

# Oddelenie a jednota

**Oddelenie jednotlivca je potrebné na vytvorenie novej jednoty:**

**metodická empatia a EmQ**

Text: Yehuda Tagar

Preklad: Silvia K. Galatová

*„Úlohou tohto (bežného) vedomia je posilniť seba-si uvedomujúce Ja človeka. Aby toto dosiahlo, musí zastrieť spojenie medzi Ja a objektívnym svetom, a preto (bežné vedomie) nemôže ukázať, ako je duša spojená so skutočným svetom.“*

Rudolf Steiner, Záhady filozofie, kapitola 8

*„Len Duša, ktorá vidí sama seba, dokáže vidieť svet“.*

Yehuda Tagar, motto psychofonetického paralelného procesu

Kedysi žili ľudia v stave, v ktorom boli ľudské vedomie a realita sveta vo svojej podstate úplne prepojené. Malé deti nám toto základné prepojenie doteraz ukazujú, pokým ich uvedomenie si samých seba nezačne oddeľovať od sveta a od seba. To isté sa deje v ľudskej evolúcii ako celku. Kedysi sme boli v jednote so svetom, tak ako to doteraz vidíme u pôvodných kmeňov žijúcich na miestach ďaleko od modernej civilizácie, avšak postupne s vývojom individuálneho seba-vedomého Ja sme toto spojenie strácali. To však nebola nehoda. Toto oddelenie bolo/je nevyhnutné pre vývoj individuality. Oddelenie od sveta je obrovská cena, ktorú ľudstvo muselo zaplatiť, aby získalo seba si uvedomujúce Ja, nezávislé myslenie, uvažujúce vedomie, individualitu, individuálnu (a nie kolektívnu) osobnosť, osobné Ja. Aby ľudia mohli dosiahnuť nezávislosť a slobodu, muselo sa základné prepojenie medzi ľudským Ja a svetom zahaliť závojom oddelenia. Toto je základný príbeh evolúcie ľudského vedomia.

Avšak vnútri tohto izolovaného priestoru, ktorý Ja pre seba vytvorilo, nikdy nezanikla túžba po jednote s ostatným svetom, ani hľadanie zmyslu existencie jednotlivca a ľudstva. Zmysel existencie je pre deti a tvory prírody daná realita, a mladému ľudstvu bola táto realita tiež daná predtým, než došlo k oddeleniu od pôvodnej jednoty so svetom. Izolácia jednotlivca ako aj spoločenský a civilizačný pokrok napredovali a hľadanie zmyslu sa stalo kultúrnym a duchovným životom ľudstva. Priepasť medzi rastúcou nezávislosťou individuálneho Ja a svetom sa naďalej zväčšovala. Rástla až do prijatia myšlienky, že pre nás neexistuje nič okrem hmoty. Začalo dominovať materiálne myslenie, ktoré sa stalo základom materiálnej civilizácie, a tá ovládla celý poriadok súčasného sveta založený na predpoklade veľkej čiernej diery: existuje len hmota, oddelené Ja zbavené príslušnosti k niečomu väčšiemu i zmyslu a túžba po zjednotení, ktoré je pre bežné vedomie nepredstaviteľné.

Oddelenie od sveta prírody, vesmíru, pôvodu a účelu ľudskej existencie sa stalo oddelením vedomia od srdca: ak neexistuje duch a duša, Ja sa stáva nedosažiteľným osamelým ostrovom. Avšak na tomto izolovanom ostrove stále prežíva túžba po celistvosti existencie. Duša a duch, akokoľvek izolovaní, nemôžu zomrieť.

Empatia je nový most z ľudskej izolácie. Pred dvadsiatym storočím neexistovala, ani nebola potrebná: ľudia boli ešte spojení sami so sebou, medzi sebou navzájom a so zmyslom existencie, ktorý bol daný zvonka prostredníctvom tradícií, náboženstva a rodiny. Prázdnota, ktorá v nás ostala vďaka nezastaviteľnému procesu individualizácie dovŕšila cyklus postupu k progresívnym, demokratickým, industriálnym a post-industriálnym spoločnostiam. Staré mosty k jednote a zmyslu boli zničené. Nové systémy viery, snažiace sa nahradiť staré, však majú čoraz kratší životný cyklus. Naše najväčšie slabosti zaplňajú priestor existenciálnej priepasti: egoizmus, chamtivosť, závislosť, rasizmus, túžba po moci. Zanedbané, zatrpknuté, opustené duše zúfalo túžiace po návrate k skupinovej identite padajú do osídliel starých stádových mentalít, a tak sme v Európe svedkami návratu rasizmu, demagógie, nacionalizmu a kolektívnej toxickéj príslušnosti založenej na strachu a nenávisti.

Empatia je mladá. Je to nový most medzi oddeleným jednotlivcom a svetom. Zatiaľ to nie je zjednotenie so svetom ako celkom, s prírodou, vesmírom a zmyslom celého života, iba most medzi dvoma oddelenými ľuďmi, most medzi významom, ktorý jeden jednotlivec dáva svojej existenciálnej prázdnote v jej rôznych prejavoch a významami, ktoré svojej prázdnote prisudzujú iní. Možno nedokážem obnoviť úplné zjednotenie s existenciou ako celkom, ale aspoň na chvíľu môžem vďaka empatii obnoviť spojenie s jedným človekom. Možno nedokážem obnoviť istotu o zmysle života, ale môžem na chvíľu obnoviť porozumenie zmyslu života jedného človeka z jeho uhla pohľadu, nech je akokoľvek oddelený, zmätený, vystrašený či stratený. Na chvíľu je možné dosiahnuť pocit jednoty a zmyslu medzi dvoma ľuďmi, nie preto, že sa do seba zamilovali, čo je nekontrolovateľný dar osudu, nie preto, že sa obom podarilo utopiť ich osamelú existenciu a zážitky v alkoholickom opojení, či prostredníctvom inej formy závislosti, alebo úniku. Tento pocit jednoty medzi dvoma ľuďmi vznikol na základe vedomého, bdelého, opakovateľného procesu empatie – novej formy vnímania reality iného človeka z jeho vnútra.

Empatia je nová. Prvýkrát bola ako koncept a ideál zverejnená v roku 1951, skôr, než som sa narodil. Počas celého môjho života bola v rôznych stupňoch uvedomenia súčasťou môjho sociálneho, akademického a profesionálneho prostredia ako aktívne úsilie a jeho nespočetné zlyhania. Narodil som sa ľuďom, ktorí boli zaneprázdnení tvorbou novej krajiny, spoločnosti a idealistických komunít a vyrástol som ako jeden z nich. Pridal som sa k obranným silám svojej krajiny v stave vojny a strachu z fyzického zničenia s pozadím presiaknutým hrôzami holokaustu skôr, než som bol celú schopný to celé kriticky posúdiť. Vo chvíli, keď som toho bol schopný, opustil som túto nevedomú kolektívnu existenciu, krajinu a kmeň a stal som sa občanom ľudstva ako celku. Študoval som, pracoval a učil v osemnástich krajinách. Staré kolektívne mosty k jednote a zmyslu všade okolo mňa umierajú tak rýchlo, a každý pokus znovu ich použiť sa skôr či neskôr stáva chorým, ničivým, temným a neľudským.

A tam, v stave osoby bez štátnej príslušnosti, ktorý som si sám zvolil (žiadan migrant, ani utečenec mi nie je cudzí, hoci ja som sa ním rozhodol stať z vlastnej

vôle), som objavil nový most: metodickú empatiu. Začal som v experimentálnom divadle, pokračoval v terapii a konzultantstve a v ostatných rokoch rozvíjam metodickú empatiu prostredníctvom psychofonetiky ako lektor budúcich konzultantov v oblasti psycho-rozvoja.

Čo je potrebné na to, aby sme empatiu mohli rozvíjať metodicky a ako to súvisí s konštantnou krízou ľudskej duchovnej izolácie, o ktorej tu píšem?

Proces individualizácie je nezastaviteľný. Je to evolučná nevyhnutnosť rovnako bezpodmienečná, ako to, že dieťa vyrastie a stane sa dospelým. Temné dôsledky tejto izolácie sa tiež budú naďalej zhoršovať, pokiaľ sa z osamelého ľudského Ja nevynorí nová kultúrna evolučná realita, aby postavila nový most k jednote, zmyslu a pripojeniu. Iróniou je, že práve pripojiteľnosť sa v rámci technologického pokroku stala najväčším hitom post industriálnej spoločnosti. Dnes sa už skoro každý dokáže stlačením jedného gombíka pripojiť k ostatným. Nikdy predtým sme neboli zvonka tak „pripojení“ k tým druhým a ani tak izolovaní vo vnútri. Technická pripojiteľnosť je zúfalý pokus premostiť rastúcu priepasť medzi jednotlivcom a zvyškom sveta a obísť izoláciu ľudskej duše a ducha prostredníctvom technického riešenia, ktoré nevyžaduje vnútornú zmenu. Stratili sme sa vo vonkajšej pripojiteľnosti ktorá nepreklenie naše skutočné odlúčenie od seba navzájom, od prírody, od vesmíru, od seba samých a od zmyslu ľudskej existencie.

Empatia dokáže premostiť božské, ale len ak sa udeje vnútorná evolučná zmena: objavenie, otvorenie a mobilizácia skrytých pokladov, ktoré žijú v tomto novom nezávislom ľudskom Ja. Ja sa musí vyvíjať, aby sa dokázalo stať receptorom reality iného človeka z jeho uhla pohľadu. Pokým bude fungovať na úrovni bežného uvažujúceho vedomia, nedokáže to, bez ohľadu na najmodernejšie výdobytky v oblasti „pripojiteľnosti“.

Ako sa môže udať táto transformácia? Ľudské ja zahalilo pôvodnú jednotu so svetom, ktorú každé dieťa má, ako aj plnosť zmyslu ľudskej existencie, ktorú každé dieťa považuje za samozrejmosť, kým ju nestratí. Ja vrhlo tieň a bude sa vyvíjať, len ak tento tieň uzná, konfrontuje a premení. Toto je potenciálne v možnostiach každého ľudského Ja, ale nie bez vedomého úsilia.

Na začiatku úprimného aktu metodickej empatie – činu, ktorý stavia a prekračuje most medzi mnou a tebou – je uznanie, že ja, taký, aký teraz som, ťa nepoznám. Som oddelený od tvojej oddelenosti. Spoznal som tisíce ľudí v mnohých krajinách, ale teba, takého, aký teraz si, som ešte nestretol a nepoznám ťa. A keď viem, že neviem, aké je to byť tebou, potom môžem začať proces metodickej empatie. Ako? Plne konfrontujem svoju vlastnú izoláciu, ktorá ma oddeľuje od teba, od sveta, od zmysluplnej reality, a ktorú som vytvoril v procese vývoja nezávislého Ja. Ja vytvorilo izoláciu, a jedine Ja ju môže prekonať, avšak len vedome. Dané Ja a jeho bežné vedomie nemôže prekonať nevyhnutnú izoláciu Ja. Len Ja, ktoré priamo konfrontuje vlastnú skúsenosť izolácie, temnoty, neistoty, dokáže vyrásť ponad stav, ktorý samo vytvorilo.

Toto v psychofonetike voláme „paralelné procesovanie“: prehlbovanie povedomia o vlastnej individuálnej, osobnej, subjektívnej realite zároveň so stavaním mosta k sebauvedomeniu iného jednotlivca, z jeho uhla pohľadu. Je to skutočné, založené na dôkazoch, vysvetliteľné, korigovateľné, opakovateľné a metodické. Skrátka je to vedecké. Empatia je nový druh vedomia ktorý je možné vytvoriť medzi dvoma oddelenými jednotlivcami. Neexistuje nevedomá empatia. Neexistuje jednostranná

empatia. Viem, že ti rozumiem, keď mi *ty* povieš, že ti rozumiem. Bez teba môžem mať voči tebe sympatie, antipatiu, súcit, môžem ťa bez teba analyzovať, ale empatický k tebe bez teba byť nemôžem: ak *ty* necítiš, že ti rozumiem, empatia sa nekonala. Je ilúzia myslieť si, že ti rozumiem, pokiaľ ty nezažiješ moje porozumenie. Skutočná empatia sa deje v stretnutí medzi realitami dvoch jednotlivcov.

Aby som bol schopný empatie, musí moje Ja v stretnutí s vlastnou izoláciou vyvinúť nový druh sily vnímania: schopnosti Imaginácie, Inšpirácie a Intuície, ktoré mi umožnia Vidieť, Počuť a Poznať ťa z tvojho vnútra. A ty budeš vedieť, že ti rozumiem z tvojho uhla pohľadu.

Ľudské Ja, ktoré sa zaviazalo vyvinúť nezávislú individualitu, vytvorilo stav ľudského oddelenia od seba samého, od ducha, prírody, vesmíru, daného zmyslu, skutočnej komunity a ľudí navzájom. Jedine ľudské Ja môže prekonať tento stav izolácie prostredníctvom aktu seba-vnímania a seba-empatie, a zároveň vytvárať mosty do nového druhu spojenia so svetom. Začína to úprimnou snahou naozaj vedome stretnúť človeka vedľa seba. Láska na postavenie tohto nového mosta nestačí, ani súcit, sympatia, analýza, teórie či techniky. Je potrebná vnútorná zmena, nová sila vnímania, ktorá sa má vynoriť z individuálneho Ja. Voláme ju metodická empatia: nová kultúra komunity nezávislých jednotlivcov.