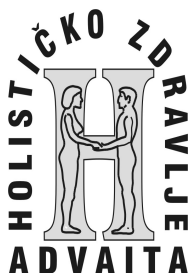


ALEKSANDER LOVEN: STRAH OD ŽIVOTA – LEČENJE BIĆA

Knjiga o temeljima ljudske civilizacije i ljudskom biću kao njenom tvorcu. O uzdignuću kroz pad, o primarnom grehu koji je davno prepoznat ali nikad nije bio toliko jasno formulisan kao u ovoj knjizi. A svesnost o problemu je pola rešenja. Naravno, problem ćemo rešavati sami, jer civilizacija je otišla predaleko... O stvarnosti bića i sudbine... O porodici i roditeljstvu. O LGB...



Naslov izvornika: Alexander Lowen, Fear of Life – A Therapy for Being
Copyright za izvornik © Frederick Lowen
Copyright za srpski / hrvatski / bosanski / crnogorski jezik © Mile Malešević

Sva prava pridržana. Nije dozvoljeno reprodukovanje ni jednog dela ove knjige, ni jednim sredstvom, mehaničkim niti elektroničkim, uključujući fotokopiranje i skeniranje, bez pismene saglasnosti nosioca © prava.

BIBLIOTEKA: PSIHLOGIJA
KNJIGA: 7, IZDANJE 1.

PREVOD I OBRADA: ADVAITA
IZDAVAČ: ADVAITA
ZA IZDAVAČA: MILE MALEŠEVIĆ
KORICA: LANA AVDIĆ
TISAK/ŠTAMPA: IZVOR, BEOGRAD
TIRAŽ: 300 PRIMERAKA

BEOGRAD, SARAJEVO: 2018.

ISBN: 978-86-89559-17-0
PLASMAN: E-PORUKA: advaita@bih.net.ba
TEL.: ++381 61 1861398 (VIBER); ++387 (0) 66 2468 81;
Crna Gora: (++382) (0) 69 518 847
Hrvatska: (++385) (0) 98 232 47
Makedonija: (++389) (0) 78 201 862

Web: www.i-m.mx/advaita/advaita/about.html

Sadržaj

PREGOVOR IZDAVAČA.....	9
STRAH OD ŽIVOTA LEČENJE BIČA.....	11
UVOD.....	15
Neuroza kao strah od života.....	15
Unutarnji konflikti neurotične osobe.....	16
Kultura, tradicija i porodica.....	17
Frejd: neuroza je nesposobnost prilagođavanja kulturi.....	18
Rajh: neuroza i izostanak zadovoljstva.....	19
Uticaj Rajha na Lovena.....	20
Napredak bioenergetike u odnosu na Rajha.....	20
Ego kao osnova kulture i disharmonije.....	21
1 NEUROTIČNI KARAKTER.....	23
EDIPOVSKI PROBLEM.....	23
Konflikti ometaju neurotičara da uči iz iskustva.....	23
Nekoliko primera.....	23
Slučaj: Margaret – učiteljica sa beživotnim telom.....	26
Slučaj: Robert – uspešan arhitekta sklon depresiji.....	30
LEGENDA O EDIPU.....	33
EDIPOV KOMPLEKS.....	36
In fantilna seksualnost.....	36
Osećanje krivice i moć.....	38
Edipov kompleks i ličnost Strah od kastracije.....	39
Strah od kastracije kod ženskih osoba.....	41
Superego i mišićna napetost.....	42
2 SUDBINA I KARAKTER.....	46
DELOVANJE SUDBINE.....	46
Primer: Sem – razvod i depresija.....	50
Primer: Meri – seksualno zavodljiva a anksiozna.....	51

PRIRODA SUDBINE	55
Sudbina i predodređenost	55
Predvidivost sudbine. Karakter i sudbina	56
Sprečavanje sećanja i potiskivanje osećanja	58
Slučaj: Bil – svađe s suprugom	60
Slučaj: Rut – depresija i nedostatak osećanja	63
Ponavljjanje starih obrazaca u umu i u telu	66
SUDBINA LJUBAVI	67
Loven o svome braku	67
Odnos sa majkom i izbor supruge. „Dobra“ i „loša“ majka	68
Žene i otac	69
Majka kao primarni izvor zadovoljstva i blagostanja	69
Venčanje i brak	71
Užas edipovske situacije	72
3 BIĆE I SUDBINA	75
BIĆE KAO AUTENTIČNOST (VERODOSTOJNOST)	75
Maska ili slika i uloge	75
Primer: Frenk, mladić sa ukrućenim telom	77
Uloga pomagača	78
Razne uloge kao maske	79
Društvene uloge i razlika od neurotičnih uloga	80
Gubitak autentičnosti ili verodostojnosti	81
Iz dnevnika jedne uspešne glumice	81
Izlaz je u prihvatanju	82
BIĆE KAO SEKSUALNOST	85
Sopstvo i „ja“	85
Sopstvo i seksualnost	87
Razvoj ega, sopstvo i svest	88
Istočnjačka misao	88
Seksualnost i seksualna aktivnost se razlikuju	89
Slučaj: Džek – nedostatak zadovoljstva i radosti	91
Slučaj: Džejn – ne može govoriti u nekim situacijama	93
Potraga za seksom u svrhu potvrde sebe	94
BIVANJE KAO NEČINJENJE	96
Antiteza: biti ili činiti	96
Bivanje je kao tok a činjenje kao guranje	99
„Držanje“ tela je pokušaj stvaranja identiteta činjenjem	101

Disanje kao primer	102
Svrha terapije	103
4 STRAH ODBIVANJA.....	105
STRAH OD ŽIVOTA I OD SMRTI.....	105
Slučaj: Artur –nesigurnost, anksioznost, depresija.....	105
Slučaj: Frenk – depresija i strah od smrti.....	110
Strah od uspeha.....	111
Želja za smrću i strah od života i smrti.....	113
STRAH OD SEKSA.....	114
Bujanje života.....	115
Poravnavanje života seksualnim potiskivanjem.....	115
Slučaj: Majk.....	116
Slučaj: Marta.....	119
STRAH OD LUDILA.....	122
Slučaj: Alisa.....	122
Sličnost ljutnje, ludila i seksa.....	124
Slučaj: Bil.....	126
Slučaj: Seli – lezbejka koja se menja.....	127
Ludilo savremenog čoveka.....	128
5 TERAPIJA ZA BIĆE.....	130
SPIRALA RASTA.....	130
Loven o svom podvrgavanju bioenergetskoj terapiji.....	130
Savremena kultura i ograničenja terapije.....	131
Poređenje savremenih terapeuta i vračeva ili šamana.....	132
Emocionalni konflikti su strukturisani u telu.....	133
Terapija.....	136
PROBOJ I SLOM.....	137
Slučaj: Mark.....	138
Strah od sloma je strah ega od gubitka kontrole i fasade.....	141
Vežbe udaranja uz – „Izluđuješ me“.....	145
Primeri.....	146
ANKSIOZNOST KASTRACIJE.....	147
Primer: Žena nezadovoljna brakom.....	148
Primer: Muškarac u depresiji. Izazvano povraćanje.....	148
Primer: Psihijatar koji je depresivan.....	151
Slučaj: Klara.....	152

6 HEROJSKI STAV PREMA ŽIVOTU.....	156
REGRESIJA I PROGRESIJA.....	156
Oralni i genitalni period u razvoju deteta.....	156
Analnu fazu razvoja bioenergetika ne priznaje	156
Karakter se formira kroz sva iskustva.....	157
Kontakt sa majkom, dojenje i hranjenje iz bočice.....	158
Oralna karakterna struktura	159
Oralno lišavanje vodi u povećan edipovski konflikt.....	160
Oralni seks kao posledica.....	161
Oralno lišavanje i terapija kroz regresiju	163
Tri stadija terapijskog programa	166
OČAJ, SMRT I PONOVO RAĐANJE.....	167
Prihvatanje očaja	168
Plakanje i tuga.....	169
Trbuh i sopstvo. Osećaj praznine.	170
Očaj i strah od smrti. Značenje zvukova u jeziku.	171
Asocijacije u terapiji.....	172
Primeri	172
Volja nasuprot prepuštanju.....	174
Depresija	174
Puštanje i bolna osećanja	175
Anorexia nervosa. Samoubistvo.....	176
Primer, Mark (iz Poglavlja 5.).....	177
Strah od smrti je strah od života. Užas i smrt.....	177
Primeri puštanja pomoću terapije.....	179
Odbacivanja koja lome srce.....	181
Oklop ili ljuštura.....	182
Kako osoba umire. Heroji i kukavice.....	182
7. EDIPOV KONFLIKT JE ČINJENICA SAVREMENOG ŽIVOTA	184
USPON EGA DO DOMINACIJE.....	184
Rano detinjstvo je ključni stadij razvoja ličnosti	184
Istorija (povest) uspona ega.....	184
Erih From o legendi o Edipu.....	185
Erih Nojman o legendi o Edipu.....	186
Julijan Džejns o neurološkoj osnovi za razvoj ega.....	188
Edip kao simbol patrijarhata – kulture konflikta	190
HIJERARHIJA MOĆI I BORBA ZA MOĆ.....	192

Konflikti između roditelja su osnova edipovske situacije.....	192
Patrijarhalni poredak je hijerarhija moći	193
Dupli standardi za muškarce i žene	194
Supružnici i deca u borbi za moć.....	194
Povišena ego svesnost deteta i volja.....	196
Sve se ponavlja kroz generacije.....	197
Slučaj – razvedena žena, sama sa dvoje dece.....	197
Ne deluje samo ono što činimo nego i ono kakvi smo.....	198
Primer: majka koja se ne može kontrolisati.....	198
Civilizacija i potčinjavanje.....	201
PROGRES T VARA KONFLIKT.....	204
Bahtijari, narod koji živi prirodno i u skladu sa tradicijom.....	205
Poređenje prirodnih ljudi i civilizovanog čoveka	206
Značaj nastanka poljoprivrede.....	208
Ego nagon za moći i odnosi u porodici	209
8. MUDROST NEUSPEHA.....	212
ZAGONETKA EGIPAT SKE SFINGE.....	212
Tri stadija ljudskog razvoja	213
Stadij 1: dojenče.....	213
Stadij 2: Odrasli.....	213
Stadij 3: Starost.....	214
Pogled na tri stadija iz perspektive vremena	215
Dijalektičko razumevanje tri stadija.....	217
Razumevanje	217
Znanje.....	218
Neki primeri davanja prednosti znanju pred razumevanjem.....	219
Zavodljivost znanja.....	219
Treći stadij je sinteza konflikta, Mudrost.....	221
USKLAĐIVANJE KONTRADIKCIJA	223
Slobodna volja i determinizam	223
Konflikt između pojedinca i zajednice	232
Porodica i podizanje dece.....	233
MUDROST EGIPAT SKE SFINGE.....	233
Refleksija na razumevanje savremenog čoveka	234
Čovek se treba prizemljiti u stvarnost svoga bića.....	234
Uspeh i neuspeh.....	235
Primer: neuspešan snošaj	235
Umor kao znak promene	236

Strah od pada(anja) i uspeh. Ego i biće.....	238
Potreba za odobravanjem	239
Srednja staza je staza mudrosti	239
Uspeh i neuspeh su ego koncepti. Zdravi se ne boje padanja.	240
Kreativnost kao prirodan proces	241
Loven o svom uspehu.....	242
Prihvatanje neuspeha oslobađa energiju	243
LITERATURA	244

IZD. DODATAK: „STRAH OD ŽIVOTA“ U SVETLU HOLIZMA 247

Ograničenost bioenergetskog modela	247
Sličnost „Straha od života“ i homeopatije	248
1. Biti – Činiti – Imati	248
2. Edipov kompleks kao temeljni poremećaj	249
3. Mudrost drevnih legendi.....	250
4. Zdravlje pojedinca, porodice, kolektivno. LGB.....	251

PREDGOVOR IZDAVAČA

Celokupno Lovenovo delo bi se moglo simbolički predstaviti poput nekog lekovitog cveta. Praktično „naslovna“ knjiga je „Bioenergetika“ i ona bi bila tučak sa prašnicima (jezgro, teoretska suština), „Put do vibrantnog zdravlja“ bi onda bila cvetište ili cvetna čašica (praksa, koja je pandan teoriji). Ostale knjige bi bile krunski listići ili cvetne latice, dok bi ova knjiga, „Strah od života“, bila stabljika sa korenom. Naime, sve ostale knjige pojašnjavaju ljudsko biće kroz spregu tela (uglavnom tzv. „mišićnog oklopa“) i psihe (uglavnom ega i osećanja), i tako daju sliku bioenergetike koja se razvila u širinu, dok ova knjiga predstavlja jednu vrstu vertikale u više smislova:

Razvoj ljudskog bića od vremena početka odvajanja i diferencijacije od ostatka životinjskog carstva;

Razvoj svesnosti i ega kao ključnog elementa koji čoveka čini različitim od svih ostalih stvorenja, izdvojenim i individualnim;

Razvoj civilizacije i ljudske kulture kao posledice razvoja svesnosti;

Razumevanje samih temelja poremećaja ljudskog bića, koji sežu do samog početka razvoja svesti i civilizacije i koji se protežu kroz celokupnu kulturu i istoriju civilizacije;

Razumevanje života pojedinca kao svojevrsnog preslikavanja razvoja ljudske vrste u svaku individuu. Za razvoj ove teorije Loven je u pomoć pozvao nekoliko drugih teorija koje su pravili drugi eminentni naučnici (Frojd, From, Nojman, Džejs...), a koji su pojašnjavali neverovatnu mudrost legendi drevne Grčke i Egipta.

Kako su čovek i čovečanstvo mnogo razvijeniji nego ikad u prošlosti, onda nam sama bioenergetika, ma koliko bila temeljna i istinita, neće biti dovoljna. Na tragu uvida i ideja iz ove knjige daju se naslutiti moguća druga rešenja, više nego što to Loven nudi, jer je problem prevelik, a čovečanstvo se predalo postojećem putu i nije ga moguće „spasiti“, svedok ne dođe do sunovrata. Praistorijski izvori govore o katastrofama u prošlosti. I uvek je bio neki Noe da napravi barku spasa i sačuva semena života za budućnost.

Srećom, postoje mnoge nauke koje imaju i svoju praktičnu stranu, a koje mogu biti od velike pomoći za povratak zdravlju i zdravoj pameti. Ja sam u popratnim tekstovima za druge Lovenove knjige ukazivao na neophodnost povezivanja i integracije više nauka ili disciplina u jednu celinu koja bi se mogla zvati Integrativna psihologija. Bioenergetiku utemeljenu na psihoanalizi i Rajhovom delu vidim kao osnovu takve nove nauke, a krucijalno mesto bi pripalo homeopatiji kao disciplini koja je sama po sebi integrativna i most između duhovnih i prirodnih nauka, a s druge strane ima i neverovatnu moć isceljivanja. Toj moći, verovatno, nema takmaca među drugim disciplinama, kako savremenim, tako ni u celokupnoj prošlosti ljudskog roda. Zato sam i za ovu knjigu napravio poseban Izdavački dodatak koji će čitaocima pomoći da se dodatno učvrste u uverenju da je izlaz iz ćorsokaka u kome se našlo čovečanstvo ne samo moguć, nego i tu, na dohvat ruke. Potrebno je samo da se dovoljan broj ljudi uputi tim putem.

Što se izgleda teksta knjige tiče, stil je isti kao i u prethodnim knjigama. Dakle, svi naslovi tiskani velikim slovima su autorovi, a malim moji, urednički. Fusnote koje nisu posebno označene, su autorove, a ostale su uredničke ili prevodilačke. Na kraju je dat autorov spisak literature, tako da smo u fusnotama navodili samo reference (ime autora, naslov knjige i broj stranice), dok se ostali detalji nalaze pod Literatura. Na kraju svake reference su označena poglavlja u kojim se referenca pominje.

U prologu, iza teksta knjige, je Izdavačke dodatak u kome sam se osvrnuo na sadržaj knjige pokušavajući ga sagledati iz šire holističke perspektive, povezati sa homeopatijom i aktualizovati na primeru LGB populacije.

Mile Malešević, urednik

Aleksandar Loven

STRAH OD ŽIVOTA

LEČENJE BIĆA

Od istog autora u ADVAITA izdanju

1. Bioenergetika – jedinstvo psihe i tela, 2017.
2. Depresija i telo – biološka osnova vere i stvarnosti, 2018.
3. Govor tela – kako telo otkriva ličnost, 2015, 2017.
4. Izdaja tela, 2016.
5. Narcizam – poricanje istinskog sebe, 2018.
6. Put do vibrantnog zdravlja – bioenergetske vežbe, 2017.
7. Strah od života, ova knjiga, 2018.
8. Zadovoljstvo – kreativni pristup životu, 2017.

Kakvo li je stvorenje čovek!
Od svih čuda sveta najveće je čudo čovek sam.
Odista, čudesna je ljudska oštroumnost
Kojom se penje u visine
I sa kojih isto tako pada.
Verujući u svoju snagu sapliće se;
Tvrdoglavost volje obara ga dole.

Sofokle, Antigona

*S ljubavlju posvećujem
Rowferti L. Walker.¹
Svoj sam vagon zakačio za tvoju zvezdu.*

¹ Čini se da se radi o Lovenovoj supruzi, poznatijoj kao Leslie Lowen. Prim. ur. MM.

UVOD

Neuroza kao strah od života

Neuroza se obično ne definiše kao strah od života, ali ona je upravo to. Neurotična osoba se boji otvoriti svoje srce prema ljubavi, boji se posegnuti ili udariti, boji se biti u potpunosti ono što jeste. Te strahove možemo objasniti psihološki. Ako otvorimo srce za ljubav postajemo ranjivi; ako posegnemo, rizikujemo da budemo odbijeni; ako udarimo, rizikujemo sopstveni život. Međutim, postoji još jedna dimenzija ovog problema. Više života ili osećanja od onoga na šta smo navikli je zastrašujuće, budući da to pretil prepilavljanjem ega, prelivanjem preko njegovih granica i podrivanjem identiteta. Biti više živ i imati više osećanja je zastrašujuće.

Jednom sam radio s mladićem čije je telo bilo stegnuto i ukrućeno, oči tupe, ten žućkast, a disanje plitko. Uz pomoć dubokog disanja i terapeutskih vežbi, telo mu je živnulo. Oči su mu postale svetlije, ten se popravio, počeo je osećati trnce u delovima tela, a noge su mu počele vibrirati. Međutim, tada mi je rekao: „Čoveče, ovo je previše života. Ne mogu ja to podneti“.

Smatram da smo, do određene mere, svi u istoj situaciji kao ovaj mladić. Želimo biti življi i osećati više, ali se toga istovremeno i bojimo. Strah od života nam se odražava u načinima na koje se stalno nečim bavimo, da ne bismo nešto osetili; jurimo na sve strane, da se ne bi morali suočiti sa samim sobom; otupljujemo um alkoholom ili drogama, da ne bismo osetili svoje biće. Bojimo se života, pa ga stoga pokušavamo kontrolisati, ili njime ovladati. Smatramo da je loše ako dopustimo da nas emocije ponesu. Divimo se „kul“ (hladnim) tipovima koji deluju bez osećanja. Heroj nam je Džejms Bond, agent 007. U našoj kulturi je naglasak na delovanju i postizanju. Savremeni pojedinac je posvećen uspehu, a ne bivstvovanju ili postojanju. On s pravom pripada „generaciji akcije“, čije je geslo činiti više, a osećati manje. Takav stav karakteriše i modernu seksualnost: više akcije, a manje strasti.

Koliko god da su nam uspesi i postignuća veliki, kao ljudi nismo uspehli. Smatram da većina nas i oseća taj neuspeh u sebi. Kao kroz maglu

smo svesni bola, muke i očaja koji leže tik ispod površine. Međutim, odlučni smo u tome da nadjačamo svoje slabosti, prevladamo strahove i savladamo anksioznosti. Zato knjige o samopomoći i poboljšanjima sopstvene ličnosti imaju toliko uspeha. Nažalost, sav taj napor je unapred osuđen na neuspeh. Bivstvovanje ili postojanje nije nešto što možemo činiti. Nije to izvedba. To zahteva da zaustavimo svoj grozničavi naporu poslu, da odvojimo vremena za disanje i osećanje. U tom procesu ćemo možda osetiti i bol, ali ako imamo hrabrosti prihvatiti taj bol, osetićemo i zadovoljstvo. Ako budemo u stanju suočiti se sa svojom unutrašnjom prazninom, pronaći ćemo ispunjenje. Ako možemo proći kroz vlastiti očaj, otkrićemo radost. A ako krenemo tim putem, može nam zatrebati i pomoć.

Je li je sudbina modernog čoveka neuroza i strah od života? Moj odgovor je da jeste, ako modernog čoveka definišemo kao pripadnika kulture čije dominantne vrednosti su moć i napredak. Budući da takve vrednosti karakterišu zapadnu kulturu našeg doba, rezultat je da je svaka osoba koja u toj kulturi odraste neurotična.

Unutarnji konflikti neurotične osobe

Neurotična osoba je u sukobu sa samom sobom. Jedan deo njenog bića pokušava nadvladati drugi deo. Ego pokušava ovladati telom, racionalni um osećanjima, a volja strahovima i anksioznostima. Premda je taj sukob uglavnom nesvestan, učinak mu je da se crpi energija osobe i uništava duševni mir. Neuroza predstavlja unutrašnji konflikt. Neurotičnikarakter se javlja u mnogim oblicima, ali kod svih osoba je prisutna unutrašnja borba između onoga šta ona jeste i onoga šta veruje da bi trebala biti. Svaka neurotična osoba je uhvaćena u vrtlog te borbe.

Kako dolazi to tog stanja unutrašnjeg konflikta? Zašto je sudbinamodernog čoveka da pati od takvih sukoba? U pojedinačnim slučajevima, neuroza se javlja u kontekstu porodične situacije. Međutim, porodična situacija odražava kulturnu, budući da je porodica podložna svim silama koje vladaju u društvu kome pripada. Da bismo razumeli egzistencijalno stanje modernog čoveka i spoznali njegovu sudbu, moramo istražiti izvore konflikta unutar kulture.

Neki od tih konflikta su nam već dobro poznati. Zpr. govorimo o miru, a pripremamo se za rat. Zagovaramo očuvanje, a nemilosrdno iskorištavamo zemljine resurse radi ekonomske dobiti. Usmereni smo na ciljeve

moći i napretka, a opet, želimo zadovoljstvo, duševni mir i stabilnost. Ne uviđamo da su moć i zadovoljstvo suprotstavljene vrednosti i da jedno najčešće isključuje drugo. Moć neizostavno dovodi do borbe za njeno očuvanje, koja često zavađa oca i sina, stavlja brata protiv brata. To jesila razdora u zajednici. Napredak označava neprestanu aktivnost menjanja starog u novo, u uverenju da je novo uvek superiornije od starog. Premda to i jeste tačno u određenim tehničkim područjima, takvo uverenje je veoma opasno. Po istom aršinu se implicira da je sin uvek superiorniji od oca, ili da je tradicija tek mrtvi teret iz prošlih vremena. Postoje kulture u kojima dominiraju drugačije vrednosti, i gde je poštovanje prošlosti i tradicije važnije od želje za promenom. U takvim kulturama je konflikt sveden na najmanju meru, a neuroze su retke.

Kultura, tradicija i porodica

Roditelji, kao predstavnici kulture, imaju odgovornost da decidualnu vrednosti svoje kulture. Deci nameću zahteve u pogledu ponašanja i stavova, koji su osmišljeni s ciljem da se dete uklopi u društvenu i kulturnu matricu. Dete se, s jedne strane, odupire tim zahtevima budući da oni u suštini predstavljaju pripitomljavanje njegove životinjske naravi. Ta narav se mora „razraditi“ da bi postala deo sistema. S druge strane, dete želi poštovati te zahteve, da bi zadržalo ljubav i odobravanje roditelja. Ishod zavisi od prirode zahteva i načina na koji se oni nameću. Uz ljubav i razumevanje, moguće je naučiti dete običajima kulture a da mu se ne slomi duh. Nažalost, u većini slučajeva proces prilagođavanja deteta kulturi lomi detetov duh, usled čega ono postaje neurotično i uplašeno od života.

Centralna tema u procesu kulturne adaptacije je kontrola seksualnosti. Ne postoji kultura koja ne nameće neke ograde u pogledu seksualnog ponašanja. Takve ograde su neophodne da bi se sprečio razdor unutar zajednice. Ljudi su ljubomorna stvorenja, sklona nasilju. Čak i kod najprimitivnijih zajednica bračna veza predstavlja svetinju. Međutim, konflikti koji nastaju usled takvih ograda su za ličnost eksterni. U zapadnjačkoj kulturi je praksa bila da se osobi stvori krivica zbog seksualnih osećanja i seksualnih činova poput masturbacije, a koji ni na koji način ne prete miru zajednice. Kad se osećanjima daje boja krivice ili srama, onda se konflikt internalizuje i stvara neurotični karakter.

Incest je tabu u svim ljudskim zajednicama, ali seksualno osećanje deteta prema roditelju suprotnog pola se posmatra s prekorom samo u

modernim društvima. Za takva osećanja se smatra da predstavljaju pretnju ekskluzivnom pravu roditelja na seksualnu naklonost partnera. Roditelj posmatra dete istog pola kao protivnika. Premda do samog incestane dolazi, dete je dovedeno do osećanja krivice za ovo sasvim prirodno osećanje i želju.

Frojd: neuroza je nesposobnost prilagođavanja kulturi

Kada je Frojd istraživao uzroke emocionalnih problema svojih pacijenata pomoću analize, uvideo je da oni u svim slučajevima uključuju infantilnu seksualnost, a naročito seksualna osećanja prema roditelju suprotnog pola. Takođe je uvideo da ruku pod ruku sa tim incestuoznim osećanjima ide želja za smrću roditelja istog pola. Uviđajući paralelu sa legendom o Edipu, situaciju takvog deteta je opisao kao edipovsku. Smatrao je da, kad dečak ne bi potisnuo svoja seksualna osećanja prema majci, završio bi kao Edip, tj. ubio bi oca i oženio se majkom. Da bi se sprečio takav ishod, detetu se preti kastracijom ako ne potisne svoju seksualnu želju i neprijateljska osećanja.

Analizom se pokazalo da su potisnuta ne samo ta osećanja, već isama edipovska situacija; tj. odrasla osoba nema sećanja u vezi s trougлом u koji je bila upletena kada je imala između 3 i 6 godina. Moje kliničko iskustvo potvrđuje ovakvu opservaciju. Veoma mali broj pacijenata se može priseliti bilo kakve seksualne želje prema roditelju. Nadalje, Frojd je verovao da je ovakvo potiskivanje neophodno ako osoba želi uspostaviti normalan seksualni život u odrasloj dobi. Smatrao je da represija omogućava da se ta rana seksualna želja prenese s roditelja na neko dete svoga uzrasta. U suprotnom, osoba bi ostala fiksirana na roditelja. Stoga je, za Frojda, potiskivanje način razrešenja edipovske situacije koji omogućava detetu da kroz period latentnosti napreduje u normalnu zrelost. Ako je potiskivanje bilo nepotpuno, osoba postaje neurotična.

Po Frojdu, neurotični karakter predstavlja nesposobnost prilagođavanja kulturnoj situaciji. On je prepoznao da civilizacija pojedincu onemogućava potpuno instinktivno zadovoljenje, ali je smatrao da je to onemogućavanje neophodno za kulturni napredak. U suštini, prihvatio je ideju da je sudbina modernog čoveka da bude nesrećan. Takva sudbina i nije interesovala psihoanalizu, koja se ograničavala na to da osobi pomogne da funkcioniše na adekvatan način u okviru kulturnog sistema. Neuroza

se posmatrala kao simptom (fobija, opsesija, kompulzija, melanholija, itd.) koji predstavlja smetnju takvom funkcionisanju.

Rajh: neuroza i izostanak zadovoljstva

Wilhelm Rajh¹ je imao drugačije mišljenje. Premda je bio Frojdov učenik i član Bečkog društva psihoanalitičara, shvatio je da izostatak simptoma kao znaka onesposobljenosti ne predstavlja nikakvo merilo emocionalnog zdravlja. Kroz rad sa neurotičnim pacijentima je shvatio da se simptom razvija iz neurotične strukture karaktera, i da se može u potpunosti ukloniti samo ako se promeni struktura karaktera osobe. Za Rajha to nije bilo pitanje adekvatnog funkcionisanja u kulturi, već sposobnosti pojedinca da se u potpunosti preda seksu i poslu. Ta sposobnost osobi omogućava da doživi potpuno zadovoljenje u životu. Onoliko koliko je ta sposobnost manjkava, toliko je i osoba neurotična.

U svom terapijskom radu se Rajh fokusirao na seksualnost kao ključ za razumevanje karaktera. Svaka neurotična osoba je imala neki poremećaj orgazmičke reakcije, i nije se mogla u potpunosti predati zadovoljstvu nevoljnih konvulzija orgazma. Bojala se osećanja preplavljenosti i potpunim orgazmom. Neurotičar je, do određene mere, orgazmički impotentan. Ako bi, kao rezultat terapije, osoba stekla sposobnost predaje, postala bi emocionalno zdrava. Svi neurotični poremećaji od kojih osoba pati bi nestali. Nadalje, ta oslobođenost od neuroze bi trajala dok god osoba zadržava orgazmičku potenciju.

Rajh je uvideo vezu između orgazmičke impotencije i edipovskog problema. Tvrđio je da neuroza ima korene u patrijarhalnoj autoritarnoj porodici u kojoj je seksualnost potisnuta. Nije prihvatao teoriju da je čovek neizbežno vezan za svoju nesrećnu sudbinu. Verovao je da je društveni sistem, koji ljude lišava punog zadovoljenja njihovih instinktualnih potreba, bolestan i da ga treba menjati. U ranom periodu rada kao psihoanalitičar, Rajh je bio i društveni aktivista. Međutim, u kasnijem periodu je zaključio da neurotični ljudi ne mogu promeniti neurotično društvo.

¹ Wilhelm Reich (1897-1957), austrijski (kasnije američki) psihijatar i psihoanalitičar. Učenik Sigmunda Frojda i učitelj Aleksandra Lovena. Prim. prev.

Uticaj Rajha na Lovena

Rajhova misao je imala veliki uticaj na mene. On mi je bio učitelj u periodu 1940. do 1953. a analitičar od 1942. do 1945. Postao sam psihoanalitičar jer sam verovao da njegov pristup ljudskim problemima, kako teoretski (analiza karaktera) tako i praktično (vegetoterapija²), predstavlja značajan napredak u tretiranju neurotičnog karaktera. Analiza karaktera je predstavljala Rajhov veliki doprinos psihoanalitičkoj teoriji. Za njega je neurotični karakter predstavljao teren na kom se razvijaju neurotični simptomi. Verovao je, stoga, da se analiza treba fokusirati na karakter, a ne na simptome, da bi se postiglo značajno poboljšanje. Vegetoterapije predstavljala veliki proboj terapeutskog procesa u telesno područje. Rajh je uvideo da se neuroza manifestuje u poremećenoj vegetativnoj funkciji, kao i u psihičkim konfliktima. Disanje, motilnost i nevoljni pokreti zadovoljstva kroz orgazam su kod neurotične osobe značajno ograničeni hroničnim mišićnim napetostima. Te napetosti je Rajh opisao kao proces oklopljavanja, koji se na telesnoj razini odražava na karakter. Tvrдио je da je telesni stav osobe funkcionalno identičan s njenim psihičkim stavom. Njegov rad predstavlja temelj za moj razvoj bioenergetske analize, koja je proširila Rajhove ideje na nekoliko značajnih načina.

Napredak bioenergetike u odnosu na Rajha

Prvo, **bioenergetska analiza** obezbeđuje sistematično razumevanje strukture karaktera na psihičkoj i telesnoj razini. To razumevanje nam omogućava da karakter i emocionalne probleme osobe čitamo iz njenog telesnog izraza. Takođe nam omogućava da pretpostavimo i životnu istoriju te osobe, budući da su joj životna iskustva strukturisana u telu. Informacije dobijene tim čitanjem govora tela se integrišu kroz analitički proces.

Drugo, putem **koncepta uzemljavanja**, bioenergetska analiza nudi dublje razumevanje energetskih procesa u telu i načina na koji oni utiču na ličnost. Uzemljavanje se odnosi na energetsku vezu između stopala osobe i tla. Ono odražava količinu energije ili osećanja kojima osoba dopušta da dopru u donji deo tela, i odnos osobe prema tlu na kom stoji. Da li je osoba dobro uzemljena, ili je „u vazduhu“? Da li su joj stopala čvrsto

² Oblik psihoterapije koji uključuje fizičke manifestacije emocija. Prim. prev.

postavljena? Kakav je telesni stav osobe? Osećanja sigurnosti i nezavisnosti su usko povezana s funkcijom nogu i stopala, a ta osećanja značajno utiču na seksualnost.

Treće, bioenergetska analiza primenjuje mnoge **aktivne telesne tehnike i vežbe** kojima se osobi pomaže da ojača svoj telesni stav, poveća energiju, uveća i produbi samopercepciju i proširi samoizražavanje. U bioenergetskoj analizi se telesni rad usklađuje sa analitičkim procesom, pa je tako ovaj terapijski modalitet kombinacija umnog i telesnog pristupa emocionalnim problemima.

Preko trideset godina sam aktivni terapeut koji pomaže pacijentima da steknu određenu meru radosti i sreće u životu. Takav cilj je zahtevao neprestano nastojanje da se razume neurotični karakter modernog čoveka, kako s kulturne, tako i sa lične tačke gledišta. Fokus sam stavio na pojedinca i njegovu borbu da pronađe neko zadovoljenje i smisao u životu; drugim rečima, na borbu protiv sudbine. Međutim, u pozadini te borbe stoji kulturna situacija. Bez spoznavanja kulturnih procesa ne možemo razumeti dubinu problema.

Ego kao osnova kulture i disharmonije

Kulturni proces koji je doveo do modernog društva i modernog čoveka je razvoj ega. Takav razvoj se povezuje sa usvajanjem znanja i sticanjem moći nad prirodom. Čovek je deo prirode pa je, kao i svaka druga životinja, u potpunosti podložan njenim zakonima; međutim, istovremeno je i iznad prirode, utičući na nju i kontrolišući je. Isto čini i sopstvenoj prirodi; deo čovekove ličnosti, ego, okreće se protiv životinjskog dela, protiv tela. Antiteza između ega i tela stvara dinamičku napetost koja promovise rast kulture, ali istovremeno sadrži i destruktivni potencijal. Tu možemo napraviti analogiju sa lukom i strelom. Što više zategnemo luk, to će strela dalje leteti. Međutim, ako luk previše nategnemo, pućiće. Kad se ego i telo razdvoje do te mere da među njima više nema kontakta dolazi do psihotičnog sloma. Mišljenja sam da smo u našoj kulturi dostigli tu opasnu tačku. Psihotični slomovi su postali svakodnevnica, ali još rašireniji je strah od sloma, na ličnoj i društvenoj razini.

Imajući u vidu njegovu kulturu i karakter koji ona stvara, kakva je sudbina modernog čoveka? Ako nam priča o Edipu može služiti kao neka vrsta proročanstva, to je proročanstvo o postizanju uspeha i moći koju

tražimo samo da bismo se suočili s raspadom ili slomom sopstvenog sveta. Ako se uspeh meri po materijalnoj imovini, kao što i jeste slučaj u industrijalizovanim zemljama, a moć po sposobnosti da se *čini i ide* (mašine i energija), većina ljudi u zapadnom svetu ima i uspeh i moć. Kolaps njihovog sveta leži u siromašenju unutrašnjeg ili emocionalnog života. Posvetivši se uspehu i moći, nemaju ništa drugo za šta bi živeli. I kao Edip, postaju lutalice po svetu, bića bez korena koja nigde ne mogu naći mir. Svaki pojedinac se oseća otuđeno, do određene mere, od bližnjeg svog, i svako u sebi nosi duboki osećaj srama koji ne razume. Eto to je egzistencijalno stanje modernog čoveka.

Izazov modernom čoveku leži u pomirenju suprotstavljenih aspekata njegove ličnosti. Na telesnoj razini, čovek je životinja; na razini ega, čovek teži da postane bog. Sudbina životinje je smrt, a ego, u svojim božanskim težnjama, želi to izbeći. Međutim, pokušavajući izbeći takvu sudbinu, čovek sebi stvara još goru – da živi u strahu od života.

Ljudski život je pun protivrečnosti. Znati prepoznati i prihvatiti te protivrečnosti predstavlja obeležje mudrosti. Možda se čini protivrečnim reći da prihvatanje sopstvene sudbine dovodi do menjanja te sudbine, ali to je istina. Kad se prestanemo boriti protiv sudbine, nestaće nam neuroze (unutrašnji konflikti) i steći ćemo duševni mir. Rezultat je drugačiji stav (bez straha od života), koji se izražava drugačijim karakterom i povezuje s drugačijom sudbinom. Takva osoba će spoznati ispunjenost života. Tako završava priča o Edipu, osobi čije ime je sinonim za ključne probleme u ličnosti modernog čoveka.

1

NEUROTICNI KARAKTER

EDIPOVSKI PROBLEM

Konflikti ometaju neurotičara da uči iz iskustva

Kaže se da ljudi uče iz iskustva, i u celini gledano, to i jeste slučaj. Iskustvo je najbolji i, možda jedini pravi učitelj. Međutim, kad nešto spada u područje neuroze određene osobe, to pravilo više ne važi. Osoba ne uči iz iskustva, već ponavlja isto samodestruktivno ponašanje opet iznova.

Nekoliko primera

Recimo, imamo muškarca koji se uvek nađe u položaju da pomaže drugima. Rado odgovara kad mu se neko obrati za pomoć, a nakon toga se oseća iskorišteno i ozlojeđeno, zato što smatra da osoba kojoj je pomoć pružena ne ceni dovoljno njegov napor. Okreće se protiv osobe s kojom se prijatelji i odlučuje da će idući put biti manje na raspolaganju, a više kritički raspoložen prema zahtevima za pomoć. A opet, čim oseti da je neko upao u poteškoće, nudi pomoć i pre nego što mu zatraže, misleći da će ovaj put rezultat biti drugačiji. I sve se ponavlja. Takav čovek neće ništa naučiti, zato što za njega pružanje pomoći ima kvalitet kompulzije. Sile van njegove kontrole ga prisiljavaju da pomaže.

Uzmimo slučaj žene koja u vezama s muškarcima preuzima majčinsku ulogu. Učinak takvog stava je da infantilizuje muškarce i time sebe lišava seksualnog ispunjenja. Možda će okončati vezu sa osećanjem daje iskorištena i prevarena, kriveći mušku nezrelost i slabost za neuspeh veze. Naredni put, kaže ona sebi, odabraće nekoga ko može stajati na sopstvenim nogama i kome ne treba mama. Ali i naredni put je kao i prethodni. Neka čudna sudbina kao da je goni u upravo one situacije koje bi želela

2

SUDBINA I KARAKTER

DELOVANJE SUDBINE

Priču o Edipu znam već odavno, ali nedavno sam joj se vratio sa obnovljenim interesovanjem, zbog uloge koju sudbina igra u tom mitu. Uzmimo u obzir činjenicu da su i Laj, otac, i Edip, sin, konsultovali proročište u dve različite prilike i da im je obojici prorečena ista sudbina, kao i da su obojica preduzeli korake da tu sudbinu izbegnu. Laj je odneo svog novorođenog sina u polje da umre; Edip je napustio Korint kako bi izbegao da ubije oca. A opet, uprkos naporima da izbegnu sudbinu, proročanstvo se ostvarilo. Pitanje koje mi je palo na pamet je: da li se sve to dogodilo upravo zato što su pokušali izbeći sudbinu? To pitanje me je poprilično zainteresovalo budući da sam već neko vreme bio svestan da je jedan od aspekata neurotičnog karaktera to što nije u stanju prihvatiti sebe. Uvideo sam da se neurotična osoba bori da izbegne sudbinu koje se boji, ali upravo ta borba osigurava ispunjenje sudbine koju se trudi izbeći.

Recimo, zaprimer, da je Laj prihvatio sudbinu koja mu je prorečena. Da li bi priča bila drugačija? (Takvo prihvatanje bi moglo biti deo religioznog stava – ako je to volja bogova, onda neka tako bude.) Da je Laj odgojio Edipa kao svog sina, barem jedan događaj iz priče se ne bi mogao odigrati. Laj ne bi sinu bio stranac, pa ne bi ni poginuo u slučajnom susretu na putu. Da je Edip prihvatio svoju sudbinu i ostao u Korintu, poštujući volju bogova, ne bi se mogao oženiti majkom. Svi ti „da je“ menjaju priču, ali upravo iz razloga što su se događaji odigrali onako kako su se odigrali mi imamo jednu značajnu priču o ljudskom iskustvu.

Frojd je imao sličan stav o Edip ovoj priči onako kako ju je dramatisovao Sofokle u svom delu *Kralj Edip*. Frojd kaže: „Kralj Edip predstavlja tragediju sudbine. Njen tragični učinak proizilazi iz konflikta između volje

3

BIĆE I SUDBINA

BIĆE KAO AUTENTIČNOST (VERODOSTOJNOST)

Maska ili slika i uloge

Vrlo mali broj ljudi u našoj kulturi ima hrabrosti da budu ono što jesu. Većina prihvata uloge, igra igre, nosi maske, ili podiže fasade. Ne veruju da je njihovo istinsko sopstvo prihvatljivo. Ni roditelji im ga nisu prihvatili. „Nemoj izgledati tako tužno“, kaže Majka. „Niko te neće voleti. Nabaci osmeh“. I tako dete stavlja masku osmeha da bi ga voleli. „Ispravi ramena, izbaci prsa“, kaže Tata mladom sinu, koji potom podiže fasadu muškosti. Uloge i igre se uglavnom suptilnije razvijaju u odgovor na neizgovorene zahteve i pritiske od strane roditelja. Maske, fasade i uloge postaju strukturisane u telu, budući da dete smatra kako će mu ta poza doneti roditeljsko odobravanje i ljubav. Tela nam ukalupljuju društvene sile u porodici koje nam oblikuju karakter i određuju sudbinu... jer moramo pokušavati ugoditi ljudima da bismo dobili odobravanje i ljubav.

To nije upalilo tada, a neće ni sada. Ljubav ne možemo dobiti ili osvojiti, jer ona je spontani izraz naklonosti i top lote u odgovor na biće druge osobe. Smisao je u „volim te“, a ne „volim ono šta činiš“. Ljubav implicira prihvatanje koje je detetu uskraćeno. Jednom kad se odrekneмо pravoг себе da bismo igrali ulogu, osuđeni smo na odbacivanje, budući da smo već sami себе odbacili. A opet, i dalje se trudimo ulogu odigrati što uspešnije, nadajući se da ćemo savladati sudbinu, ali se samo sve više zapetljavamo u nju. Uhvaćeni smo u začarani krug koji se sve više steže, gušeći nam život i biće.

Zašto se ne odrekneмо uloge, zaustavimo igru, odbacimo fasadu, ili skinemo masku? Odgovor je da nismo ni svesni da nam pojava i ponašanje nisu istinski. Maska ili fasada nam je postala deo bića. Uloga koju

4

STRAH OD BIVANJA⁴⁴

STRAH OD ŽIVOTA I OD SMRTI

Ako je bivanje poenta života, zašto ga se onda toliko bojimo? Zašto nam je toliko teško „pustiti i samo biti“? Ljudi provode godine na terapiji (kao što sam i ja) težeći otkriti sebe, pronaći istinu o svom biću. A opet, svaka životinja instinktivno zna šta je i kako biti ono šta jeste. Bivanje je prirodno stanje životinje. Svako ljudsko biće počinje život kao životinja, s punim osećajem bića. I, kao i životinje, dete jednostavno jeste. Ego mu je, u suštini, telesni ego u potpunosti identifikovan s prirodnim procesima tela. Ta identifikacija se prekida kako mu roditelji nameću civilizovani način ponašanja, u suprotnosti s detetovom životinjskom prirodom. Takvo odrastanje, povezano sa edipovskom situacijom, prisiljava ego da uzme položaj koji je suprotan telu i seksualnosti. U prethodnom poglavlju smo videli kako se to razvija. Ovde se postavlja pitanje zašto je tako teško u kasnijem životu ponovo uspostaviti prvobitne veze. Koji strahovima stoje na putu da povratimo nevinost? Znamo da to nije tako jednostavno kao što je pokazati nekome put kući. Put prolazi kroz skrivene doline s nepoznatim opasnostima koje otkrivamo tek kad se otisnemo na putovanje nazad u detinjstvo.

Slučaj: Artur – nesigurnost, anksioznost, depresija

Prvi slučaj koji ću predstaviti je čovek pedesetih godina koji je na terapiji, s prekidima, već nekih dvadeset godina. Artura poznajem skoro čitav taj period i neredovno sam radio s njim mnogo puta. Patio je od nesigurnosti, anksioznosti i depresije. Finansijski je siguran; dobrostojeći je i ne zavisi ni od koga. Nesi-

⁴⁴ Na engl. se „bivanje“ i „biće“ pišu i izgovaraju jednako, „being“. Dakle, naslov bi se mogao prevesti i kao „Strah od bića“. Prim. ur. MM.

5

TERAPIJA ZA BIĆE

SPIRALA RASTA

Kao mladi terapeut, bio sam veoma entuzijastičan u vezi s terapijom, kao i veoma optimističan u pogledu toga šta ona može učiniti. Verovao sam da mogu pojedinca osloboditi njegovih represija i vratiti ga u stanje sklada sa samim sobom i prirodom. Bio sam čvrsto uveren da je Rajh bio upravo kad je tvrdio da je potiskivanje seksualnosti uzrok svih naših poteškoća. Terapeutski cilj je, stoga, da se ponovo uspostavi kapacitet za potpunu predaju seksualnim osećanjima, što je Rajh nazivao orgazmička potencija. To se treba postići kombinacijom analize karaktera i telesnog rada. Ovo potonje je osmišljeno da umanjí ili ukloni mišićne napetosti koje nam onemogućavaju da se predamo telu i njegovim osećanjima. Kao Rajhov pacijent, i ja sam doživeo učinkovitost ovog terapeutskog pristupa.

Loven o svom podvrgavanju bioenergetskoj terapiji

Prošlo je već 35 godina od dana kada sam počeo terapiju s Rajhom, koja je trajala 3 godine. Takođe sam prošao terapiju s kolegom dr Džonom Pijerakosom (John Pierrakos), u trajanju od oko 3 godine, a pored toga sam neprestano radio na sebi da oslobodim svoje biće od inhibicija i represija iz detinjstva. Bilo bi lepo kad bih mogao reći da sam u tome uspeo, ali, premda se jesam značajno promenio, i dalje sam svestan napetosti i poteškoća koje mi remete i ograničavaju biće. To me rastužuje. Međutim, ništa me ne sprečava da nastavim raditi na svom telu da bih proširio biće, i tome ću se posvećivati do kraja života. Ideja da još uvek nisam „uspeo“ nije depresivna, već mi je uzbudljivo pomisliti da se mogu poboljšati u područjima u kojima osećam nedostatke u sopstvenom biću.

6

HEROJSKI STAV PREMA ŽIVOTU

REGRESIJA I PROGRESIJA

Oralni i genitalni period u razvoju deteta

To što se fokusiram na ključnu ulogu edipovskog konflikta u oblikovanju karaktera ne znači da pred-edipovski problemi nisu bitni i da ih bioenergetska terapija zanemaruje. Događaji iz ranog detinjstva imaju ogroman uticaj na razvoj ličnosti i oblikovanje karaktera. Radi jednostavnosti prilikom rasprave, grupisaću ove rane događaje u naslov oralna iskustva. Termin „oralna“ se odnosi na period kada su usta primarni organ odnosa sa svetom. Takođe se odnosi na one funkcije koje se tiču uzimanja hrane, ljubavi, podrške i pobuđenja. Grubo rečeno, oralni periodobuhvata prve tri godine života.

Od treće do šeste godine je fokus razvoja ličnosti na razvoju nezavisnosti i uspostavljanju genitalnog primata. Iako je šestogodišnje dete i dalje zavisno od roditelja za podršku i zaštitu, osnovi karakter mu je manje-više formiran. Iako je u mnogim pogledima i dalje nezreo organizam, spreman je preduzeti neke korake u spoljašnji svet, uz podršku porodice. Ići će u školu, ili se obrazovati za svoj položaj u društvu. Taj period od treće do šeste godine možemo označiti kao genitalni period, budući da je kritičan za razvoj seksualnog identiteta. Ovaj period obuhvata edipovski period i pronalaženje određenih rešenja.

Analnu fazu razvoja bioenergetika ne priznaje

Za razliku od uobičajenog psihoanalitičkog razmišljanja, ja ne verujem da postoji analni stadij razvoja ličnosti. Međutim, mnogi ljudi u našoj kulturi imaju analne probleme usled prirode učenja da budu čisti u pogledu izlučevina, kroz šta prolaze kao deca. Opstipacija i hemoroidi su uo-

7.

EDIPOV KONFLIKT JE ČINJENICA SAVREMENOG ŽIVOTA

USPON EGA DO DOMINACIJE

Rano detinjstvo je ključni stadij razvoja ličnosti

Edipovski konflikt se javlja u ključnom stadiju razvoja ličnosti, naime između treće i šeste godine. Sve do šeste godine osobu treba smatrati detetom u smislu da njome uveliko vlada princip zadovoljstva, a njen ego se u velikoj meri identifikuje sa telom. Fiziološki, osoba još uvek ima mlečne zube. To se stanje menja nakon šeste godine, kada dete postaje mlada osoba spremna za proces uvođenja u kulturu. U većini društava školovanje počinje u tom uzrastu, bilo u ustanovama ili kod kuće. Zaprimer, Američki Indijanci se ne trude da decu podučavaju pravilima društvenog ponašanja pre toga uzrasta. Slično tome, u kulturi Japana uzrast od šest godina je granica kad se završava period maženja i puštanja na volju i počinje ozbiljna obuka. U SAD tradicionalno formalna obuka počinje sa šest godina. Možemo pretpostaviti da se do tog uzrasta ego razvije do stupnja kad može početi braniti svoju dominaciju nad telom i njegovom aktivnošću u ime principa realnosti.

Istorija (povest) uspona ega

Da bismo razumeli zašto se u našoj kulturi takav razvoj vezuje za edipovski konflikt, potrebno je razmotriti povesne procese koji su dovelo do uspona ego svesti. Baš kao što se na fizičkoj ili biološkoj razini razvoj svake jedinke odvija po modelu vrste kojoj pripada, tako i razvoj ličnosti sledi kulturnu povest čovečanstva. Legenda o Edipu leži na razmeđu kultura. Ona obeležava pojavu savremenog čoveka, koji je razvio ego svest.

8.

MUDROST NEUSPEHA

ZAGONETKA EGIPATSKE SFINGE

Kad je kuga poharala Tebu, Edip se obratio Tireziju, slepom proroku⁸⁰, baš kao što bi se danas osoba koja pati od moderne kuge emocionalne bolesti, obratila terapeutu. Prorok može predvideti budućnost jer može *videti* prirodu stvari. Ali Tirezije je bio slep: vid proroka nije funkcija ego svesti, poput običnog vida, nego nesvesna ili božanska funkcija desne hemisfere, kao što Džejns veruje. Svesno oko može prevariti izgled stvari, koji je često u suprotnosti sa njihovom istinskom prirodom. Za ljude je opšte pravilo da što je sređenija fasada to je veća unutrašnja praznina. Da bi čoveku predvideo sudbinu, Prorok (videlac) mora razumeti ljudsku prirodu

Savršen terapeut bi trebao biti videlac poput Tirezija, biti u stanju čitati karakter i predvideti sudbinu. Mi mu se obraćamo terapeutu za savet jer očekujemo da je on mudar i da razume ljudsku prirodu. Bez toga razumevanja on nije u stanju pomoći pacijentu da izleči rasep u svojoj ličnosti koji mu razara unutrašnje jedinstvo i harmoniju. Hajde da u ovom poglavlju zavirimo u ljudsku prirodu i pokušamo dosegnuti razumevanje mudrosti. Ako naša analiza zađe dublje od do sada prihvaćenih odgovora, videćemo da Sfingina zagonetka sadrži neke važne ključeve ljudske prirode.

Edip je rekao da je *čovek* životinja koja hoda na četiri noge ujutro (dojenče), na dve noge u podne (zrelost), i tri noge uveče (starost). Mada je to ispravan odgovor na zagonetku, ostalo je bez odgovora jedno važnije

⁸⁰ U izvorniku „seer“, doslovno „videlac“, što je pomalo blisko našoj reči „vidar“. Prim. ur. MM.

IZDAVAČKI DODATAK: „STRAH OD ŽIVOTA“ U SVETLU HOLIZMA

Verujem da postoji određeni krug čitalaca koji predano čitaju Advaita prevode Lovenovih knjiga, uključujući i Izdavačke dodatke. Zato ću, zbog ograničenog prostora smatrati da je čitaocima već poznat sadržaj prethodnih tekstova. U dodatku za Govor tela, akcenat je bio na tzv. Integrativnu psihologiju. U dodatku za Izdaju tela sam pokušao povući paralelu i iznalaziti sličnosti između bioenergetike i homeopatije. U knjigama Bionergetika i Put do vibrantnog zdravlja nema dodatka, u knjizi Zadovoljstvo je dodatak relativno kratak. Ispostavilo se da je Narcizam bila jako pogodna knjiga za povezivanje bioenergetike i savremene, tzv. holografске homeopatije, te sam to i učinio.

Ograničenost bioenergetskog modela

Očigledno oprezan, poučen Rajhovim iskustvom, Loven je skoro u potpunosti ostao veran ranom rajhovskom modelu ljudskog bića (um + telo), samo povremeno dozvoljavajući i druge mogućnosti. Pa tako ponekad samo pominje taoizam, zen budizam i jogu, bez ikakvih detalja koji bi proširili rajhovski model. Na osnovu tako skućenog modela nije moguće napraviti jasnu viziju potpunog razrešenja ljudskih problema. Recimo, za jasnu viziju društvenog smanjenja uticaja edipovskog kompleksa od velike koristi bi mogao biti „joga“ model čakri. Vjerujem da je većini čitalaca taj model poznat, a ostale upućujem da pročitaju Izdavački dodatak za knjigu Crven ban i dinja pukla, Advaita 2015.

Preterana i patološka seksualnost se može razumeti kao potiskivanje ili sabijanje energije u donje čakre, pogotovu u drugu, seksualnu. Rešenje je pročišćavanje svih čakri čime se rasterećuje druga, za šta pored bioenergetike mogu biti korisne mnoge druge discipline, a posebno homeopatija.

Bioenergetici nedostaje i spoznaja o vibracijama koje se inače označavaju kao duhovne ili kauzalne, a koje su iznad uma i ega, tako da se iz

perspektive ega one mogu posmatrati kao uzročne ili generativne. Bez ispravljanja, korigovanja ili čišćenja takvih vibracija svaki napor za izmenu uma i tela je veoma spor i u krajnjem rezultatu nedovoljno učinkovit. To jasno vidimo i u ovoj knjizi, kad Loven tako iskreno priznaje da njegovi pacijenti i posle 20 godina terapije imaju ozbiljnih poteškoća, i pored jasnih poboljšanja. Pa, ako možemo pomisliti kako su pacijentiveć došli na terapiju sa veoma jakim poremećajem, kako nisu bili istrajni itd., onda se za samog Lovena to ne bi moglo reći. On se bioenergetikom počeo baviti, po običnim merilima, kao veoma zdrava i uspešna osoba, pa i nakon višedecenijskog i predanograda na sebi, on priznaje „relativni neuspah“. Verujem da bi rezultati bili mnogo bolji da je Loven koristio kombinaciju bioenergetike i dobre homeopatije.

Sličnost „Straha od života“ i homeopatije

Tri su teme iz knjige „Strah od života“ koje se nameću u pogledu sličnosti bioenergetike i homeopatije. Naravno, za detaljnu elaboraciju bi trebalo mnogo prostora, te ću tu sličnost pokušati prikazati uprošteno i sažeto, ali verujem da će i to biti dovoljno da čitaoc zainteresuje za dalje istraživanje.

1. Biti – Činiti – Imati

Loven je na predivan način u bioenergetiku ugradio Fromov model Biti – Činiti – Imati. Do sad nije objavljivano da se taj model prekrasno uklapa i u homeopatiju. Osnivač homeopatije je sve hronične bolesti svrstao u tri klase koje je nazvao mijazmi: psorični, sikotični i sifilistični. Druga dva imena se povezuju sa polno prenosivim bolestima, gonoreja i sifilis, respektivno, za koje je Haneman smatrao da su „prauzroci“ svih bolesti date klase, dok je prvu klasu povezao sa šugom (psorom). Evo koje su glavne karakteristike tih klasa bolesti: 1. Psorični mijazam – kožna patologija, osećaj toplote i vrućine u telu, posebno u stopalima; na psihičkoj razini: oprez, nepoverenje, nepraktičnost, begu maštu i „teorije“ ... 2. Sikotični mijazam – bradavice, mladeži, izražena keloidna tkiva na mestima ozleda, a na psihičkoj razini: vezanost za imovinu, štedljivost, škrtost, tajnovitost ... 3. Sifilistični mijazam – destruktivnost na telesnoj razini (čirevi, moždani i srčani udar...) i mentalnoj (nasilnost, naglost...).

Može se dosta lako pokazati da tri mijazma odgovaraju usmerenosti poremećaja i patologije na jednu od osa Biti – Činiti – Imati: 1. psora = Biti, sikoza = Imati, 3. sifilis = Činiti.

2. Edipov kompleks kao temeljni poremećaj

Već smo rekli da je Haneman dva mijazma vezao za seksualnost (sikotični i sifilistični), dok je prvi (psorični) smatrao osnovnim i temeljem druga dva, bez koga ni oni ne bi postojali. Ali psoru nije povezivao sa seksualnošću. Lako je pokazati da su gore navedene karakteristike tog mijazma povezuje sa „vrućom seksualnom atmosferom“ kakvu je Loven opisao u „edipovskim“ porodicama. Dijete onda mora povlačiti svoju energiju sa periferije (koju doživljava vrelom) u unutrašnjost, tako da periferija i koža ostaju nebranjene. Nije, dakle šuga mogla biti uzrok patologije, nego posledica „nebranjene periferije“. U homeopatiji se temeljnim lekom smatra *Sumpor*, koji je tvorac holografske homeopatije, dr Šolten, povezao sa „odnosima sa partnerom, posebno 'prljavim' odnosom“. U slučaju edipovske infantilne seksualnosti „prljavi partner“ je roditelj suprotnog pola.

Obzirom da se dete upetljano u edipovski trougao oseća nemoćnim, neophodno mu je napraviti dodatnu energetsku ljušturu. Otuda su još dva leka u homeopatiji povezani sa *Sumporom*: **2.** *Lycopodium*, čiji glavni simptomi: osećaj nemoći, budi se noću da bi jeo (da bude jači), ponizan prema nadređenima, a tiranin prema podređenima, zadebljanje i pucanje kože na petama („gaženje“). **3.** *Calcarea*, koji se pravi od ljuske školjke. Tri pomenuta leka su poznata kao najčešći prepisivani homeopatski triplet i mogu se prepisivati „ukrug“: *Calc* → *Lyc* → *Sulph* → *Calc*, što znači da je od ta tri stanja *Sulph* najdublje, a *Calc* najpliće, s tim što se „skidanje slojeva“ obavlja od plićeg ka dubljem.

Loven pominje da dete, konačno, nauči od roditelja igrati igru manipulacije i nadmetanja, a što u homeopatiji odgovara lekovima pripravljenim od životinja, posebno od zmija. A zmijska stanja su izrazito seksualna, što onda zajedno sa tri pomenuta leka stvara neraskidivo „vrzino kolo“ beskrajnog produženja edipovskog kompleksa, kao temelja naše „destruktivno produktivne“ civilizacije. Srećom, homeopatija pruža nadu, ali bi i uz maksimalnu podršku trebalo lečiti cele generacije kako bi se problem sveo u prihvatljive granice. Mogao bi to biti „spas čovečanstva“.

No, homeopatski tretman može uveliko pomoći i svakom pojedincu koji mu se podvrgne, a fascinantni rezultati se postižu ako se tretiraju cele porodice. Pogotovu je značajno ako se dobar tretman dece počne što ranije. Znam da mnogi ljudi na našim prostorima imaju iskustva sa homeopatijom, ali moram skrenuti pažnju da su mnogi homeopatski tretmani uistinu daleko od prave homeopatije. Jer, mnogo je tu „instant“ škola u kojima se homeopatija izučava kroz prizmu zvanične medicine, posmatrajući sve kroz fizičku patologiju i simptome koje treba ukloniti. Prava homeopatija podrazumeva duboko razumevanje celokupnog bića.

3. Mudrost drevnih legendi

Loven je temelje bioenergetike jako učvrstio tumačenjem grčkih legendi o Edipu i Sfinji. I, evo i tu se bioenergetika i homeopatija dodiruju, obe potvrđujući te drevne mudrosti, a što je dokaz o temeljnosti i univerzalnosti i bioenergetike i homeopatije.

Već pominjani tvorac holografske homeopatije dr Jan Šolten je kroz homeopatiju pokazao duboki smisao drevnih legendi svrstavajući neke od njih u sistem, pa ih je tako povezo sa homeopatskim karakteristikama lekova pripremljenih od hemijskih elemenata čije je grupno ime lantanidi. Kao zajedničku homeopatsku karakteristiku svih lantanida Šolten navodi „autonomiju“, individualnost, nezavisnost, a to isto Loven navodi kao glavnu karakteristiku savremenog čoveka, za razliku od ljudi iz doba matrijarhata, koji nisu bili individualci, nego je njihova svest bila uronjena u kolektivnu i univerzalnu svest.

Dr Šolten je napravio i sistematizaciju svih homeopatskih lekova biljnog porekla, oslanjajući svoj sistem na botaničku sistematizaciju. Biljke cvetnice, kao najrazvijeniji odel, je povezo sa lantanidima i autonomijom, čime je ukazao na duboki smisao evolucije kako biljnog carstva, tako i univerzuma, pa prema tome i čoveka i ljudske svesti.

Ispostavlja se, dakle, da je sve u Univerzumu neverovatno povezano i da su mudraci uvek to znali, tako da se namaće kao neizbežna vizija da postoji neka univerzalna, sveznajuća i svemoćna inteligencija koja sve vodi i nadzire.

4. Zdravlje pojedinca, porodice, kolektivno. LGB.

Kroz celo Lovenovo delo je jasna neodvojiva povezanost sve tri pomenute razine, ali Loven ostaje na razini individualnograda sa pacijentima i ne zagovara neki široki društveni pokret, kao što je to učinio Rajh sa „seksualnom revolucijom“ i oslobađanjem seksualnosti. A kad je reč o temi seksualnosti, danas je u našim društvima vruća tema LGB populacija, te bih ovom prilikom želeo skrenuti pažnju na tu temu i ponuditi viziju rešenja.

U svakoj knjizi Loven ima po nekoliko slučajeva pacijenata sa LGB tematikom. U ovoj knjizi ima jedan slučaj lezbejke koja je pomoću bioenergetske terapije doživela promenu po ovoj temi (Slučaj: Seli, str. 127.) Evo citata: „Kako je terapija napredovala, Seli je uvidela da gubi želju za seksualnim kontaktom sa ženama. Shvatila je da njene lezbejske aktivnosti predstavljaju popuštanje majci i način za blokiranje bilo kakvih seksualnih osećanja prema ocu ili bilo kom muškarcu.“

Dakle, po Lovenu je očigledno da se, ipak, radi o poremećaju koji je moguće ispraviti. Kao homeopatski terapeut i sam sam imao nekoliko slučajeva kad su mi pacijenti u toku tretmana rekli da više nemaju „takve sklonosti“, mada ih pre toga nisu ni „prijavili“. U Lovenovo dobaproblem nije bio tako masovan, a pogotovu nije bio podignut na javnu društvenu scenu, kao što je danas. Kod nas je problem zaoštren do razine sukoba.

Crkve i „rodoljubi“ bi iskorenili LGB zabranom i zatiranjem, kao da LGB ljudi nisu ni božiji ni rod. Oni ne traže razloge i uzroke, koji bi se mogli potražiti u porodicama koje su „u domenu crkvi, vlasti i rodoljublja“. LGB se sa punim pravom bore za svoja društvena prava i više je nego očito da žele dati svoj doprinos društvu. Ali i LGB preteruju tvrdeći da se ne radi o poremećaju i nastoje da svoj pokret rašire i da ga ojačaju uključujući što više ljudi. I tako uistinu „slabe naciju“ jer ne učestvuju u rađanju novog života, što je najjači argument za prvopomenutu stranu. Ipak, moramo priznati da na smanjenje nataliteta ne utiču samo LGBosobe. U istu ravan u pogledu uzročnosti i posledica se mogu dovesti i nesklapanje brakova, loši odnosi u braku i razvodi, neplodnost, itd. A očigledno je da rešenja za sve te vrste problematike ili poremećaja postoje rešenja, mada nisu laka i „instant“, nego je potrebna široka društvena akcija, ne samo pomenutih strana, nego i svih drugih, a posebno vlasti, jer

je u njihovim rukama skoncentrisana najveća moć. No, nažalost, vlasti su najviše podložne uticajima moćnika, lobija, korupciji itd. tako da od njih teško možemo očekivati rešenje ako se ne napravi snažan pritisak drugih društvenih snaga.

A gde je rešenje? Najbolje je da citiram jednog našeg uglednog akademika, Matiju Bečkovića prenoseći deo teksta iz Predgovora izdavača knjigu: Jan Šolten, O zdravlju i mudrosti samospoznaje:

Pitanje: Verujete li, ipak, da će nam biti bolje? Šta vam daje nadu u lepše sutra?

Odgovor: Prirodna medicina. Homeopatija koja u čoveku izaziva najrazličitije divote bez obzira na realnost.

Iz intervjuua akademika Matija Bečkovića za „Večernje novosti“

(<http://www.novosti.rs/vesti/kultura.71.html:488012-Matija-Beckovic-Uskrsnji-ru-cak-nam-jos-nisu-oporezovali>)

U svim moćnim zemljama postoji prirodna medicina i dobro je regulisana i podržana zakonskim rešenjima, mada i tamo industrijska medicina i farmaceutika (najbogatije industrije na svetu) prave velike probleme. U SAD postoji naturopatija i titula ND (Naturopathy doctor), poput MD (Medical doctor). U Nemačkoj se prirodnom medicinom bave lekari, ali i obučeni „laici“ koji imaju zvanje Iscelitelja (Heilpraktiker). U Švajcarskoj je prirodna (alternativna) medicina potpuno ravnopravno sa „zvaničnom“ medicinom uključena u zdravstveni sistem. Poznato je da je u Indiji i Kini prirodna medicina tradicionalna i da je jača i zastupljenija od Zapadne. Svuda homeopatija zauzima značajno ili ključno mesto. A kod nas se sve grane prirodne medicine zatiru i stavljaju u okrilje industrijske medicine koja ih, po nalogu moćnika, degeneriše i upropštava. Stoga je neophodno da se prirodnoj medicini da široka društvena podrška, da se organizuje nezavisno školovanje, slobodno praktikovanje i da se na ravnopravnoj osnovi uključi u sistem zdravstvene zaštite.

Naravno, u ovom tekstu sam LGB uzeo samo kao primer poremećaja koji je sa lične razine uzdignut na društvenu, dok mnogi drugi poremećaji nisu u fokusu ili se čak i označavaju kao pozitivni. Za razliku od mnogih drugih ljudi ili grupacija koji šire mržnju LGB se, barem, vole. Lako je pokazati da postoje mnogi drugi poremećaji koji su štetniji od LGB: narkomanija, agresivnosti uključujući i bolesni nacionalizam koji stvara

ozbiljne društvene probleme uključujući i ratove, itd. Na kraju krajeva, mi pripadamo Zapadnoj civilizaciji za koju Loven tvrdi da je vrlo neprirodna i poremećena. I za sve je jedan od temeljnih uzroka atmosfera i stanje u kojima se deca začinju, rađaju i odgajaju.

I da zaključim, svaka osoba koja ima LGB sklonosti se, ako želi, može tog poremećaja osloboditi uz pomoć odgovarajućeg psiho-energetskog tretmana. Meni se najpodesnijim čini homeopatija, ali još bi bolja bila kombinacija nekog psihoanalitičkog tretmana i homeopatije, pa i bioenergetike, no nažalost kod nas uglavnom nema kvalifikovanih takvih terapeuta. Srećom, i same bioenergetske vežbe mogu pomoći. Najbolje je ako se tretman počne čim se poremećaj primeti ili u što ranijoj fazi. Još bolje je ako se tretira cela porodica, jer je koren problema u porodici. Za značajno smanjenje broj LGB osoba bi bila potrebna dugoročna strategija stvaranja zdravih porodica u kojima će se rađati i odgajati zdrava deca. Time bi se rešavali i mnogi drugi problemi i podizao „kapacitet“ nacije za kreativnost, ekonomiju, harmoniju i sva druga dobra.

Jednako uspešno se mogu lečiti i svi drugi navedeni poremećaji: nesklapanje brakova, loši odnosi u braku i razvodi, neploidnost, itd.

Mile Malešević