



Emil Noll, B.A. psych.

TRANSPERSONLIG PSYKOLOGI

Den transpersonlige psykologi er en af de mest spændende og nyskabende retninger indenfor moderne psykologi. Den har banet vejen for en dybtgående udforskning af de forskellige religiøse traditioner. Derfor bliver den transpersonlige psykologi et seriøst bud på en forening og syntese mellem psykologi og spiritualitet; videnskab og religion, Øst og Vest.

Psykologien er en relativt ung videnskab. Som selvstændig videnskab indledtes den i Leipzig i 1879 med oprettelsen af det første eksperimentalepsykologiske laboratorium. Men viden om den menneskelige psyke eller sjæl, som er den oprindelige betydning af ordet psykologi, synes at have været nærværende i enhver kultur til enhver tid. Især fordi det tilbagevendende spørgsmål "Hvem er Jeg?" uundgåeligt har tvunget os til i stadighed at udforske den ydre såvel som den indre virkelighed. Inden man i renæssancen udspaltede videnskaberne til en række specialiserede discipliner, var psykologi, filosofi og religion tæt sammenvævet i de mange forskellige religiøse systemer, der tilsammen udgjorde den helhed, hvori man forsøgte at udforske det fundamentale spørgsmål: *Hvem er Jeg?*

Psykologi og religion

Allerede tidligt i psykologien begyndte man at beskæftige sig med religion. Sigmund Freud, Carl Gustav Jung og William James berørte i starten af det tyvende århundrede – set fra forskellige synsvinkler – en række religionspsykologiske problemstillinger. Dybdepsykologiens overvejende udforskningsområde synes dog i første række at være det terapeutiske arbejde, som Freud med rette kan betragtes som den moderne grundlægger af. Psykologien viste sig i starten helbredende i forhold til en lang række psykiske sygdomme. Men dette var samtidig problematisk, idet man med denne tilgang definerede psykologien ud fra det patologiske (sygelige) eller i bedste fald normale menneske. Den humanistiske psykolog Abraham Maslow efterlyste i 1960'erne en psykologi, der beskrev, hvad han kaldte det selvkvalificerede menneske

– en såkaldt højdepsykologi. Hidtil havde man – især i den dybdepsykologiske tradition – kortlagt dele af bevidstheden og beskrevet jeget og dets samspil med det ubevidste, og gennem den terapeutiske praksis undersøgt hvorledes man danner et sundt og velfungerende ego.

Bevidsthedsudvidende stoffer og bevidsthedsforskning

Opdagelsen – eller måske snarere genopdagelsen – af de såkaldte bevidsthedsudvidende stoffer (psykedelia) blev litterært indrammet i Aldous Huxleys *Doors of Perception* fra 1954. Bogen beskrev hans oplevelser med meskalin og anskueliggjorde, at der var lag i den menneskelige bevidsthed, som ikke var tilstrækkeligt beskrevet og udforsket indenfor den psykologiske fagtradition. Til gengæld syntes mange af verdens mystikertraditioner at beskrive sådanne ekstraordinære bevidsthedstilstande, der på mange måder udgjorde fundamentet i verdens religiøse systemer. Huxleys i dag klassiske værk *Den evige filosofi* er et sammenlignende studie af verdens religioner, hvori han forsøger at udrede et almengyldigt – psykologisk såvel som filosofisk og religiøst – grundlag for forståelsen af den menneskelige bevidsthed. Hvad disse traditioner hævdede, var, at vores normale bevidsthedsstadiet, jeg-virkeligheden, kun er en lille del af en bagvedliggende og mere subtil virkelighed, som også kaldes for sjælen, der igen kun er en lille del af en endnu højere virkelighed, man kalder Selvet. Jung var opmærksom på dette, og selvbiografien fra 1961, *Erindringer, Drømme og Tanker*, afslørede, at Jung havde haft en række mystiske oplev-

elser, deriblandt en "ud af kroppen"-oplevelse i forbindelse med en nærdødsoplevelse i 1941. Denne oplevelse fik stor indflydelse i hans videre udforskning af den menneskelige bevidsthed.

I et af sine sidste breve beklagede Jung, at han med sin psykologi ikke havde understreget nok, at vi havde en sjæl, og at vækkelsen af sjælen er af fundamental betydning for den menneskelige udvikling.

Den transpersonlige psykologi opstår

Jungs analytiske psykologi udgjorde på mange måder en afsætningsrampe for den transpersonlige psykologi, der som bevægelse blev stiftet af blandt andre Abraham Maslow og Stanislav Grof i 1969. Grof var som ung læge i 1956, i forbindelse med et forskningsprojekt, blevet introduceret til LSD, og den første oplevelse med dette stof efterlod dybe indtryk hos Grof, der beskriver dette møde: "Der var ingen tvivl i mit sind om, at det, jeg oplevede, var meget tæt på oplevelser af "kosmisk bevidsthed", som jeg havde læst om i verdens store mystikerskrifter.

I psykiatriske håndbøger blev sådanne tilstande defineret som manifestationer af alvorlig sygdom. Midt i dette forløb vidste jeg, at oplevelsen ikke var resultatet af en psykose forårsaget af stoffet, men et glimt ind i en verden hinsides den ordinære virkelighed."

I løbet af de efterfølgende fem årtier har Grof beskæftiget sig med mystiske oplevelser, og gennem anvendelsen af bevidsthedsudvidende stoffer og forskellige åndedræts teknikker har han ubetinget været en af de førende forskere inden for den menneskelige bevidsthed og den mystiske oplevelse. Med sit omfattende empiriske datamateriale og mange udgivelser indtager han en central position indenfor den transpersonlige psykologi.

En anden central skikkelse inden for den transpersonlige psykologi er Ken Wilber. Mens Grofs arbejde hviler på et solidt empirisk materiale, er Wilbers mere teoretisk orienteret. Wilber har i sine bøger demonstreret en overvældende viden inden for Vestens og Østens psykologiske, filosofiske og religiøse systemer.

Han har i sine bøger vist, hvorledes Østens spiritualitet og Vestens psykologi kan ses som et sammenhængende system, der beskriver forskellige dele af den menneskelige bevidsthed.

Samtidig har Wilber indtaget en mere kritisk holdning til brugen af psykedelia i arbejdet. Ikke fordi det ikke virker eller ikke er effektivt, men fordi en psykedelisk oplevelse mere tillader et kig ind i de højere virkeligheds- og bevidsthedsdomæner end egentligt at stabilisere ens bevidsthed dér. I stedet fremhæver Wilber meditation som en bedre og mere sikker metode til udviklingen af bevidstheden.

Såvel Grofs som Wilbers forskning og arbejde indenfor den transpersonlige psykologi har banet vejen for det psykologiske studie af de forskellige religiøse systemer. Ikke for at bekræfte mere eller mindre afgrænsede psykologiske teorier, men for at opnå en større indsigt i den menneskelige bevidsthed, og for dybest set at forsøge at nærme sig det fundamentale og stadig tilbageværende spørgsmål: "Hvem er Jeg?" •

C.G. Jung (1875-1961):

Jung var den første, som introducerede idéen om arketyper, Selvet og det kollektive ubevidste. Mange af hans ideer blev videreført i den transpersonlige psykologi.



William James (1842-1910):

Amerikansk filosof og psykolog. Regnes som den første amerikanske psykolog. Gik imod de mere materialistiske strømninger indenfor videnskaben og beskæftigede sig bl.a. med religionspsykologi.

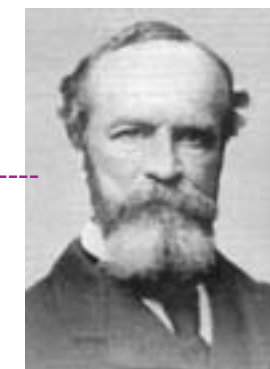


Stanislav Grof (1931-?):
Tjekkisk/amerikansk psykiater, medstifter af den transpersonlige psykologi. Se artikel s. 12

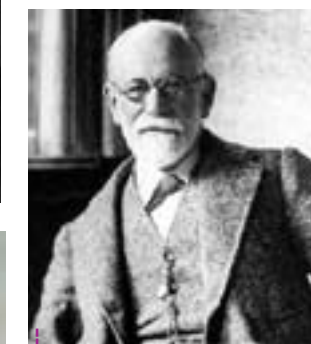
Ken Wilber (1949-?):
En verdens mest læste akademiske forfattere; integrerer religion og videnskab. Se artikel s. 15



Aldous Huxley (1894-1963):
Visionsrig forfatter og filosof. En af de største tænkere i det 20. århundrede.



Abraham Maslow (1908-1970):
Grundlægger af den humanistiske psykologi og medstifter af den transpersonlige psykologi



Sigmund Freud (1856-1939):
Den moderne psykologi's og psykoterapi's stamfader. Introducerede idéen om det ubevidste.

