

NEUROLINGVISTIČKO PROGRAMIRANJE: INTEGRATIVNI MODEL STANJA SVESTI

Gordana Stanojević-Vitaliano

Mindwaves Institute, PO Box 41, Boston, MA 02199, USA

Rezime. Realnost je univerzalna, ali je naše doživljavanje realnosti individualno, i razlikuje se od čoveka do čoveka. Korišćenjem različitih modela, ljudi mogu suziti ili proširiti svoja iskustva. Neuro-lingvističko programiranje (NLP) je jedan od mnogobrojnih načina za izmenu starih modela ponašanja. Fizička bolest, psihološki problemi, obrazovne i/ili duhovne potrebe, shvataju se u okviru NLP kao deo prirodnih razvojnih mehanizama. Potreba za promenom i potraga za novim resursima (npr. biološkim, psihološkim, kulturnim ili duhovnim) dozvoljavaju ljudima ekspanziju bogatstva svojih iskustava, znanja i svesti.

Gljučne reči: modeli ponašanja, stanja svesti, neurolingvističko programiranje, integrativni model.

1. UVOD

Realnost je univerzalna, ali je naš doživljaj realnosti individualan, i razlikuje se od čoveka do čoveka. Svaka osoba, kao jedinstveno biološko, psihološko i sociološko biće, formira svoje sopstvene reprezentacije stvarnosti, koje onda koristi kao model za generisanje ponašanja. Koristeći različite modele ljudi mogu ograničavati ili proširivati svoja iskustva. Naš izbor specifičnog modela stvarnosti baziran je na individualnim iskustvima - našoj ličnoj istoriji. Modeli koje biramo u našem životu za reprezentaciju sveta formiraju povratno specifične psihološke strukture; na primer, naše interese, navike, sklonosti, nesklonosti i pravila sopstvenog ponašanja.

Neki modeli stvarnosti, koje smo razvili u prošlosti pod određenim okolnostima, nisu više od koristi u našem životu. *Neurolingvističko programiranje* (NLP) je jedan od mnogih mogućih načina za izmenu starih modela ponašanja, koji osiromašuju naše iskustvo i ograničavaju našu sposobnost za efikasno delovanje u novim okolnostima. Naime, naši podsvesni psihosomatski procesi mogu delovati na inteligentan, autonoman i kreativan način u transformaciji našeg iskustva. Svako ima priliku da napusti svoju identifikaciju sa bilo kojim ograničavajućim svesnim procesima, pomerajući se u kontekst gde postoji pristup nesvesnim biološkim i psihološkim resursima, uz mogućnost terapijskog efekta.

Fizička bolest, psihološki problemi, obrazovne i/ili duhovne potrebe posmatraju se u okviru NLP kao deo prirodnih razvojnih mehanizama. Ovi mehanizmi bili su

korišćeni kao pokušaj adaptacije određenim uslovima okruženja. Ali svaka osoba ima potencijalnu mogućnost da se izmeni. Taj potencijal je deo naših prirodnih mehanizama za preživljavanje. Mada neki ljudi mogu imati ograničene resurse, ovi potencijali za izmenu postoje neprekidno u njihovom telu i psihi. Jer u svakoj osobi uvek postoji sledeći razvojni korak, koji se može realizovati. Potreba za promenom i potraga za novim resursima (npr. biološkim, psihološkim, kulturnim ili duhovnim) dozvoljavaju ljudima ekspanziju bogatstva svojih iskustava, znanja i svesti.

2. NEUROLINGVISTIČKO PROGRAMIRANJE - MODELI

Postoji nekoliko modela neurolingvističkog programiranja: integrativni, biofizički, sociološki, psihološki i hipnoterapijski.

2.1 Integrativni model

Naš *integrativni model* NLP-a fokusiran je na integrisanje [1] četiri različita modela:

- 1) *Biofizičkog modela*, za analizu telesnih funkcija (npr. statusa zdravlja i organskih funkcija);
- 2) *Sociološkog modela*, za analizu funkcija ponašanja (npr. neverbalne i verbalne komunikacije);
- 3) *Psihološkog modela*, za procenu psiholoških funkcija (npr. pažnje, percepcije, emocija, motivacije, motornih funkcija, jezika i intelektualnih sposobnosti);
- 4) *Hipnoterapeutskog modela*, za terapeutsku intervenciju.

2.2 Biofizički model

Naš nervni sistem, početno genetski predeterminisan, čini prvi skup filtera koji razlikuju spoljašnju realnost od naše unutrašnje predstave sveta, tj. našeg doživljaja sveta. Postoje mnogi fizički fenomeni koji leže izvan granica naših pet bioloških čulnih kanala. Na primer, čovek ne može detektovati zvučne talase učestanosti ispod 20 Hz ili iznad 20.000 Hz. Takođe, naš vizuelni sistem može detektovati elektromagnetne talase u opsegu između 380 i 680 nm. Tako, naša genetski data neurološka ograničenja dozvoljavaju nam da doživimo samo mali deo širokog opsega fizičkih fenomena.

Naš mozak procesira ogromnu količinu informacija koje neprekidno pristižu preko naših čula, pri čemu smo svesni samo manjeg dela procesiranih i memorisanih podataka. Najvažnije informacije dosežu naš svesni nivo svakih 0,1 s [2], a ceo proces analize i sinteze čulnih podataka je potpuno izvan fokusa svesti. U ovom procesu mozak sistematski deformiše i modifikuje čulne podatke koji pristižu iz spoljašnjeg sveta. Tako, ono što doživljavamo kao "realni svet" samo je naša predstava, ili lična mapa sveta koja se razlikuje od samog sveta. Ovaj unutrašnji proces je davno prepoznat i opisan kao "maja" (iluzija) u indijskoj tradiciji.

Biofizički model korišćen u neurolingvističkom programiranju dopušta nam praćenje i merenje individualnih bioloških sposobnosti i fizičkih ograničenja. Moderna tehnologija značajno poboljšava našu sposobnost identifikacije i korekcije telesnih funkcionalnih problema. Dalje praćenje toka oporavka omogućava nam razvoj specifičnijih strategija i alternativnih terapijskih programa.

2.3 Sociološki model

Drugi skup filtara, socijalni genetski faktori, služi za međusobno razlikovanje ljudskih jedinki u pogledu društveno-etničke pripadnosti. Socijalni genetski filtri su slični za sve članove iste društveno-jezičke zajednice (npr. jezički sistem, prihvaćeni način doživljavanja stvari, društveno prihvaćena pravila).

Naš doživljaj realnosti i naš izbor jezika korišćenog za njen opis nalaze se pod uticajem okruženja. Na primer, Eskimi imaju 70 reči za sneg, dok Englezi imaju samo jednu. Dok ljudi imaju sposobnost razlikovanja 7.500.000 različitih boja u vidljivom delu spektra, pripadnici Maidu zajednice grupišu svoja iskustva u samo tri kategorije: lak (crven), tit (zelen ili plav) i tulak (žut, narandžast ili braon). Oni su svesni samo tri kategorije kolornog iskustva. Na primer, oni ne prave razliku između žutog i braon lonca.

Društveno prihvaćena pravila normalnog ponašanja različita su u različitim društvima. U afričkom plemenu Masai, tradicionalni običaj je da se pije ljudska krv. U zapadnoj kulturi, osoba koja bi pila ljudsku krv bila bi opšteprihvaćena kao duševno poremećena, pošto je njena realnost devijantna u odnosu na opšteprihvaćenu kod nas. Zato su antropolozi često u situaciji konfrontacije sa svojim nesvesnim predubedenjima, pri proučavanju novoistraživanih kultura. Njihova skrivena verovanja mogu postati svesna tek posle susreta sa društvenom stvarnošću koja ih narušava.

Naša sposobnost da inkorporiramo novo znanje zavisi velikim delom od toga da li se nova informacija uklapa u ono što mislimo da je istina o stvarnosti. Kada čujemo novu informaciju, naš podsvesni kontekst veoma utiče na način obrade te nove svesne informacije. Tako je naša sposobnost učenja i obrade nove informacije kritično zavisna od našeg prethodnog, velikim delom nesvesnog, znanja. Što više znamo, to lakše učimo.

Sociološki model u neurolingvističkom programiranju koristi specijalne komunikacione modele za analizu i indirektnu promenu devijantnog ponašanja. Verbalna i neverbalna komunikacija između pacijenta i terapeuta je najvažniji faktor u procesu isceljenja. Pažljiva analiza jezika pacijenta (npr. reči, fraze i rečenice) i njegovog neverbalnog ponašanja (npr. izrazi lica, pokreti očiju, gestovi, položaji, i intonacija, jačina, tonalitet i tempo glasa) neophodni su za razumevanje pacijentovog modela sveta. "Odziv" pacijentovog verbalnog i neverbalnog ponašanja tokom terapije osnova je za "upravljanje", tj. uvođenje novih modela ponašanja. Ovi modeli omogućavaju brzo prebacivanje između spoljašnjeg senzornog oblika obrade podataka i unutrašnjeg imaginativnog oblika kognitivne obrade. Nova informacija može se lako kanalisati kroz različite oblike obrade podataka, što povratno dozvoljava restrukturiranje uobičajenog načina viđenja, slušanja i doživljavanja stvari.

2.4 Psihološki model

Treći način na koji *doživljaj* sveta može da se razlikuje od *samog* sveta je kroz skup filtera koji možemo nazvati psihološkim individualnim ograničenjima, pod kojima podrazumevamo sve predstave koje kao ljudska bića stvaramo na bazi naše jedinstvene lične istorije. Ove jedinstvene mape, koje kreiramo tokom života, predstavljaju skup interesa, navika, sklonosti, nesklonosti i pravila sopstvenog ponašanja. Čak i slučaju jednojajčanih blizanaca, njihova jedinstvena individualna iskustva dovešće do razlika u načinu na koji kreiraju svoje sopstvene modele percepcije sveta. Naše individualne razlike mogu biti ili takve da menjaju naše percepcije u pravcu obogaćivanja našeg iskustva i time pružanja više izbora, ili mogu biti takve da osiromašuju naše iskustvo i time ograničavaju našu sposobnost da efikasno delujemo.

Psihološki model u neurolingvističkom programiranju, korišćenjem procedure testiranja koja je operativno definisana, ponovljiva i merljiva, omogućava nam merenje, opis i kvantifikaciju specifičnih psiholoških aspekata individualnog ponašanja. Ova procedura (a) omogućava praktikantu povezivanje moždanih i bihevioralnih funkcija, i (b) daje nove uvide u povezanost bioloških i psiholoških funkcija.

Psihološki model je fokusiran ne samo na globalne karakteristike određenog ponašanja (npr. pažnje, percepcije, jezika, kognicije), već i na specifične strategije ponašanja koje se koriste u proceduri rešavanja problema. Precizna, pažljiva dokumentacija i kvantifikacija psiholoških funkcija i ponašanja - omogućava bolje razumevanje individualnih moći i ograničenja, i ohrabruje odgovarajući izbor terapijskog tretmana.

2.5 Hipnoterapeutski model

Hipnoterapeutski model u neurolingvističkom programiranju dizajniran je specifično za svaku individuu. Primena hipnotičkih metoda bazirana je na ličnosti subjekta, njegovim mogućnostima pažnje i kognicije, dominantnom modalitetu obrade podataka, emocionalnom i zdravstvenom statusu, i strategijama ponašanja. Hipnotičke indukcije uključuju najčešće korišćene tehnike, kao što su vizuelna, slušna i kinestetijska imaginacija, verbalna sugestija, ideomotorne tehnike, progresivna relaksacija, i tehnike odvrćanja pažnje. Korišćenje fenomena transa u hipnozi omogućava promenu psihofizioloških funkcija i izmenu stanja svesti.

U hipnoterapiji sa neurotičnim pacijentima, mi uglavnom koristimo simboličke tehnike, metaforične priče i različite tipove zamišljenih događaja, kako bi indirektno proizveli pozitivne promene i redukovali poremećaje. Primena multi-modalnih i multi-medijskih metoda pojačava hipno-terapeutske efekte kroz audio-vizuelno-kinestetičke kanale aktivacije i verbalne i neverbalne povratne komunikacije. Jedan primer je tehnika "kotve", koju smo uspešno koristili sa pacijentom koji je imao panični poremećaj. U ovom slučaju "ukotvili" smo telesne signale napada panike na pacijentovo desno rame, tj. svaki put kada bi subjekt imao napad panike mi bismo mu dotakli rame. Slično, "ukotvljavali" smo mu odziv opuštanja na njegovo levo rame.

Posle jednom ostvarenog "ukotvljavanja", mogli smo da proizvedemo panični odgovor samo dodirivanjem njegovog desnog ramena; i obratno, mogli smo proizvesti opuštajući odgovor samo dodirivanjem njegovog levog ramena. Tada smo, istovremenim dodirivanjem njegova oba ramena, namerno stvarali unutrašnju konfuziju. Takav mešoviti signal je proizveo značajno smanjenje simptoma straha kod pacijenta [3].

3. PRISTUPI NEUROLINGVISTIČKOM PROGRAMIRANJU

Postoji nekoliko pristupa neurolingvističkom programiranju: integrativni, direktni, eksperimentalni i indirektni.

3.1 Integrativni pristup

Integrativni pristup hipnoterapiji [1] koristi najvažnije procedure opisane u tri istorijski različita pristupa hipnoterapiji. On je fokusiran na integraciju sledeća tri pristupa:

(1) *Direktni pristup*. Primenjuje se u analizi efekata hipnotičkog tretmana na telesne funkcije. Biofizički metod dozvoljava nam merenje koncentracije jona i elektromagnetnih polja oko tela. Ovaj pristup je fokusiran na određivanje uloge i energetskog i informacionog transfera u terapeutskim procesima.

(2) *Eksperimentalni pristup*. Primenjuje se u procenjivanju psiholoških funkcija (npr. pažnje, percepcije, emocija, motivacije, motornih funkcija, jezika i intelektualnih sposobnosti) ne samo pre i posle hipnotičkog tretmana, već i tokom stanja transa. Psihološki model dopušta nam merenje i poređenje promena psiholoških funkcija koje se odigravaju u normalnim i izmenjenim stanjima svesti.

(3) *Indirektni pristup*. Primenjuje se u analizi pacijentovog verbalnog i neverbalnog ponašanja; fokusiran je na izbor ponašanja koje se može koristiti za izmenu njegovog stanja svesti i pristup njegovom nesvesnom umu. Sociološki model dozvoljava nam merenje opservabilnih promena ponašanja pre, posle, i tokom hipnotičkog tretmana. On nam takođe pomaže u određivanju bihevioralnih karakteristika izmenjenih stanja svesti.

Tako, integrativni pristup u NLP prihvata upotrebljivost sva tri pristupa u hipnoterapiji. Integrativni pristup uključuje najvažnije dijagnostičke, terapijske i istraživačke procedure korišćene u pomenuta tri pristupa. Ovo je posebno važno pošto biofizički i psihološki efekti hipnoterapije u neurolingvističkom programiranju nisu bili pažljivo izučeni. Takođe, biofizičke, psihološke i bihevioralne karakteristike izmenjenih stanja svesti još uvek su nejasne.

3.2 Direktni pristup

Direktni pristup hipnoterapiji ističe snagu terapeuta. Saglasno ovom pristupu, autoritativan terapeut ima neku naročitu sposobnost uticaja na zdravlje i blagostanje druge osobe. U 18. veku Mesmer je verovao da poseduje kosmički fluid ili energiju koje je nazvao "animalni magnetizam". On je verovao da može da leči ljude hipnotišući ih svojom posebnom energijom. Bio je diskreditovan kao šarlatan od strane Francuske akademije nauka 1779. godine, ali je njegova teorija ostala kao prvi naučni pokušaj objašnjenja fenomena isceljenja [4].

Mesmerov pristup su nastavili da koriste mnogi hipnotizeri tokom 19. veka. Samo se teorija menjala. Sada je terapeut posedovao moć sugestije koja je mogla uticati na mozak pacijenta (Braid, 1843). U svojoj najekstremnijoj formi, ova teorija je podrazumevala harizmatičnog hipnotizera (obično muškarca) snažne volje, koji oprobava svoju moć sugestije na nekim bespomoćnim subjektima slabe volje (obično ženama) da bi isceljivao njihovu histeriju. Ovaj model direktnog pristupa razvio je Charcot 1878. godine u Francuskoj, i on se još uvek koristi u estradnoj hipnozi. Ovi estradni nastupi su često od strane laika bili pogrešno identifikovani sa kliničkom hipnozom.

Direktni pristup generalno podrazumeva da je pacijent potpuno pasivan, i da hipnoterapeutska energija "kosmičkog fluida", ili informaciona "sugestija", može lako da se prenosi sa terapeuta na pacijenta. Verovalo se da bilo biološki bilo psihološki uticaji proizvode stalne fizičke promene u telu pacijenta. Pacijent je potpuno otvoren

za prijem prenošene energije ili informacije, koji direktno deluju na njegov mozak ili celo telo. I dalje ostaje problem kako objektivno dokazati postojanje bioenergije i kako meriti promene u ljudskom telu. Ograničenja ovog pristupa terapiji su da direktna sugestija obično ne deluje sasvim dobro, i da ljudi obično ne vole da im se autoritativno govori šta da rade.

Frojd je bio prvi koji je shvatio ograničenja ovog pristupa baziranog na moći sugestije. On ne samo da je kritikovao direktni pristup, već i hipnozu generalno, i prvi je napravio pomak sa terapeuta na sam terapijski proces.

3.3 Eksperimentalni pristup

Eksperimentalni pristup je razvijen kao deo reakcije na neodgovarajuće vrednovanje direktnog pristupa, koji je pre naglašavao snagu terapeuta. U eksperimentalnom pristupu, naglasak je na standardizovanim hipnotičkim sugestijama. Eksperimentalni pristup generalno podrazumeva da hipnotička osetljivost zavisi od neke inherentne osobine ili sposobnosti subjekta. Hipnotizer je manje bitan. Subjekt je taj koji se može hipnotisati ili ne. Da bi se objektivno merila individualna podložnost transu, eksperimentalni pristup koristi ponovljene sugestije u kombinaciji sa psihološkim testovima, kao što su nepokretnost ili težina ruke. Ako osoba prođe test, smatra se podložnom hipnozi, i standardizovana sugestija će dati dobre efekte. Ako osoba nije dovoljno osetljiva, ona će se smatrati nepodložnom fenomenu transa, i hipnoza neće imati efekta.

Eksperimentalni pristup razvijen je početkom 20. veka [4]. Psihološku vrednost ponavljajuće sugestije prvi put su istakli Bernheim i Leibault 1888. godine. Oni su bili osnivači prve škole hipnoze u Nansiju (Francuska). Njihova tradicija je nastavljena početkom 20. veka kroz drugu školu u Nansiju, koju je organizovao Emil Kue. Njegov rad je bio sasvim fokusiran na moć ponavljajuće sugestije, sa posebnim naglaskom na autosugestiji. Za Kuea je uloga hipnotizera nevažna. Psihološki uticaj je ostvarivan kroz efekte ponavljajućih sugestija na pacijentov uglavnom svesni um. Ovaj pristup je veoma popularan i dan danas. Jedina razlika je u tome da se takve sugestije danas snimaju na audio kasete koje se mogu puštati (skoro) u bilo koje vreme.

Eksperimentalni pristup je validan model u istraživačkim uslovima, kada je neophodno standardizovati određene terapijske procedure. Međutim, on ne deluje dobro kod mnogih subjekata, posebno u kliničkim uslovima. Eksperimentalni pristup tumači visok procenat neosetljivih subjekata kao dokaz da neki ljudi nisu podložni hipnotičkom transu. Ali neosetljivost nekih pacijenata verovatno je pre posledica ograničenja korišćenih procedura, nego stvarne neosetljivosti subjekata. Hipnoza je subjektivno iskustvo čije bihevioralne manifestacije veoma variraju od osobe do osobe. Eksperimentalni pristup ne obraća pažnju na individualne karakteristike hipnotičkog ponašanja, niti je zainteresovan za subjektivna iskustva hipnotisanog.

Standardizovane hipnotičke indukcije obično su siromašne po kvalitetu, i često koriste samo pojednostavljene procedure opuštanja. Uloga subjekta je samo da se uklopi u neke predodređene procedure koje se smatraju najbitnijim. Eksperimentalni pristup ne može koristiti niti se nositi sa psihološkim teškoćama koje često sprečavaju subjekta ulasku u trans (kao što je strah od hipnotisanosti, gubitka kontrole, povredivosti, ili nemogućnosti izlaska iz hipnoze).

3.4 Indirektni pristup

Indirektni pristup baziran je na Eriksonovom pristupu hipnoterapiji [5]. Eriksonovski pristup su detaljno opisali Bandler i Grinder [6] u svojim knjigama o NLP. Oni su pažljivo pratili Eriksonov rad, i formirali model koji objašnjava glavne principe procesno orijentisane hipnoterapije. Eriksonovska hipnoterapija je aktivni, ciljno orijentisani, pažljivo razmatrani, kreativni proces. Procesno orijentisana terapija je strateški planiran indirektni pristup, baziran na izvođenju korak po korak. Glavni fokus u procesno orijentisanoj hipnoterapiji je subjekt, njegova ličnost, zdravstveno stanje, sposobnosti pažnje i kognicije, i bihevioralno/emocionalni status. Terapija nije fokusirana na ono šta je subjekt činio u prošlosti, već na to šta može učiniti sada i u budućnosti. Promena u subjektovom ponašanju bazirana je ne samo na nestanku problema, već i na kreativnom korišćenju novih strategija u životu. Indirektni pristup podrazumeva da je svaka osoba jedinstvena po načinu korišćenih strategija u kreiranju sopstvenog iskustva, i da efikasnost terapije zavisi od sposobnosti terapeuta da adaptira svoje strategije subjektovim strategijama. Hipnotički proces je kooperativni napor u kome se podrazumeva zajednička odgovornost. Zadatak terapeuta je da vodi i nadzire subjekta, dok je zadatak subjekta da odluči da li će, kako, i kada odgovoriti na terapeutovu komunikaciju. Tokom neprekidne povratne interakcije terapeut blisko nadzire, prihvata, i koristi subjektove tekuće verbalne i neverbalne odgovore. Terapeut podrazumeva da je kompletno iskustvo validno, i da se može bihevioralno transformisati u željeno stanje.

Terapeutski cilj je promena slabo adaptivnih funkcija, korišćenjem postojećih individualnih resursa i razvojem novih psiholoških struktura. Nove strukture razlikovane se od subjektovog sadašnjeg stanja, ali će biti konzistentne sa njim i mnogo bliže subjektovom željenom stanju. Najvažniji principi indirektnog pristupa su: (1) *prihvatanje i korišćenje* subjektove stvarnosti, i (2) *odziv i upravljanje* subjektovim ponašanjem. Proces prihvatanja i korišćenja baziran je na jasnom saopštavanju subjektu da je to što trenutno radi dobro, i da će mu omogućiti da čini nešto drugo. Novi psiho/biološki balans stvoren je "odzivom" i "vođenjem" subjektovog verbalnog i neverbalnog ponašanja. *Odziv* (povratna informacija o subjektovom iskustvu) je baza za *upravljanje* (promenu dinamičkog modela). Promena je omogućena slabljenjem starih "jakih struktura", i pojačanjem novih "slabih potencijala". Novi potencijali proširuju bogatstvo subjektovog iskustva i pružaju mu produktivnije alternative u životu.

Indirektni pristup podrazumeva da svaka osoba ima unutrašnje resurse neophodne za transformaciju svog iskustva. Ovi unutrašnji resursi su nesvesni i mogu

delovati na inteligentan, autonomni i kreativni način. Tako, svaka osoba može napustiti svoju identifikaciju sa bilo kojim ograničavajućim svesnim modelom stvarnosti i pomeriti se u kontekst (tj. hipnotički trans) gde ima pristup korišćenju nesvesnih izvora u terapeutske svrhe. U poređenju sa prethodnim pristupima, glavni fokus u hipnoterapiji pomeren je sa uglavnom svesnih površinskih procesa na pacijentove duboke nesvesne resurse. Direktni uticaji ponavljajućih sugestija su ustvari aktivirani indirektnim efektima verbalne i neverbalne komunikacije sa pacijentovim nesvesnim umom, dok se nalazi u izmenenom stanju svesti. Tako je indirektni pristup značajno smanjio pacijentovu neosetljivost na hipnoterapiju, uz istovremeno poboljšanje komunikacije između terapeuta i pacijenta. Većina pacijenata može indirektnim pristupom lako dostići stanje transa pošto ceo proces izgleda fleksibilno i prirodno. Indirektni pristup je jednostavan i efikasan model hipnoterapije. Međutim, postoje neka ograničenja: različiti nivoi svesti nisu standardizovani, i efekti Eriksonovske terapije nisu detaljno istraženi. Takođe, priroda izmenjenih stanja svesti, korišćenih u ovom pristupu, nejasna je i nije bila pažljivo analizirana.

4. NIVOI NEUROLINGVISTIČKOG PROGRAMIRANJA

Centralni zadatak našeg novog integrativnog NLP modela [1], bilo eksperimentalni ili primenjeni, jeste razumevanje prirode ljudske svesti. Da bi razumeli normalna i izmenjena stanja svesti, model istražuje različite, relativno odvojene oblasti ljudskog ponašanja (npr. percepcije, učenja, jezika, kognitivnih procesa, motornih veština). Svest se manifestuje kroz svojstva koja su para-konceptualna sa našim uobičajenim konceptima prostora i vremena, pa zato zahteva razumevanje u svojim sopstvenim terminima. Sa daljim razumevanjem ovih različitih oblasti psihologije, postići će se napredak i u otkrivanju struktura ljudske svesti.

U poslednjih nekoliko decenija Zapad je svedok rastućeg interesovanja naučnika, psihologa i filozofa za ono što je Ken Wilber [7] nazvao perenialna (neprolazna) psihologija - univerzalni pogled na prirodu ljudske svesti. Cilj ove psihologije je da razvije univerzalni model svesti koji integriše zapadne i istočne filozofske doktrine i praktična iskustva. Ključni uvid perenialne psihologije je da je ljudska psihologija višestepena manifestacija Univerzalne Svesti. Svaki nivo spektra je karakterisan različitim i lako prepoznatljivim osećajem individualnog identiteta. Čovek se može identifikovati sa svemirom i imati iskustvo konačne identifikacije sa Kosmičkom Svešću; ili se može fokusirati samo na svoje egoistične tendencije i imati krajnje suženi osećaj identiteta sa ego-svešću. Postoje brojni nivoi ili zone svesti, opisani od strane različitih autora. Ovde ćemo prikazati osam glavnih nivoa u našem hijerarhijskom integrativnom modelu svesti.

Perenialna psihologija pretpostavlja da su različiti nivoi svesti (isključujući nivo same Univerzalne Svesti) proizvod dualizma [8]. Dualizam je akt otrežnjavajućeg raz-

dvajanja sveta na posmatrača i posmatrano, subjekat i objekat. Trostruko značenje svesti dolazi od latinskih reči *con-scio*, što znači preseći ili napraviti razliku, i *con-scire*, znati. Prvobitni dualizam je opisan u mitologiji kao razdvajanje neba i zemlje, muškog i ženskog, sunca i meseca. U epistemologiji, to je razdvajanje subjekta i objekta, posmatrača i posmatranog, dok je u ontologiji to prikazano kao razdvajanje sebe i drugih, organizma i okruženja. Sa pojavom primarnog dualizma, ljudska svest se pomera sa nedualnog uma na svoje telo.

4.1 Perceptivni nivo

Čovek se prvo identifikuje sa svojim telom koje postoji u prostoru i vremenu. Odnosno, uspostavlja se linija između sebe i drugih, organizma i okoline. Iz prvobitne identifikacije sa Univerzalnom Svešču, pojavljuje se perceptivni nivo. Čovek postaje svestan svoga tela odvojenog od okoline. Ovo saznanje istovremeno omogućava da čovek postaje svestan prostora - što predstavlja primarni dualizam. Primarni dualizam su antropolozi istraživali u kontekstu perioda ljudske evolucije kada je čovek prvi put naučio da razdvoji sebe od okoline. Takođe, primarni dualizam su istraživali psiholozi koji su proučavali razvoj deteta, opisujući ga kao period kada dete izdvaja sebe od neposrednog okruženja.

Tokom prvih šest meseci života, čovekovo ja identifikuje se sa svojom okolinom i, posebno, sa majčinom okolinom (Mahler-ova "simbiotska faza" [9]). Novorođenče ne može jasno sebe da izdvoji iz okruženja, pošto neophodne moždane strukture još nisu razvijene. Veći deo vremena novorođenče provodi u dubokom spavanju. U uzrastu od šest meseci, dete postaje svesno svog tela i može prepoznati sebe u ogledalu. Dečije ja, bazično kao senzornomotorno i instinktivno telo, izdiferenciralo se iz okruženja.

Perceptivni nivo uključuje prvi skup filtera nazvanih *biološki filtri*. Naš nervni sistem sa svojim čulnim organima, inicijalno genetski predodređen, čini prvi skup bioloških filtera, koji razdvajaju spoljašnju stvarnost od naše unutrašnje reprezentacije sveta, tj. našeg doživljaja stvarnosti. Naša genetski-data biološka ograničenja dozvoljavaju nam da doživimo samo mali deo širokog opsega fizičkih fenomena.

Razvoj dečijeg ja praćen je razvojem centralnog nervnog sistema. Funkcionalna specijalizacija nervnih struktura povezana je sa procesom mielinizacije moždanih struktura. Prvih šest meseci života odigrava se mielinizacija retikularne formacije (odgovorne za stanje budnosti), kao i primarnih zona moždane kore (odgovornih za razvoj perceptivnih veština). Neuron primarnog senzornog sistema reaguju samo na usko specijalizovana svojstva senzornih stimulusa (npr. nijanse boja, karakter linija, pravac kretanja, glasnoću zvuka) i održavaju svoju striktnu funkcionalnu specifičnost [10].

Perceptivni nivo je nivo izmenjenog stanja svesti, koji ispoljava dominantno θ (3,5 - 8 Hz) i δ (0,5 - 3,5 Hz) moždanotalasnu aktivnost. Ovi moždani talasi obično odgovaraju normalno nesvesnim informacionim sadržajima [11]. Na tom nivou jonski

akupunktorni sistem je delimično dislociran od tela, i svest (tj. subjektivni posmatrač) je pridružena elektromagnetnoj komponenti ekstremno niskofrekventnih (ELF) moždanih talasa, zarobljenih u dislociranoj niskodielektričnoj blagojonizovanoj gasovitoj strukturi [12]. Jonska koncentracija u ovoj difuziono nestabilnoj strukturi posle ~ 1 čas doseže onu u atmosferskom vazduhu izvan tela, i ELF moždani talasi mogu da se prostiru i kroz okolnu slabo jonizovanu atmosferu. Ceo sistem je tada potpuno otvoren za informacionu razmenu u ELF domenu, što onda može dati osećaj jedinstva sa okolnim svetom.

Subjektivno, ovo stanje se doživljava kao stanje okeanske euforije, neuslovljene svemoći i pleromatskog raja. Objektivno, ovaj nivo je karakterisan u našem integrativnom NLP [1] dubokom mišićnom relaksacijom, veoma sporim metabolizmom, i smanjenim srčanim i disajnim ritmom. Ovo stanje svesti može se ostvariti u integrativnom NLP unutrašnjim fokusiranjem na neku telesnu funkciju (npr. disajni ili srčani ritam), ili na proste senzacije svetlosti, zvuka, mirisa ili ukusa. Prolongirano fokusiranje na neki spoljašnji objekat može takođe proizvesti ovakvo stanje svesti.

4.2 Emocionalni nivo

Čim se čovek identifikuje sa svojim telom, i postane svestan prostora, pojavljuje se problem života i smrti. U tom trenutku pojavljuje se egzistencijalni strah od smrti. Razdvajanjem rođenja od smrti, čovek diferencira prošlo od budućeg, i postaje svestan istorijskog vremena. Na emocionalnom nivou svesnosti čovek se identifikuje samo sa svojim organizmom postojećim u prostoru (primarni dualizam) i vremenu (sekundarni dualizam). Ovo znanje stvara egzistencijalnu potrebu za preživljavanjem, i strah od smrti. To je nivo na kome čovekovi emocionalni i misaoni procesi, kao i njegova volja, po prvi put počinju da se razvijaju.

U razvojnoj psihologiji, ovaj period je opisan kao početak emocionalnog života, i prikupljanje jezičkih podataka. Senzornomotorne funkcije sada postaju mnogo složenije. Dete počinje da šeta i priča. Ono postaje nezavisnije od drugih, i svesno sebe kao odvojenog emocionalno/fizičkog bića [13]. Do 18. mesaca života razvija se i relativno stabilno jezgro polnog identiteta. Na kraju druge godine, dete počinje da koristi reč "ja" kada misli na sebe. Na biološkom nivou, naučnici takođe opisuju dalji razvoj mielinizacije limbičkog sistema (odgovornog za emocionalno iskustvo) i sekundarnih zona moždane kore (odgovornih za dalji razvoj perceptivnih i jezičkih funkcija). Sekundarne zone služe kao aparat za percepciju, analizu, i skladištenje informacija specifičnih modaliteta, koje pristižu iz spoljašnjeg sveta [10].

Emocionalni nivo uključuje drugi skup filtara nazvanih *sociogenetski filtri*. Ovi filtri su internalizovana matrica specifičnih kulturnih premisa, porodičnih relacija i socijalnog sjaja, kao i socijalnih institucija jezika, logike, morala i zakona. Sociogenetski filtri predstavljaju one aspekte okruženja koji su bili umetnuti tokom

razvojnog procesa. Na emocionalnom nivou vrednosti društva se preslikavaju na biološki organizam, koji postoji u prostoru i vremenu.

Emocionalni nivo je nivo izmenjenog stanja svesti, sa dominantnom α (8 - 13 Hz) i donekle θ (3,5 - 8 Hz) moždanotalasnom aktivnošću, što obično odgovara normalno podsvesnim informacionim sadržajima. Na tom nivou je jonska gasovita struktura i dalje delimično dislocirana od tela, i svest je pridružena elektromagnetnoj komponenti ELF moždanih talasa zarobljenih u dislociranoj niskodielektričnoj blagojoni-zovanoj gasovitoj strukturi. Razlika u odnosu na prethodno opisano stanje je da su periodi spavanja značajno smanjeni, a time i efikasnost integrisanja normalno svesnih i nesvesnih sadržaja.

Subjektivno, ovo stanje se doživljava kao stanje prijatnih i neprijatnih emocija, u krajnostima od blaženstva i ekstatičkog opuštanja do straha i gneva. To je takođe stanje bezličnosti, multivalentnih likova i arhetipskih formi [14], distance i disocijacije. Objektivno, to je nivo koji je u integrativnom NLP karakterisan brzim pokretima očiju ili njihovom fiksacijom, mišićnom aktivacijom srednjeg uha, neregularnim srčanim i disajnim ritmovima, znatno redukovanim mišićnim tonusom sa povremenim mišićnim trzajima, drhtanjem, ili katapleksijom i katalepsijom. U integrativnom NLP u ovaj nivo može se dospeti koncentracijom na različite osećaje, emocije i vizuelne oblike.

4.3 Simbolički nivo

Na emocionalnom nivou čovek se plaši smrti i bori se za svoj život. Da bi prevladao iskonski strah od smrti, čovek formira permanentnu sliku sebe zvanu "ego", koja se sastoji od fiksiranih i stabilnih simbola. Na ovom nivou čovek se identifikuje sa naizgled neumirućom idejom sebe - svojim "egom". On postaje svestan sebe kao "ja". Njegov identitet se pomera od njegovog sveukupnog psihofizičkog organizma na njegovu mentalnu predstavu sopstvenog organizma. To je terciarni dualizam koji formira sledeći glavni nivo - simbolički nivo.

Na simboličkom nivou čovek nije više direktno identifikovan sa svojim sveukupnim psihofizičkim organizmom, egzistirajućim u prostoru i vremenu. On se sada identifikuje samo sa mentalnom predstavom ili slikom sebe samog. Drugim rečima, on je svestan svoga ega, svoje sopstvene slike. On oseća da postoji u sopstvenom telu, a da nije samo svoje telo. Njegova svest nije više vezana za emocionalni nivo, već se pomera na nivo svesti gde se pojavljuju intelektualni i simbolički procesi. Njegovi telesni procesi većinom postaju nesvesni, a na svesnom nivou počinju da dominiraju simbolički procesi.

U razvojnoj psihologiji, ovaj period je opisan kao početak kognitivnog razvoja - preoperacionalnog mišljenja [15]. Od druge do sedme godine, dete je sposobno za formiranje simbola i koncepata, ali ne može još da operiše ili koordinira tim

predstavama. Na primer, dete može da prebrojava objekte ali ne može lako da ih množi ili deli. Ono ne može da shvati više od jedne dimenzije ili svojstva objekta, i ne može da razume zapreminu ili masu. Na primer, dete uči da grupiše objekte po boji ili obliku, ali ne oboje istovremeno. Takođe, ako objekat menja oblik dete ne shvata da objekat zadržava svoju prvobitnu masu ili zapreminu. Glavna karakteristika ovog perioda je egocentrizam, jer je dete nesposobno da se postavi u položaj drugoga.

Simbolički nivo uključuje treći skup filtera nazvanih individualna ograničenja, ili *individualni filtri*. Pod individualnim ograničenjima podrazumevamo sve predstave sveta koje čovek stvara tokom života, bazirane na sopstvenim ličnim iskustvima. Ovi modeli ili mape formiraće skupove interesa, navika, sklonosti, nesklonosti i pravila sopstvenog ponašanja. Svaka osoba ima različit skup životnih iskustava, koji stvara različite modele ili mape sveta koje upravljaju njenim ponašanjem.

U isto vreme, na moždanom nivou naučnici opisuju dalji razvoj i mielinizaciju tercijarnih zona moždane kore. Tercijarne zone su uključene u integraciju čulnih podataka, i prelazak sa nivoa prostih vizuelnih predstava na nivo kompleksnih simboličkih procesa (npr. operacije sa svetom značenja, sa kompleksnim gramatičkim i logičkim strukturama i sa sistemima brojeva). Tercijarne zone igraju suštinsku ulogu u pretvaranju konkretne percepcije u apstraktno mišljenje [16].

Simbolički nivo je nivo sa dominantnom β (13 - 30 Hz) i α (8 - 13 Hz) moždantalasnom aktivnošću. Na tom nivou čovek je istovremeno svestan normalno svesnih i normalno nesvesnih sadržaja - jedino u izmenjenim stanjima svesti REM faza spavanja, kada je svest i dalje pridružena elektromagnetnoj komponenti ELF moždanih talasa zarobljenih u niskodielektričnoj gasovitoj blagojonizovanoj strukturi delimično dislociranoj od tela [17].

Subjektivno, ovo stanje se doživljava kao stanje preoperacionalnog ili mitskog mišljenja, privremenih želja, specifičnih sklonosti i nesklonosti, napetosti i opuštenosti, sigurnosti i pripadnosti. Objektivno, u integrativnom NLP ovo je nivo na kome se svest pomera sa opuštenog stanja dnevnog dremeža u normalno budno stanje, u kojem sve aktivnosti mogu biti u potpunosti ostvarene. Na tom nivou, u integrativnom NLP primenjujemo različite tehnike koje uključuju "ukotvljavanje" ili redefinisavanje specifičnog iskustva; transformisanje negativnog iskustva u pozitivno kroz igru ili ritual, imaginarno razrešavanje problema, starosnu regresiju i metaforičke priče.

4.4 Racionalni nivo

Konačno, čovek se identifikuje samo sa delom psihičkih procesa koje poistovećuje sa sobom. On postaje svestan samo svojeg idealnog lika, a svi drugi neželjeni aspekti njegovog ega postaju nesvesni. U pokušaju da učini svoju sopstvenu sliku prihvatljivom, on potiskuje sve svoje "loše" aspekte egoističkih tendencija, stvarajući tako novi nivo,

nazvan racionalni nivo. Na ovom racionalnom nivou, čovek nameće dualizam ili cepanje sopstvenog ega, potiskujući onaj deo svojih egoističkih tendencija, i projektujući ova dva dela kao "personu" nasuprot "senke". Tako se stvara kvaternarni dualizam.

Na racionalnom nivou, čovek se identifikuje sa većinom netačnim i velikim delom ograničenim aspektima svog ega, sa svojom idealnom slikom sebe - svojom "personom". U isto vreme, svi neprihvatljivi aspekti samog sebe potiskuju se i projektuju kao "senka" [14]. Čovek se otuđuje i distancira od psihičkih tendencija koje smatra bolnim, jadnim i neželjenim (npr. neprijatne misli i emocije kao strah ili bes, seksualni i agresivni instinkti, i društveno zabranjeno ponašanje) i konačno ih projektuje u "senku".

Na racionalnom nivou čovek je već izgubio direktan kontakt sa sopstvenim telom, i delovima svoga ega. Psihoanalitički, nesvesno sadrži želje i ideje povezane sa željama koje su izgnane sa svesnog nivoa kroz mehanizam potiskivanja. Na racionalnom nivou čovek se distancira od drugih nivoa koji su postali potpuno nesvesni. Normalan odrastao čovek obično provodi većinu svakodnevnog života na racionalnom nivou svesti. On je dominantno svestan svog idealnog lika u odnosu na okruženje.

U razvojnoj psihologiji, ovaj nivo je opisan kao nivo konkretnog i formalnog operacionog mišljenja [15]. U približno sedmogodišnjem uzrastu dete počinje da shvata višestruku klasifikaciju, kao dve ili više klasa istovremeno (npr. dete može ređati objekte serijalno duž jedne dimenzije, recimo od najmanjeg do najvećeg). Njegovo mišljenje nije više egocentrično i narcisoidno. Ono postaje sposobno da se postavlja u ulogu drugih; i da izvodi operacije kao što su množenje, deljenje i pripadnost klasi. Konkretno operaciono mišljenje još uvek je ograničeno na konkretan i očigledan svet, i ne može da shvati moguće ili hipotetičke relacije.

Pri uzrastu od oko jedanaest godina adolescenti stiču sposobnost apstraktnog mišljenja sa višestrukim varijablama. Ono može posmatrati problem sa više tački gledišta. Adolescent može analizirati svaku varijablu nezavisno, ili kao deo celine. Apstraktni koncepti kao što su istina ili vrlina podvrgavaju se diskusiji i analizi. Erikson tretira ovaj proces kao formiranje ego identiteta [18]. Ovo je konačni stupanj razvoja ega. Sazreli ego postaje sposoban da zamišlja mogućnosti koje nisu samo čulno očigledne ili čulno-konkretno operacije. Na biološkom nivou, nastavlja se mielinizacija mozga kod međuhemisfernih veza koje koordiniraju funkcije leve i desne moždane hemisfere.

Na racionalnom nivou svest, vezana za elektromagnetno polje ELF moždanih talasa, veći deo dana dominantno prožima mozak. Tokom ovog perioda, postoji dobra razdvojenost normalno svesnih i nesvesnih moždanih sadržaja, dok je njihovo mešanje moguće samo tokom REM faza spavanja [17]. Na ovom nivou, moždanotalasnim spektrom budnog stanja dominiraju dva viša ELF kanala: γ (30 - 50 Hz) i β (13 - 30 Hz), i informacije većinom odgovaraju normalno svesnim sadržajima [11].

Subjektivno, ovo stanje doživljava se kao stanje konkretnog i formalnog operacionog mišljenja, unutrašnjih dijaloga, ciljeva i želja, potreba samoprocenjivanja, samokontrole i željom za moći, različitih emocija (npr. ponosa, krivice, ljubavi, mržnje). Objektivno, ovo je nivo gde je svest u potpunosti pridružena

normalnom budnom stanju, u kojem se mogu realizovati sve aktivnosti. To je najpovršniji nivo integrativnog NLP [1]. Tehnike koje pripadaju ovom nivou su: ciljno i vremensko planiranje, anticipiranje budućnosti i samopotvrđivanje.

4.5 Kreativni nivo

Na kreativnom nivou formalni um integriše sve ideje i iskustva u jedno, model integralne slike sveta. Čovek je sada u stanju da sagleda kako istina ili laž u vezi neke ideje mogu uticati na istinu ili laž vezane za druge. Čovek sada shvata čitavu mrežu ideja, kako jedne utiču na druge, i kakve su njihove relacije. Ovo je Aurobindov "viši um" koji može formirati veze, povezivati istine, koordinirati ideje i integrisati koncepte. To je najviša integrativna struktura u individualnoj stvarnosti, "samo-sagledavanje u integralnoj celini". Sve strukture ljudske psihe kompletno su integrisane u jednu celinu.

Ovo je kreativna faza u razvoju ljudske svesti. Više nema razdvojenosti, već naprotiv dolazi do inegriranja psihe. Potpuno integrisani racionalni i simbolički nivoi pripremaju se da se poistovete i sa emocionalnim nivoom. Sada se kompletira moždani razvoj, i odigrava se konačna mielinizacija svih mogućih među- i unutar-hemisfernih veza.

Na kreativnom nivou svest, pridružena elektromagnetnoj komponenti ELF moždanih talasa, zajedno sa jonskim akupunkturnim sistemom može se po želji dislocirati od visokorazvijenog mozga [17,19]. Na ovom nivou prolongiranog izmenjenog stanja svesti odigrava se efikasna integracija normalno svesnih i nesvesnih sadržaja. Moždanotalasni spektar sada ispoljava normalnu aktivnost koja odgovara γ , β i α talasima. Budizam ovo stanje naziva "manovijnana" ("intelekt"), dok ga Hinduizam naziva "manomaya" ili "linga sarira" ("fintvarno telo").

Subjektivno, ovo stanje doživljava se kao samo-aktualizacija, viziono-logičko, sintetičko mišljenje visoke fantazije, spontanosti, kreativnosti, i supersenzitivnosti. Objektivno, ovo je nivo gde se svest može lako pomerati sa racionalnog na simbolički nivo, i konačno natrag na emocionalni nivo svesti. Kompletna informacija sa ovih nivoa može se u potpunosti procesirati i integrisati u kreativni nivo svesti. U integrativnom NLP, tehnike koje se koriste da pojačaju kreativni nivo svesti jesu kreativno modeliranje, starosna progresija, kreativna vizualizacija, i svesnost svakog trenutka.

4.6 Supra-individualni nivo

Ovo je nivo visoke religiozne intuicije i literalne inspiracije, simboličkih vizija, jasnih iluminacija plave, zlatne i bele svetlosti. Ovo je nivo viših prisutnosti, vodiča, anđeoskih bića, božanstava - koji predstavljaju visoke arhetipske forme svakog bića

[14]. Subjekt se identifikuje sa objektom sudbine. Na svom vrhuncu, subjekt se rasplinjava u objektu. Obožavanje, obožavalac i obožavani postaju jedno.

Na ovom nivou čovek transcendirira svoje normalne sposobnosti individualnog uma i tela, i vraća se natrag na viši nivo egzistencije. On manipuliše svetom, svojim telom i umom, na način koji se običnim ljudima čini fantastičnim i izuzetnim. On razvija vančulnu percepciju, prekogniciju, vidovitost, psihokinezu itd. Čovek upravlja nivoom psihičkih fenomena i paranormalnih moći potpunom integracijom svog racionalnog, simboličkog i emocionalnog nivoa. On je prvobitno došao sa ovog nivoa, i može se povremeno vraćati natrag, ali kompletna integracija se odigrava samo posle individualnog razvoja i sinteze uma i tela. Ovaj novo je isti kao emocionalni nivo deteta, sa razlikom da je dete svesno ali nije u stanju da deluje na ovom nivou pošto ni mozak ni um nisu potpuno razvijeni. Dete je pasivni posmatrač, dok je mistik aktivni kreator.

Ovo je nivo gde se jonska gasovita struktura po želji kompletno dislocira od tela. Svest pridružena elektromagnetnoj komponenti ELF moždanih talasa sada je u potpunosti locirana u niskodielektričnoj nehomogenoj gasovitoj blagojonizovanoj strukturi [17,19]. Odigrava se intenzivno mešanje i integracija normalno svesnih, podsvesnih i nesvesnih sadržaja. Mozak pokazuje normalni spektar γ , β , α , θ i δ talasa. U Hinduizmu ovaj nivo nazivaju "vijnanamaya" ili "suksmasarira" ("mentalno telo"), dok ga Budisti nazivaju "manas", i definišu ga kao neprekidni izvor egzistencijalne, racionalne i voljne pažnje.

Subjektivno, ovo stanje doživljava se kao stanje ushićenja, blaženstva, milosrđa i zahvalnosti, vančulne percepcije, razvijene intuicije i inspiracije, arhetipskih formi, jasne iluminacije i otkrovenja svetlosti i zvuka. Objektivno, to je nivo na kome svest može lako obrađivati kompletnu informaciju (koja pristize iz potpuno integrisanih racionalno-simboličko-emocionalnih nivoa) na jednom Supra-individualnom nivou. U integrativnom NLP, tehnike koje se koriste da pojačaju razvoj ovog nivoa jesu lucidno sanjanje, astralna projekcija, astralno putovanje, hipnotička reinkarnacija, i vizualizacija ličnih vodiča ili spiritualnog učitelja.

4.7 Trans-individualni nivo

Proces integrisanja i transcendiranja nastavlja se i dalje utapanjem u višu "druhu" stvarnost, vodeći konačno do samog Sjedinjenja. Ovaj proces je opisan i u istočnim i u zapadnim tradicijama [7,20-25].

Na Supra-individualnom nivou, čovek je svestan svog arhetipskog Božanstva (kao ištadeva, jidam, diani-Buda), i konačno se sjedinjuje sa svojim Arhetipom. Na trans-individualnom nivou, čovek-kao-božanstvo utapa se u krajnjeg-Boga, koji je opisan kao intenzivna finotvarna "jasna iluminacija", konačni izvor iz koga su se pojavile sve Arhetipske forme. Čovek postaje sjedinjen sa Bogom. U konačnoj transcende-

nciji, svi prethodni nivoi postaju potpuno integrisani, i utopljeni u bezobličnu, beskonačnu, neograničenu svest.

Na ovom nivou, dislocirana jonska gasovita struktura potpuno se rasplinjava, i postaje homogena. Jonska koncentracija ove strukture dostiže normalnu jonsku koncentraciju u vazduhu, i ELF moždani talasi mogu teći kroz okolnu slabojonizovanu atmosferu. Ceo sistem je sada otvoren za informacionu razmenu u ELF domenu, što dovodi do osećaja sjedinjenosti sa okolnim svetom. U isto vreme, odigrava se kompletna integracija svih raspoloživih informacija [17,19]. Mozak pokazuje ceo opseg moždanotalasnog spektra: γ , β , α , θ i δ . U Mahajana Budizmu ovaj nivo svesti naziva se "alayavijnana" ("supra-individualna spokojna svest"), dok se u Hinduizmu naziva "anandamaya" ili "karanasarira" ("kauzalno telo" ili "karmičko telo").

Subjektivno, ovo se stanje doživljava kao stanje konačne iluminacije, bleštavog blaženstva, bezobličnog sjaja, transcendentne ljubavi u sjedinjenosti, bezobličnog ostvarenja, i bezgranične svesti. Objektivno, ovaj nivo je karakterisan konačnom integracijom svih nivoa: racionalnog/simboličkog/emocionalnog/perceptualnog u jedan Trans-individualni nivo. Ovo stanje svesti može se ostvariti kroz integrativni NLP praktikovanjem molitvi i meditacije [1].

4.8 Univerzalni nivo

Čovekova najdublja svest identična je apsolutnoj i konačnoj kosmičkoj stvarnosti. Na ovom nivou čovek se identifikuje sa Kosmičkom Svešću, i njegova svest postaje vanprostorna i bezvremena, i zato večna i beskonačna. Ovo stanje naziva se "nirvana", "samadi", "satori" ili "prosvetljenje", i karakterisano je potpuno oslobođenom svešću i smirenim umom. U tom trenutku nema razlike između subjekta i objekta, ja i ne-ja, posmatrača i posmatranog. Zato nema više mogućnosti za slanje i primanje bilo kakve informacije - čovek je sve što postoji i sve je on.

Na ovom nivou nema razlika između organizma i okoline. Ovo je stanje u kome se homogena dielektrična struktura potpuno rastvara, omogućujući smireni um, bez toka svesti [17,19].

Subjektivno, svi kosmički procesi pojavljuju se iz trenutka u trenutak kao sopstveno Biće, izvan koga i pre koga ništa ne postoji. To je krajnja Sjedinjenost, u kojoj sve stvari i događaji, ostajući savršeno odvojeni i diskretni, jesu Jedno. Ovo je krajnje, nediferencirano stanje Svesti, stanje savršene transcendencije, koja nije transcendencija u svetu već transcendencija sveta samog. Interpretacijom i integracijom svih nivoa, svetova i ravni, visokih i niskih, svetih i profanih, svest sada funkcioniše kao sam kompletan svetski proces. "Forma nije drugo do Praznina, Praznina nije drugo do Forma", kaže najpoznatija Budistička Sutra ("The Heart Sutra"; v. ref. [22]) U toj tački, izuzetno i obično, natprirodno i ovozemaljsko, jedno su te isto. Ovo je konačno Sjedinjenje kojem teži sva evolucija, ljudska i kosmička.

Konačni cilj integrativnog NLP isti je kao i u jogi i srodnim ezoterijskim disciplinama - neprekidno prolongiranje izmenjenih stanja svesti 24 časa dnevno, sa neprekidno otvorenom dislociranom jonskom strukturom. Ovo takođe znači da ultradijalni ritam, odgovoran za izmene stanja svesti [26], više ne postoji. Biološka osnova ovog fenomena verovatno je pojačanje i kompletiranje svih mogućih međuveza između leve i desne moždane hemisfere, što onda dopušta dislociranje i kompletno rasplinjavanje jonskog akupunktornog sistema, praćeno oslobađanjem "subjektivnog posmatrača" - tj. elektromagnetne komponente ELF moždanih talasa.

5. ZAKLJUČAK

U integrativnom NLP modelu stanja svesti pokazano da je svesna moždana neuronska mreža u stanju da procesira informacije na bilo koji od sledećih načina:

- *Moždani*: Procesiranje se odigrava biohemijski, u moždanim neuronskim mrežama.
- *Moždanotalasni*: Procesiranje se istovremeno odigrava i biofizički na nivou moždanih talasa, unutar jonske "optičke" neuronske mreže koju čini jonski akupunktorni sistem sa zarobljenim elektromagnetnim poljem ekstremno niskofrekventnih (ELF) moždanih talasa. U izmenjenim stanjima svesti, kada je deo jonskog akupunktornog sistema dislociran izvan tela, ovo procesiranje se odigrava i izvan tela.
- *Mešoviti*: Procesiranje se odigrava kombinacijom biohemijskog (moždanog) i biofizičkog (moždanotalasnog) procesiranja.

Kao rezultat, pojavljuju se dve značajne implikacije: (1) *superbrzo procesiranje* (mešovitim procesiranjem u izmenjenim stanjima svesti ostvaruju se brzine koje znatno nadmašuju brzinu moždanog biohemijskog procesiranja) i (2) *kontaktno učenje* (svesna moždana neuronska mreža je u stanju da prenese svoje uskladišteno znanje na drugu moždanu neuronsku mrežu u svojoj brzini, mehanizmom ELF elektromagnetne indukcije (što je takođe osnova isceljenja u NLP hipnoterapiji)).

Moguće *eksperimentalno ispitivanje* svesnih neuronskih mreža uključuje sledeće procedure:

- Testiranje kapaciteta procesiranja informacija u izmenjenim i normalnim stanjima svesti, korišćenjem kompjuterski-baziranih testova.
- Praćenje moždane aktivnosti u normalnim i izmenjenim stanjima svesti, korišćenjem EEG i SQUID moždanog mapiranja.
- Detekcija niskodielektrične jonske strukture praćenjem lokalnih promena jonske koncentracije u blizini tela, korišćenjem visokoosetljivog termovizijskog procesiranja slike.

- Merenje korelacije između kapaciteta procesiranja podataka i parametara teorijski predskazane jonske strukture (jonska koncentracija, jonske struje, magnetna polja) u normalnim i izmenjenim stanjima svesti.
- Testiranje slabog ELF prenosa informacija između bioloških neuronskih mreža sa ugrađenim moždanotalasnim aktivnostima: jedna od njih će preneti svoju naučenu informaciju na susednu mrežu, mehanizmom elektromagnetne indukcije (ovo bi takođe mogla biti osnova kratkodometnih transpersonalnih interakcija, poput isceljenja).

6. ZNAČAJ

Prednosti koje pružamo klijentima našim NLP modelom [1] su sledeće:

- Precizna i pažljiva dokumentacija i kvantifikacija psiholoških i biofizičkih funkcija integrativne NLP dijagnostičke procedure;
- Odgovarajući, strateški razrađen i pažljivo razmotren izbor integrativnih NLP terapijskih intervencija;
- Fleksibilnost i inventivnost u selekciji i primeni integrativnih NLP terapijskih metoda.

Značaj integrativnog NLP modela stanja svesti za medicinu i nauku je višestruk:

- Ovaj model se fokusira ne samo na individualno različite nedostatke i kliničke prezentacije, već takođe i na pacijentove sadašnje sposobnosti, i potencijalne snage u normalnim i izmenjenim stanjima svesti. Ova poslednja su posebno važna za dizajniranje odgovarajućih terapijskih procedura.
- Široke, fleksibilne, efikasne i standardizovane biofizičke i dijagnostičke procedure omogućiće bolje razumevanje pacijentovih snaga i ograničenja u različitim stanjima svesti, i olakšaće odgovarajući izbor hipno-terapijske intervencije.
- Pažljivo merenje efikasnosti date integrativne NLP intervencije, i dalje praćenje tokom perioda oporavka, daće terapeutu korisnu informaciju o mogućoj daljoj intervenciji. To će povratno omogućiti razvoj specifičnijih integrativnih NLP strategija i alternativnih terapijskih programa.
- Naredna proučavanja rezultata i ishoda primenjenih integrativnih NLP intervencija mogu biti od velikog značaja za dalje opštezdavstveno stanje i blagostanje čoveka.

LITERATURA

- [1] G.Stanojević-Vitaliano, Spectrum of psychotherapies, *Proc. Shenandoah Healing Exploration Meeting* (Rappahanock, Virginia, 1993), pp. 1-6.
- [2] C.T.White, Temporal numerosity and the psychological unit of duration, *Psychol. Monogr.* 575 (1963); J.M.Stroud, The fine structure of psychological time, in R.Fisher, ed., Interdisciplinary perspective of psychological time, *Ann. N.Y. Acad. Sci.* 138 (1967).
- [3] G.Stanojević, Hypnosis in integrative psychotherapy, *Proc. 5th Yugoslav. Cong. Psychother.* (1987), pp. 40-41.
- [4] G.Stanojević, Neuro-linguistic programming: Meta model, *Belgrade Avalske Sveske: Psychotherapy - Dilemmas and Perspectives*, Vol. 9 (1989), pp. 197-199.
- [5] M.H.Erickson and E.Rossi, *Hypnotherapy: An Exploratory Casebook* (Irvington Publisher, New York, 1979).
- [6] R.Bandler and J.Grinder, *Patterns of Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson MD*, Vols. 1, 2 (Meta Publication, 1975, 1977).
- [7] K.Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (Theosophical publishing House, Wheaton, 1977).
- [8] E.Deutch, *Advaita Vedanta: A Philosophical Reconstruction* (East-West Center Press, Honolulu, 1969).
- [9] M.Mahler, F.Pine, and A.Bergman, *The Psychological Birth of the Human Infant* (Basic Books, New York, 1975).
- [10] G.Stanojević, Neuropsychological model of consciousness, *Proc. Int. Summer School Neurocomp.* (1990), pp. 23-59.
- [11] E.Basar, *EEG - Brain Dynamics* (Elsevier, Amsterdam, 1980); E.Basar, EEG-dynamics and evoked potentials in sensory and cognitive processing by the brain, in E.Basar, ed., *Dynamics of Sensory and Cognitive Processing by the Brain* (Springer, Berlin, 1988)
- [12] D.Raković, Đ.Koruga, Ž.Martinović, and G.Stanojević, Molecular electronics and neural networks: Significance of ionic structure, *Proc. 11th Ann. Int. Conf. IEEE/EMBS*, Vol.11, Part 4/6 (1989), pp. 1366-1367; D.Raković, Đ.Koruga, Ž.Martinović, and G.Stanojević, On biophysical structure of brain-like bocomputers, in P.I.Lazarev, ed., *Molecular Electronics* (Kluwer, Amsterdam, 1991), pp. 211-217.
- [13] Freud S. (1923), *The Ego and the Id. In Standard Edition*, Vol. 14 (Hogarth Press, London, 1961).

- [14] C.G.Jung, *The Collected Works of C.G.Jung*, 2nd ed., Vols. 5-9 (Princeton University press, Princeton, 1967).
- [15] J.Piaget, *The Construction of Reality in the Child* (Basic Books, New York, 1954).
- [16] G.Stanojević, Neuro-linguistic programming: Meta model of language, *Linguistic and Speech Recognition, Belgrade School* (1990), pp. 1-43.
- [17] D.Raković, Neural networks versus brainwaves: A model for dream-like states of consciousness, *Proc. Ann. Int. Conf. IEEE/EMBS 14* (1992), pp. 2651-2; D.Raković, Brainwaves, neural networks, and ionic structures: Biophysical model for altered states of consciousness, *this book*.
- [18] E.Erickson, *Identity and the Life Cycle*, D.Rapaport, ed., (International Univ. Press. New York, 1959).
- [19] G.Stanojević-Vitaliano and D.Raković, Neural networks versus brainwaves: A biophysical model for states of consciousness and energy medicine, *Proc. 1st Int. Yan Xin Qigong Sci. Symp.* (1995, in press).
- [20] K.Wilber, *The Atman Project* (Theosophical Publ. House, Wheaton, 1980).
- [21] K.Wilber, *Up from Eden: A Transpersonal View of Human Development* (Doubleday/Anchor, New York, 1981).
- [22] K.Wilber, *Eye to Eye* (Doubleday/Anchor, New York, 1981).
- [23] K.Wilber, *The Holographic Paradigm and Other paradoxes* (Shambhala, Boulder, 1982).
- [24] K.Wilber, *A Sociable God* (Shambhala, Boulder, 1982).
- [25] K.Wilber, J.Enger, and D.Brown, *Transformations of Consciousness: Conventional and Contemplative Perspectives development* (Shambhala, Boston, 1986).
- [26] E.L.Rossi, Altered states of consciousness in every day life: Ultradian rhythms, in B.B.Wolman and M.Ulman, eds., *Handbook of States of Consciousness* (Van Nostrand Reinhold, New York, 1986).

Dopunska probrana literatura

- [1] R.Bandler, J.Grinder, R.Dilts, and J.Delozier, *Neuro-Linguistic Programming* (Vol. 1): *The Study of the Structure of Subjective Experience* (Meta Publication, 1980); R.Bandler and J.Grinder, *Trance-Formations: Neuro-Linguistic Programming and the Structure of Hypnosis* (Real People Press, 1981); R.Bandler and J.Grinder, *Reframing: Neuro-Linguistic Programming and the Transformation of Meaning* (Real People press, 1982); R.Bandler and J.Grinder, *The Structure of Magic*, Vols. 1, 2 (Science and Behavior Books, 1982).
- [2] M.H.Erickson and E.Rossi, *The February Man: Evolving Consciousness and Identity in Hypnotherapy* (Brunner and Mazel, New York, 1989); E.L.Rossi, ed., *The Collected*

- Papers of Milton H. Erickson on Hypnosis*, Vols. 1-4 (Irvington Publisher, New York, 1980).
- [3] J.Zeig, *Ericksonian Approach to Hypnosis and Psychotherapy* (Brunner and Mazel, New York, 1982); J.Zeig and M.Munion, *What is Psychotherapy? - Contemporary Perspectives* (Josey Bass. Publ., San Francisco, 1990).
- [4] G.Stanojević, ed., *Handbook of Hypnosis* (Vol. 1): *Hypnosis in Medicine* (Medical Book Public, Belgrade, 1989), in Serbian.
- [5] A.Lowen, *The Language of the Body* (Macmillian, New York, 1967).
- [6] A.Watts, *Psychotherapy East and West* (Bellantine Books, New York, 1969).
- [7] A.Maslow, *Toward a Psychology of Being* (Van Nostrand, New York, 1968); A.Maslow, *Religion, Values and Peak-Experiences* (Viking Compass Book, New York, 1970); A.Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* (The Viking Press, New York, 1971).
- [8] E.W.Russell, Consciousness and the unconsciousness: Eastern meditative and western psychotherapeutic approaches, *J. Transpers. Psychol.* 18 (1986), pp. 51-72.
- [9] F.Perls, *Gestalt Therapy Verbatim* (Real People Press, 1969).
- [10] R.Assagioli, *Psychosynthesis* (Viking Press, New York, 1971).
- [11] S.Freud, *The Ego and the Mechanisms of Defense* (International Univ. Press, New York, 1936).
- [12] E.Fromm, D.T.Suzuki, and R.De Martino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis* (Harper Colophon Books, New York, 1970).
- [13] J.Kagan, *The Grow of the Child: Reflections on Human Development* (Norton, New York, 1978).
- [14] M.Washburn, *The Ego and the Dynamic Ground: A Transpersonal Theory of Human Development* (New York State Univ. Press, New York, 1988).
- [15] D.Galin, Lateral specialization and psychiatric issues: Speculation on development and evolution of consciousness, *Ann. N.Y. Acad. Sci.* 299 (1977), pp. 397-411.
- [16] M.Gazzaniga, *The Social Brain: Discovering the Networks of the Mind* (Basic, New York, 1985).
- [17] K.H.Pribram, The cognitive revolution and mind/brain issues, *Am. Psychol.* 41 (1986), pp. 507-520.
- [18] A.R.Luria, *Higher Cortical Function in Man*, 2nd ed. (Basic, New York, 1980).
- [19] S.Spring and G.Deutch, *Left brain, Right Brain* (Freeman, San Francisco, 1981).
- [20] A.Brodal, *Neurological Anatomy* (3rd ed.) (Oxford Univ. Press, New York, 1981).
- [21] C.T.Tart, *Altered States of Consciousness* (Anchor Books, New York, 1969)
- [22] K.R.Popper and J.C.Eccles, *The Self and Its Brain* (Springer, Berlin, 1977).

- [23] B.B.Wolman and M.Ulman, eds., *Handbook of States of Consciousness* (Van Nostrand Reinhold Comp, New York, 1986).
- [24] B.J.Baars, *A Cognitive Theory of Consciousness* (Cambridge Univ. Press, Boston, 1988).
- [25] E.Neumann, *The Origins and History of Consciousness* (Princeton Univ. Press, Princeton, 1954).
- [26] R.Ornstein, *The Psychology of Consciousness* (Freeman, San Francisco, 1972).
- [27] S.Grof, *Realms of the Human Unconsciousness* (The Viking Press, New York, 1975); S.Grof, *Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy* (New York State Univ. Press, Albany, 1985).
- [28] N.O.Brown, *Life Against Death* (Wesleyan Univ. Press, Middletown Conn, 1959).
- [29] A.Huxley, *The Perennial Philosophy* (Harper & Row, New York, 1970).
- [30] S.Arieti, *The Intrapsychic Self* (Basic Books, New York, 1967).
- [31] M.Heidegger, *Being and Time* (SMC Press, London, 1962).
- [32] M.Eliade, *Images and Symbols* (Sheed and Ward, New York, 1969).
- [33] D.Benoit, *The Supreme Doctrine* (The Viking Press, New York, 1955).
- [34] A.Comfort, *Reality and Emphaty: Physics, Mind and Science in the 21st Century*. (New York State Univ. Press, Albany, 1984).
- [35] D.Bohm, *Wholeness and the Implicate Order* (Routledge & Kegan, London, 1980).
- [36] Aurobindo, *The Life Divine* (Centenary Library, Pondicherry, XVIII- XXI.n.d.).
- [37] A.K.Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism* (Philosophical Library, New York, 1943).