. Izkusil je stanje, ki se imenuje *samadhi*. Odtlej je bilo dovolj, da je slišal "božanska mati", in že je bil v *samadhiju*. Z drugimi besedami, izkušnja je popolnoma reprogramirala njegov podzavestni um in *samadhi* je lahko sprožil s pritiskom na miselni gumb.

Zdaj ste verjetno že dojeli, kaj si predstavljam pod izrazom reprogramiranje podzvesti. Kadar koli izkusite radost ali bežne, vendar intenzivne vizije, je pomembno, da jih zadržite in uvid uporabite za reprogramiranje svoje podzvesti, ker je takrat najboljši trenutek. Če to storite v trenutku vizije ali vpogleda, lahko svojo podzavest popolnoma reprogramirate. Pravzaprav

skušajte ujeti pogled iz ptičje perspektive tako, da ga nikoli ne boste pozabili. To lahko primerjamo s posnetkom iz zraka. Skušamo si zapomniti vse markantne točke na pokrajini pod nami, preden se spustimo na zemljo.

Še en primer. Ko sem predaval v Vancouvru na Univerzi Simona Frazerja, sem se o tem ves teden pogovarjal s študenti in na koncu sem bil izčrpan. Poskusil sem jih naučiti "trika s svinčnikom" – trika, s pomočjo katerega se ženeš do stopnje koncentracije, na kateri se možgani skoraj uprejo, in se nato prisiliš še za stopnjo dlje. Govoril sem jim o svojem prijatelju, Billu Powellu, ki je rad plezal na Nelsonov steber na Trafalgar Squaru. Okoli stebra je ovil ogromen pas in se nato počasi pomikal navzgor, dokler ni z nogami dosegel višine pasu. Nato je prestavil pas višje, skrčil kolena in spet hodil navzgor, dokler ni bil v višini pasu. Bill je rekel: "Težava je v tem, da te na pol poti kolena že zelo bolijo in si hočeš odpočiti. Toda, če bi to storil, bi padel naravnost na tla." Enako je z disciplino uma. Študentom sem rekel: "Kadar vas boli, za božjo voljo nikar ne popustite, saj ste že skoraj na cilju."

Nekaj ur pozneje, ko sem se vozil proti motelu, v katerem sem bival, sem lahko videl pod sabo ves Vancouver z zalivom vred. Luči so se ravno prižigale in bil je prečudovit. Takrat sem pomislil: "Mar ni absurdno: čudovit je, jaz pa sem preveč utrujen, da bi v tem lahko užival." Nenadoma pa me je spreletelo: "Wilson, ti bedak, ves dan si jim govoril, da so skoraj na cilju, kadar so v stanju, v kakršnem si zdaj ti." Zelo sem se potrudil in v hipu se je zgodilo: ves zaliv je kar eksplodiral in bil nenadoma neverjetno lep.

Največji absurd je bil, da sem na to skoraj pozabil. Dopustil sem svojim možganom, da so mleli v prazno, se veselili zgolj tega, da bi prišel v hotel in si natočil pijačo. Na razumski ravni sem vedel, da je mogoče *avtomatske mehanizme* preseči, zato sem jih zaobšel in dosegel vrhunsko doživetje, ker sem se *spomnil*, da se moram še malo potruditi.

To lahko storimo. Moč je že znotraj možganov. Vse je že znotraj nas. Buda je imel prav: ključ do miru leži znotraj nas in tam je tudi zmeraj bil. To lahko začnemo dojemati tudi s pomočjo zahodne znanstvene terminologije. "Razsvetljenje" ni več ena od tistih skrivnostnih besed brez jasnega pomena.

Še sklepna misel. Ko je Maslow študentom predaval o vrhunskem doživetju, so se spomnili vrste trenutkov, v katerih so izkusili takšno doživetje – trenutkov, ki so jih že skoraj pozabili. Kakor hitro pa so se spomnili vrhunskih doživetij in govorili o njih, *so jih doživljali kar naprej*. Že samo govorjenje in razmišljanje o njih je reprogramiralo podzavest.

Večina zahodnih mislecev se strinja, da je svet v groznem stanju in da je pravilna naravnost pesimistična, ublažena z rahlim upanjem. Jaz pa menim, da je človek prišel do najbolj zanimive točke v svoji evoluciji in da prihodnost še nikoli ni bila tako obetavna. Na Schumacherja imam tako lep spomin prav zato, ker sva si delila ta optimizem.

Prevedel Vasja Bratina