

Mojca Studen¹

Jamesovski okvir za klinično delo z neobičajnimi stanji zavesti: od radikalnega empirizma do terapijskega pluralizma

A Jamesian framework for clinical work with non-ordinary states of consciousness: From radical empiricism to therapeutic pluralism

Povzetek

Ta teoretični prispevek predlaga jamesovski okvir za klinično informirano delo z neobičajnimi stanji zavesti (NSZ) ter oblikuje tri uporabne izpeljave. (1) »Religiozne izkušnje« Williama Jamesa reinterpretera skozi radikalni empirizem kot disciplinirano metodo opisovanja doživetega pomena, vrednosti, afekta in odnosov kot podatkov, ob hkratnem zadržanju metafizičnih trditev; na tej osnovi vzpostavi terminološki most do holotropnega okvira kot hevristične, anahronistično omejene primerjave. (2) Jamesov pragmatizem uporabi za operacionalizacijo »praktične vrednosti« (»cash value«) skozi čas – z longitudinalnim spremljanjem (npr. prvi in drugi teden, po nekaj mesecih in po enem letu) ter kazalniki regulacije, funkcioniranja, odnosov, tveganj, narativne stabilnosti in utelešenja uvidov v ponavljajoča se dejanja. (3) Na podlagi Jamesovega pluralizma prispevek predlaga držo terapijskega pluralizma in klinični kompas, ki povezuje varnost in pragmatične izide; okvir je uporabljen pri primerih med terapijskim delom v NSZ, duhovno krizo in akutno psihozo, pri čemer se zagovarja etika brez redukcionizma in brez romantiziranja. Kratke vinjete ponazorijo različne prioritete stabilizacije in ustvarjanja pomena.

Ključne besede: William James, radikalni empirizem, pragmatizem, holotropna stanja zavesti, terapijski pluralizem

¹ Mojca Studen, univ. dipl. fizičarka, psihoterapevtka, mojca.studen@velosimed.com

Abstract

This theoretical paper proposes a Jamesian framework for clinically informed work with non-ordinary states of consciousness (NOSC) and develops three practical contributions. (1) It reinterprets William James's "religious experiences" through radical empiricism as a disciplined method of describing lived meaning, value, affect, and relations as data, while bracketing metaphysical claims; on this basis, it builds a terminological bridge to the holotropic framework as a heuristic comparison explicitly limited by anachronism. (2) It uses James's pragmatism to operationalize "cash value" over time through longitudinal follow-up (e.g., during the first and second week, after several months, and after one year) and indicators of regulation, functioning, relationships, risk markers, narrative stability, and embodiment of insights into small, repeatable actions. (3) Building on James's shift from monism to pluralism, the paper formulates a stance of therapeutic pluralism and a clinical compass grounded in safety and pragmatic outcomes. The framework is applied to cases between NOSC-oriented therapeutic work, spiritual crisis, and acute psychosis, arguing for an ethics of neither reductionism nor romanticization; brief vignettes illustrate differing priorities for stabilization versus meaning-making.

Keywords: William James, radical empiricism, pragmatism, holotropic states of consciousness, therapeutic pluralism

1.

Uvod

William James (1842–1910) stoji na prelomnem stičišču psihologije, filozofije in duhovnosti. Skupaj z Wilhelmom Wundtom (Thomas, 2021) je pomagal postaviti temelje eksperimentalne psihologije, vendar je psihologijo dosledno obravnaval kot preplet z filozofijo. V delu *The Principles of Psychology* (1890) je njegovo izobrazbo iz kemije, anatomije in fiziologije vgradil v naravoslovno razlago uma, pri čemer se je upiral zgolj mehanicističnemu zreduciranju zavesti na možganske procese.

Ta članek raziskuje prispevke Williama Jamesa k razumevanju religioznih in mističnih izkušenj ter razmišlja o njihovi relevantnosti za sodobno transpersonalno psihologijo ob ponovnem kliničnem, psihoterapevtskem in znanstvenem zanimanju za neobičajna stanja zavesti (NSZ). Članek ponuja teoretično in reflektivno razpravo, ki prepleta Jamesovo filozofsko in psihološko dediščino s kasnejšimi razvoji transpersonalne misli.

Ne nameravam ponavljati Jamesovih splošno priznanih prispevkov k transpersonalni misli, saj so bili ti drugje že obsežno obravnavani – na primer v pronicljivem članku Ryana (2008). Za novejšo sinoptično interpretacijo,

ki izrecno povezuje Jamesov pragmatizem, radikalni empirizem in pluralizem v koherenten filozofski temperament in praktični pogled, glej Stuhr (2023).

Jamesov radikalni empirizem in pragmatizem sta odprla urejen prostor za preučevanje anomalnih in izrednih izkušenj – tistega, kar je imenoval »religiozne izkušnje« – in kar danes pogosto obravnavamo pod krovnim pojmom NSZ. Znotraj te široke kategorije Grof uporablja izraz holotropna stanja zavesti (HSZ) za tista NSZ, ki so usmerjena k zdravljenju in transformativni integraciji (Grof, 1985). Članek gradim na tem razlikovanju, poleg tega uporabljam izraz holotropno delo (HD) za poimenovanje širšega longitudinalnega procesa, ki vključuje kontekst, ustvarjanje pomena in integracijo skozi čas: znotraj HD se lahko pojavi eno ali več časovno omejenih izkušenj HSZ kot izkustveno »jedro«, temu pa sledi eden ali več integracijskih procesov (Grof, 1985). James izraza holotropno ni uporabljal; uporabljam ga kot sodoben interpretativni okvir, da poudarim kontinuiteto s kasnejšimi transpersonalnimi raziskavami, hkrati pa priznam pomembne razlike v kontekstu, metodi in ciljih, ki jih ne gre zgladiti ali prezreti.

V tem članku obravnavam HSZ v treh klinično relevantnih kontekstih, v katerih se lahko poglobljena neobičajna izkušnja pojavi in – ob podpornih pogojih – razvije v integrativno HD. Prvič, HSZ je lahko namerno izzvano in integrirano znotraj terapevtskih ali strukturiranih transpersonalnih okvirov. Drugič, podobna fenomenologija se lahko spontano pojavi v duhovni krizi, kjer sta interpretativni okvir posameznika/ce in socialna mreža odločilna za to, ali se proces obrne v integracijo ali destabilizacijo. Tretjič, na skrajnem polu deregulacije se lahko duhovno obarvane izkušnje pojavijo znotraj akutne psihoze, kjer morajo pragmatični kriteriji varnosti in stabilizacije dobiti prednost pred ustvarjanjem pomena. Ta trojni okvir omogoča jamesovski pristop, ki naslavlja transformativni potencial, ne da bi izkušnje zreduciral na patologijo, obenem pa se izogne romantiziranju, kadar so prisotna tveganja in dezorganizacija.

Metodološko se članek opira na radikalni empirizem, kot je razvit v *Essays in Radical Empiricism* (James, 1976): na empirizem, ki kot legitimne podatke obravnava ne le čutne vsebine, temveč tudi neposredno doživete relacije – občutene povezave, vrednote, pomene, prehode in afektivne tonalitete. Hkrati radikalni empirizem ne zahteva metafizičnih sklepov o ultimativni naravi realnosti. V pragmatičnem smislu se epistemološka in klinična relevantnost HD presoja po njegovi »cash value« v življenju: po tem, kako skozi čas oblikuje integracijo, ravnanje, odnose in psihološko funkcioniranje (James, 1902). To podpira disciplinirano »fenomenologijo s posledicami« in omogoča preučevanje HSZ kot fenomenološko opisljivih, kontekstno občutljivih in psihoterapevtsko presojanih po njihovih življenjskih učinkih – brez redukcije na patologijo ali prehitrega potrjevanja kot metafizičnega razodetja.

V knjigi *Raznolikost religioznega izkustva* (*The Varieties of Religious Experience*) je James (1902, 2016) zbral prvoosebna poročila o izkušnjah, ki jih je poimenoval religiozne. Za potrebe tega članka ta poročila interpretiram v širšem okviru HSZ, pri čemer religiozne/mistične izkušnje obravnavam kot specifično podmnožico – s čimer razpravo razširim onkraj institucionalne religije in jo uskladim s sodobnimi raziskovalnimi besedišči (James, 1902). Sedanja analiza se osredotoča predvsem na tri dela – *The Will to Believe* (1897), *The Varieties of Religious Experience* (1902, 2016) in *A Pluralistic Universe* (1909) – ki skupaj ponašajo Jamesov napor, da subjektivne duhovne fenomene vključi v znanstveni diskurz, ter njegov premik k pluralističnemu svetovnemu nazoru. Jamesovi opisi religiozne izkušnje – neizrekljivost, noetičnost, prehodnost, paradoksalnost in pasivnost – se v veliki meri prekrivajo s kasnejšimi opisi HSZ, vključno z izkušnjami, podobnimi tistem, kar Maslow (1964) kasneje poimenuje »vrhunska doživetja«. Ključno je, Jamesovo nenehno poudarjanje: takšna stanja dobijo vrednost šele skozi smiselno integracijo v vsakdanje življenje – pragmatični kriterij, skladen z vrednotenjem HD po njegovih dolgoročnejših posledicah (James, 1902). Prepoznanje veljavnosti takšnih izkušenj zahteva premik onkraj toge dihotomije znanost proti duhovnosti. Jamesov projekt je relevanten tudi danes: anomalne izkušnje lahko vključimo v znanstveni diskurz tako, da se spoštujemo njihova empirična realnost, ne da bi jih zreducirali na patologijo.

V skladu s tem članek zagovarja, da Jamesov radikalni empirizem in pragmatizem ponujata rigorozno, neredukcionistično ogrodje za HD: holotropno izkustvo lahko obravnavamo kot legitimne izkustvene podatke in ga presojamo predvsem po njegovih življenjskih učinkih (»cash value«), medtem ko Jamesov pluralizem opozarja pred hierarhičnimi ali absolutističnimi interpretacijami NSZ. Članek naslavlja tri vprašanja:

- Kako Jamesov radikalni empirizem utemeljuje prvoosebne, odnosne in afektivne razsežnosti izkušnje kot legitimne podatke za raziskovanje HD, ob hkratnem zadržanju ontoloških trditev o ultimativni realnosti?
- Kako je mogoče Jamesov pragmatični kriterij »cash value« operacionalizirati kot psihoterapevtsko vodilo za vrednotenje holotropnega izkustva po njegovih življenjskih učinkih skozi čas (npr. integracija, ravnanje, odnosi, funkcioniranje), namesto po medicinskem redukcionizmu ali metafizičnem potrjevanju?
- V katerih pogojih Jamesov pluralistični pristop zahteva, da stabilizacija in varnost dobita prednost pred ustvarjanjem pomena, kadar holotropna stanja zavesti spremljajo deregulacija, dezorganizacija ali odnosna škoda?

2.

Metodološka opomba o terminologiji

V tem članku namerno nadomestim zgodovinski izraz Williama Jamesa religiozne izkušnje (religious experience) z bolj sodobnim in operativnim izrazom HSZ. Holotropno je izraz, ki ga je skoval Stanislav Grof; holotropno dobesedno pomeni »gibanje proti celosti« (holos = celota, trepein = gibati se proti). Ta izbira ni lahka, vendar izhaja iz prepričanja, da izraz religiozna izkušnja, kot ga je uporabljal James, pri sodobnih bralkah in bralcih tvega napačno razumevanje, saj priključuje institucionalne ali doktrinarne asociacije, ki jih James sam ni imel v mislih.

Čeprav širša kategorija NSZ zajema širok razpon spremenjenih stanj – od patoloških stanj (kot so delirij, demenca ali travmatska poškodba možganov) do duhovno pomenljivih izkušenj – niso vsa neobičajna stanja ugodna za psihološko ali duhovno zdravljenje in razvoj. Izraz HSZ uporabljam za opis specifične podmnožice NSZ, ki jo zaznamuje zdravilni, integrativni in transformativni potencial ter je močan nosilec psihološkega uvida, eksistencialne jasnosti in transpersonalnega pomena. To so vrste stanj, ki jih je William James v svojem delu raziskoval pod izrazom religiozne izkušnje. Čeprav James nikoli ni uporabljal izraza holotropno, se njegovi opisi mističnih in transformativnih izkušenj tesno ujemajo s tem, kar danes razumemo pod to oznako.

V tem članku holotropno delo (HD) uporabljam ne kot diagnozo ali vzročno razlago stiske, temveč kot celosten proces priprave, seanse HSZ in integracije – kot način, kako lahko oseba skozi intenziven notranji proces postopoma znova vzpostavlja bolj koherenten odnos do sebe, sveta in smisla. Z izrazom duhovna kriza označujem bolj spontano razvojno, eksistencialno prelomnico, ki lahko vključuje HSZ ter reorganizacijo identitete, vrednot in pomena, vendar se to uresniči šele prek integracijskega procesa (HD). Akutna psihoza pa je klinično stanje, v katerem so preverjanje realnosti, vedenjska organizacija in varnost lahko bistveno okrnjeni, zato zahteva hitro stabilizacijo in ustrezno klinično obravnavo. Ta področja se lahko prekrivajo, in prav to prekrivanje opisujem kot HSZ: skupno izkustveno polje, v katerem so fenomenologija, intenzivnost in tveganje lahko dovolj podobni, da ni niti natančno niti varno predstavitev zreducirati na en sam interpretativni okvir. Včasih proces vključuje mešanico obojega (duhovno–eksistencialno transformacijo in psihotično dekompenzacijo); zato ostaja vodilno načelo pragmatično: najprej varnost, podpora in stabilizacija, šele nato vprašanja pomena in integracije. V tem smislu pragmatični kriterij ne razsoja o metafizični »resnici« izkušenj, temveč o njihovih posledicah – ali skozi čas podpirajo funkcioniranje, povezanost in skrb zase ali pa stopnjujejo dezorganizacijo, izolacijo in tveganje.

Ann Taves (2009) na primer predlaga, naj se raziskovalci namesto obravnavanja »religiozne izkušnje« kot sui generis kategorije osredotočijo na to, kako posamezniki določenim dogodkom pripisujejo posebnost ali pomen. To dopolnjuje Jamesov pragmatični pristop in pomaga preokvirirati holotropna stanja na način, ki je hkrati empirično in fenomenološko rigorozen.

Pomembno je, da izraz holotropno tukaj uporabljam kot opisno in operativno kategorijo, ne kot ontološko trditev. Označuje razred izkušenj, za katere sta značilna transformativni potencial in integrativne trajektorije, ne da bi predpostavljali katerokoli specifično metafizično interpretacijo njihovega ultimativnega izvora. To je skladno z Jamesovim radikalnim empirizmom in pragmatizmom: izkušnjo jemljemo kot stvarno na ravni doživljanja, razlage pa ostajajo zavezane preverjanju v učinkih na življenje. Moja raba izraza holotropno je zato anahronistična, hevristična in interpretativna. Njen namen ni retroaktivno vsiliti Grofovega celotnega teoretskega sistema Jamesovi misli, temveč ponuditi konceptualni most, ki osvetli relevantnost Jamesovega radikalnega empirizma in pragmatičnega pristopa za sodobno transpersonalno psihologijo. Tako želim ohraniti fenomenološko jedro Jamesovih uvidov in jih hkrati umestiti v sodobni diskurz o HSZ – takšen, ki priznava tako raznolikost kot transformativni potencial teh stanj.

Zato bom v celotnem članku, kjer bo smiselno, uporabljala izraz holotropno v njegovem najširšem pomenu, izraz mistično pa bom prihranila za ožji pomen, kot ga opredeli James. Kategorijo religiozna izkušnja, čeprav je osrednja v Jamesovi lastni terminologiji, odložim, da se izognem neželenim teološkim konotacijam in podprem bolj vključujočo ter psihološko interpretacijo.

3. Izbor literature

Ta članek je zasnovan kot narativni (interpretativni) pregled s konceptualnim poudarkom. Korpus literature je bil oblikovan z namenskim vzorčenjem, ki ga je vodilo vprašanje, kako lahko William James v psihoterapevtskem kontekstu podpre pluralističen in pragmatičen pristop k NSZ oziroma HSZ. Vključevala sem tri sklope virov: (1) primarna Jamesova besedila (zlasti tista, ki obravnavajo radikalni empirizem, pragmatizem in religiozno izkušnjo), (2) izbrano sekundarno literaturo o Jamesu, ki pojasnjuje njegove ključne koncepte (npr. »cash value«, pluralizem in epistemski status izkušnje), ter (3) izbrano sodobno literaturo o HSZ, transpersonalni/eksistencialni psihologiji in psihoterapiji, kjer so izrecno obravnavana vprašanja kliničnega razločevanja, ustvarjanja pomena in integracije tovrstnih izkušenj. Izbor je sledil načelu konceptualne relevantnosti (dela, ki neposredno prispevajo k razjasnitvi ali problematizaciji osrednjih

konceptov članka) ter vpliva (temeljna dela, na katera se opirajo nadaljnje razprave). Korpus sem razširila tudi z veriženjem citatov iz ključnih besedil. Ker gre za narativni pregled, ne trdim, da je korpus izčrpen ali da sistematično pokriva celotno področje; cilj je kritična sinteza izbranih del ter vzpostavitev jasnega konceptualnega mostu med Jamesovo epistemologijo in sodobnimi kliničnimi dilemami pri delu s HSZ.

4.

Znanost in duhovnost: lažna dihotomija

Navidezno nasprotje med znanostjo in duhovnostjo že dolgo oblikuje zahodni intelektualni diskurz. Vendar ta dihotomija – pogosto razumljena kot samo-umevna – ni niti nujna niti zgodovinsko dosledna (Josephson-Storm, 2017). William James je bil med prvimi, ki jo je na sistematičen način izzval: zagovarjal je znanstveni pristop, ki ne izključuje subjektivne izkušnje, in duhovno raziskovanje, ki ni odvisno od dogmatične avtoritete.

Poenostavljen zgodovinski pogled (od sholastike prek materializma proti še nedokončani sintezi) ne more zajeti celotne kompleksnosti modernosti, vendar osvetli trdovratno napetost med racionalnim raziskovanjem in eksistencialnim smislom. Lahko bi rekli, da je naš Zeitgeist izgubil svoj Geist – duha, ki je nekoč oživiljal tako vero kot raziskovanje – in ga zdaj lovi v raztresenih, nepovezanih sledovih.

Po drugi strani pa je na primer sodobna kognitivna znanost postala bolj dovzetna za fenomenološke metode, kar podpira tudi delo na področju kibernetike drugega reda (Bateson, 1972). V tem ozračju postaja znanstveno vse bolj sprejemljivo, da subjekt preučuje subjektivnost.

4.1.

Nekaj kratkih vinjet o dihotomiji med znanostjo in duhovnostjo

Že en sam kontrast razcep nazorno pokaže. V nekem kontekstu se je Stanislav Grof spominjal, da so bila tisto, kar je sam poimenoval HSZ, v tradiciji njegove sorodnice iz staroselske severnoameriške skupnosti razumljena kot nekaj povsem običajnega (osebna komunikacija, 2015). V drugem kontekstu je znameniti (in verjetno apokrifni) stavek »v vesolju ni angelov«, pripisan Juriju Gagarinu, vsaj simbolno ujel moderno gesto sekularne gotovosti. Druge anekdote to ločnico mehčajo. Tudi Gagarin je pozneje, ko je Zemljo uzrl iz orbite, izražal občutek čudenja in ekološkega spoštovanja. Astronavt Edgar Mitchell je ob pogledu na naš planet iz vesolja opisal globoko mistično izkušnjo – pozneje prepoznano kot samadhi – vizijo, ki je trajno preoblikovala njegov pogled na svet.

Zgodovinsko gledano so se številne znanstvenice in znanstveniki gibali med rigoroznim materialnim raziskovanjem in metafizično domišljijo. Newton in

Bošković sta fizikalne teorije povezovala s teološkimi spisi. Wolfgang Pauli je zaradi znamenitega »Paulijevega učinka« – niza nepojasnjenih fizičnih motenj, ki so se dogajale okoli njega – poiskal Jungov nasvet, kar je vodilo tudi v njuno skupno razvijanje pojma sinhronicitete (Jung, 1952). Takšni primeri kažejo, da dihotomija med znanostjo in duhovnostjo nikoli ni bila absolutna.

Skupaj te vinjete ponazarjajo metodološko poanto članka: razcep med znanostjo in duhovnostjo ni niti brezčasen niti absoluten; Jamesov radikalni empirizem ponuja discipliniran način, kako obravnavati doživeti pomen kot podatek, ob hkratnem zadržanju metafizičnih trditev.

5. Znanstveni duh časa in odpor do preučevanja religioznih izkušenj

Za razumevanje prispevka Williama Jamesa je ključno, da njegovo delo umestimo v intelektualno ozračje poznega devetnajstega stoletja. James, rojen leta 1842, se je sprva posvečal umetnosti, nato pa se je usmeril v naravoslovne vede, ki so v intelektualnih krogih dobivale velik zagon. Na Harvardu je najprej študiral kemijo in anatomijo, pozneje pa medicino in fiziologijo. Svojo akademsko pot je začel kot profesor anatomije in fiziologije, nazadnje pa je bil imenovan za prvega profesorja psihologije v Ameriki. Prežet z znanstvenim duhom svojega časa je zagovarjal empirično metodo ter – v psihologiji in filozofiji – tudi lastna pristopa radikalnega empirizma in pragmatizma.

Jamesova odprtost do duhovnih vprašanj je bila tudi biografsko pogojena. Njegov oče Henry James st. je doživel globoko mistično krizo, ki je oblikovala njegovo ukvarjanje s Swedenborgovo mislijo; William mu je pozneje pisal: »Vse svoje intelektualno življenje dolgujem tebi« (Skrupskelis, 1997, str. 327–328). Tudi James sam se je spopadal s slabim zdravjem in obdobju hude depresije, ki so jih zaostrovali deterministične implikacije naravnih zakonov in grožnja, ki so jo te predstavljale svobodni volji; pozneje je religiozno in duhovno usmeritev opisoval kot ključno za okrevanje (Ryan, 2008). Ta osebna pot je utrdila njegovo vztrajanje, da duhovnega pomena ni mogoče podeliti z zunanjo avtoriteto in da ga ni mogoče v celoti prenesti z osebe na osebo – uvid, ki je motiviral njegov metodološki fokus na prvoosebna poročila (James, 1902). Čeprav je James kritiziral redukcionistični pozitivizem svojega obdobja, sodobni hibridni pristopi, kot je nevrofenomenologija, poskušajo integrirati subjektivnost v znanstvene okvire, ne da bi ji odvzeli pomen (Varela et al., 1999).

V Jamesovem času je znanstvena skupnost vse bolj zavračala tradicionalni teizem ter z nezaupanjem gledala na mistične in paranormalne pojave. »Medicinski materializem«, kot ga je imenoval James, je poskušal religiozne vizije

in ekstaze pojasniti v povsem patoloških terminih: vizijo svetega Pavla kot epileptični napad, ekstaze svete Terezije kot histerijo ali mistično nezadovoljstvo Georgea Foxa kot simptom prebavne motnje (James, 1902). Za Jamesa takšne redukcionistične razlage niso nagovorile eksistencialnega pomena in transformativne vrednosti teh izkušenj.

Hanegraaff (2012) podobno uokvirja izkušnje zunaj institucionalne religije in strogega racionalizma kot »zavrnjeno znanje« – vzorec, ki še naprej oblikuje kulturne odzive na mistično in HD. Hkrati pa imata tako James kot njegovo obdobje značilne slepe pege: James je včasih povzemal zaničevalne sodbe začetka evlucijskega obdobja o t. i. »divjakih« kot manjvrednih ali vraževernih (James, 1902) in pri tem spregledal kompleksnost predindustrijskih »tehnologij svetega«. S tem povezano sodobne ugotovitve o povezavah med ustvarjalnostjo/genialnostjo in družinskimi anamnezami hude duševne bolezni zahtevajo previdno interpretacijo: obstajajo korelacije, vendar ne dokazujejo vzročnosti (Read, 2014; Power, 2015).

Po drugi strani je bila ena od zanimivih potez takratnega duha časa oz. Zeitgeista moda spiritizma in spiritualizma. Kot je pokazal Josephson-Storm, se je »mit o odčaranju« oblikoval prav v času, ko je evropska in ameriška javnost – vključno z izobraženimi elitami – ostajala globoko vpeta v duhove, mesmerizem in sorodne »začarane« tokove. Spiritizem je razcvet doživel po tem, ko je Allan Kardec objavil svoje vplivne študije na to temo (Kardec, 1867). Seanse so bile v Jamesovem času običajen del družabnega življenja. Mnoge učenjaki ter intelektualci so se jih udeleževali in James pri tem ni bil izjema. Njegova »spiritistična muza« je bila gospa Piper – domnevni medij – ki jo je preučeval vrsto let. Ta kontekst pomaga pojasniti, zakaj je James iskal metodološko držo, ki bi takšne izkušnje lahko jemala resno kot podatke, ne da bi prezgodaj odločila o njihovi metafizični interpretaciji – impulz, ki se pozneje izteče v njegov radikalni empirizem in pragmatično vrednotenje izkušenj po njihovih posledicah.

V tej širši krajini se je James naslanjal tudi na naravno spekulativno filozofijo, zlasti na Gustava Fechnerja, ki je psihofizikalno merjenje združeval z metafizično zavezanostjo realnosti duha (James, 1909). Fechner je Jamesu predstavljal možen most med znanstveno in duhovno perspektivo, četudi metodološki problem »objektivnega« preučevanja subjektivnosti ni ostal razrešen. Jamesova lastna metoda je zato poudarjala »žive hipoteze«, bogate empirične zgled(e) in odpor do dogmatizma. Kot je trdil v *The Will to Believe* (1897), lahko tako vera kot prepričanje igrata legitimno vlogo v znanstvenem raziskovanju – pod pogojem, da sta informirana in kritično preizprašana, ne pa slepa ali nereflektirana vera oziroma prepričanje.

6. Radikalni empirizem kot metoda dela z izkušnjo

6.1. Zakaj je James še vedno pomemben: »izkušnja« kot celotno odnosno polje

Jamesova vztrajna provokacija je preprosta: če psihologija trdi, da preučuje človeško življenje, ne more zavreči celih razredov izkušenj zgolj zato, ker jih je težko meriti, ker so kulturno sporne ali ker so epistemološko neukrotljive. Njegov radikalni empirizem razširi, kaj sploh šteje kot podatek: ne le čutne vsebine, temveč tudi afektivne tonalitete, pomene, impulze in – kar je ključno – relacije, kot so doživete. V Jamesovem smislu relacije niso naknadni miselni »dodatki«; so del izkustvenega polja samega (James, 1976). Takšno relacijsko branje radikalnega empirizma utrjuje tudi novejša literatura, ki v ospredje postavlja Jamesovo ontologijo relacij ter prožen, dinamičen značaj izkušnje (Stuhr, 2023, pogl. 6).

Metodološko to ponuja praktično disciplino: začni pri opisu in šele nato preidi k interpretaciji. V sodobnem jeziku je radikalni empirizem podoben skrbni fenomenološki drži: prednost daje »kako« izkušnje pred vprašanjem »kaj v končni instanci je«.

6.2. Metoda v praksi: izkustveni »zemljevid zaporedja«

Da bi načelo »najprej opis, šele nato interpretacija« postalo uporabno v praksi, predlagam preprost jamesovski zemljevid zaporedja. Uporaben je tako v integracijskih seansah kot pri ocenjevanju psihoterapevtskega dela v HSZ ali v duhovni krizi z vidika klienta/ke:

1. Tekstura na nivoju fenomena: Kaj je bilo zaznano, občuteno, zamišljeno in telesno doživeto?
2. Časovni tok: Kako se je izkušnja razvijala (prag/vstop, nato vrh, nato razrešitev)?
3. Odnosno polje: Kateri odnosi so bili prisotni – jaz/drugi, jaz/svet, del/celota, grožnja/smisel?
4. Afektivna logika: Katero čustveno »resnico« je izkušnja nosila (strah, strahospoštovanje, žalost, ljubezen, sram, olajšanje idr.)?
5. Interpretativni sloj: Katera pojasnila so se oblikovala skozi proces integracije (duhovna, psihološka, medicinska, simbolna idr.)?
6. Vedenjski impulz: K čemu je izkušnja vabila ali kaj je terjala (umik, priznanje, dejanje, ustvarjanje, poprava, sprememba idr.)?

Ta metoda preprečuje prezgodnje zapiranje pomena. Hkrati omogoča priznati tisto, kar je James imenoval intenzivno osebni značaj takšnih stanj – ne da bi katerokoli posamezno metafizično razlago povzdignile v obvezno resnico za

vse, ali pa dovolile, da izkušnja prehitro zbledi in se stanjša v zgolj zgodbo.

Na primer oseba v HSZ poroča: »Postala sem eno z vsem« (odnosno – noetično), občutila je preplavljajoče sočutje (afektivno – neizrekljivost) in na novo ovrednotila življenjske prioritete (doživeti smisel). Jamesovski pristop vpraša: katere so fenomenološke značilnosti (vključno z relacijami/afektom/smiselom ...)? Kakšna je nato celotna trajektorija HD: vztrajna integracija, boljši odnosi, bolj stabilno funkcioniranje – ali pa nestabilnost, grandioznost, izogibanje? (»cash value«). Vse to lahko naredimo ob izrecnem zadržanju vprašanja: »Ali je bilo to objektivno, metafizično res?« Subjektivna izkušnja tako postane legitimno področje raziskovanja s pravili: vključitev relacij/afekta ob zadržanju ontologije ter vrednotenje po življenjskih učinkih.

Takšen pristop je posebej skladen s psihoterapevtskim delom v HSZ in z razumevanjem HD kot celotnega holotropnega procesa: procesa, ki zajema pripravo, časovno omejeno HSZ in integracijo skozi čas – ker varnost, podporno odnosno polje in ustvarjanje pomena izrecno obravnava kot konstitutivne dele fenomena, ne pa kot zunanje spremenljivke.

Odprti dialog (Seikkula idr., 2011) in Soteria (Calton idr., 2008) na primer v sodobnem kliničnem jeziku artikulirata isto držo do akutne psihoze, kot jo najdemo pri Perryju (2020) in v odnosnem pristopu Friede Fromm-Reichmann (1960): neobičajne/psihotične izkušnje se obravnavajo kot potencialno smiselna komunikacija in kot procesi, ki se lahko konstruktivno razprejo, kadar so zagotovljeni varno polje, toleranca do negotovosti in čas za integracijo (Seikkula idr., 2003). To držo je mogoče brati tudi kot praktično uporabo Jamesove radikalno-empirične metode: kolikor relacije – občutena uglasitev, medosebno ozračje, prehodi med stanji in doživeto vrednotenje – pripadajo izkušnji sami, terapevtsko »polje« ni sekundarno, temveč konstitutivno za to, kar opazujemo in s čimer delamo v HSZ.

7. Pragmatizem kot kriterij integracije holotropnih izkušenj

7.1. Jamesova »cash value«: vprašanje, ki varuje tako globino kot prizemljenost

James je predlagal dva komplementarna načina približevanja temu, kar je imenoval »religiozne izkušnje«. Prvi je ontološki oziroma eksistencialni in se izraža v vprašanju: »Kakšna je njegova narava?« Drugi je pragmatičen, usmerjen v pomen in vrednost: »Kakšna je njegova pomembnost, ali pomen?« (James, 1902).

V svojih ontoloških razmislekih je James opazil, da so številne religiozne ali mistične genialne osebnosti kazale poteze, ki jih pogosto štejemo za patološke

– čustveno intenzivnost, melanholijo, transe, vizije ali slušne fenomene –, vendar njegovo težišče ni bila patologija kot taka, temveč transformativni potencial izrednih stanj. Njegovi opisi se tesno ujemajo s tem, kar bi poznejše transpersonalne raziskave poimenovala holotropno delo (HD) – zlasti z dramatičnimi, »vročici podobnimi« epizodami, ki globoko zaznamujejo osebnost. Metodološko je Jamesov radikalni empirizem subjektivna poročila legitimiral kot psihološke podatke, njegov pragmatizem pa je vztrajal, da je treba izkušnje vrednotiti po njihovih posledicah – po njihovi »cash value«. Kot pravi, je empirični preizkus v tem, da »morajo biti njeni sadovi dobri za življenje« (James, 1902, lok. 43994), in da »mistična resnica obstaja za posameznika/co, ki doživi vznesenost, in za nikogar drugega« (James, 1902, lok. 43996). Svaril je tudi pred tem, da bi takšna stanja skrčili na »površinsko medicinsko govorjenje«, in poudarjal, da moramo raziskovati njihove »sadove za življenje« (James, 1902, lok. 44236).

Ta perspektiva močno odmeva v Grofovi poznejši zahtevi, da morajo biti sadovi HSZ integrirani v vsakdanje življenje, če naj se uresniči njihov polni transformativni potencial (1985). V zahodni kulturi so bila HSZ skozi zgodovino pogosto predmet strahu, marginalizacije ali patologizacije, medtem ko so jih v številnih predindustrijskih družbah gojili s skrbjo in spoštovanjem. V teh kontekstih so pripravo, ritualno uokvirjanje in integracijo razumeli kot bistvene (Winkelman, 2013). Jamesov pragmatični pristop je zato mogoče razumeti kot most med temi tradicionalnimi praksami in sodobnim znanstvenim preučevanjem zavesti.

Z antropološke perspektive je znanost notranje izkušnje starodavna. Šamanizem, ki sega vsaj 30.000 let v preteklost, predstavlja prvo sistematično človeško držo do zdravljenja, učenja ter navigiranja osebnih in kolektivnih izzivov. Notranja potovanja skozi HD niso bila omejena na šamane, temveč so tvorila deljeno epistemologijo, v kateri je bila subjektivna izkušnja primarni vir znanja (Winkelman, 2013; Eliade, 1964). Mistične tradicije so se pozneje razvijale iz teh korenin in pogosto uporabljale tehnike spreminjanja zavesti za raziskovanje notranjih pokrajin, ki jih je James kasneje opisal. Predindustrijske družbe so razvile sofisticirane metode za induciranje, vodenje in integracijo takšnih stanj, pri čemer so prepoznale tako njihov transformativni potencial kot tudi njihova inherentna tveganja.

Tudi znotraj krščanske tradicije so bile mistične izkušnje pogosto zatirane, saj naj bi se občutek svetosti in Božja beseda posredovala le prek cerkvene avtoritete. Pozneje je pozitivistična znanost dodatno marginalizirala legitimnost subjektivne izkušnje (HSZ). Po eni strani nam je moderna znanost dala izjemne dosežke – novo znanje, tehnološki razvoj, industrijsko revolucijo in bistveno višjo kakovost življenja. Po drugi strani pa so njene rigorozne metode spodbujale tudi vizijo vesolja kot hladnega, oddaljenega in neosebnega – kozmosa,

nepredstavljivo prostranega, negostoljubnega za človeško življenje in na videz brez smisla. V takšnem okviru človekovo hrepenenje po globokem spoštovanju in očaranosti tvega, da utihne. Pri Jamesu, kakor v mnogih duhovnih tradicijah, postane ponovno začaranje zunanjega sveta možno šele z obratom navznoter – skozi brezčasno prakso »Spoznav samega sebe.«

James je sam obžaloval, da v HSZ ni mogel zlahka spontano vstopati. Da bi jih globlje razumel, je eksperimentiral s snovmi, kot so kloral hidrat, amil nitrit, dušikov oksid in pozneje pejotl (James, 2012): »Ko se ozrem na lastne izkušnje, se vse zlivajo v nekakšen uvid ... kakor da bi se nasprotja sveta, katerih protislovnost in konflikt ustvarjata vse naše težave in skrbi, stopila v enost« (James, 1902, lok. 43709).

Ti odlomki kažejo, da je James HSZ dojemal ne le kot nekaj, kar je diskontinuirano z običajno zavestjo, temveč kot nosilce potenciala za spravo in transformacijo.

7.2.

Integracijski kompas, izpeljan iz pragmatizma

Jamesov pragmatični kriterij, naveden spodaj, prevedem v integracijski kompas za holotropno delo (HD) s petimi področji, usklajenimi z dolgoročnimi področji sprememb, ki jih meri vprašalnik Holotropic Work Long-term Changes Survey (Studen, 2021a):

- Regulacija: Ali se oseba premika k večji stabilnosti živčnega sistema (spanje, apetit, prizemljenost, umirjenost, notranji mir ...)? Ali oseba opaža spremembe na področjih, kot so telesno zdravje, obvladovanje stresa in simptomov travme, splošno dobro počutje ter zmožnost uživanja v življenju?
- Povezanost: Ali postajajo odnosi bolj resnični, povezani in medsebojno uglašeni – ali pa bolj izolirani, konfliktni in umaknjeni? To vključuje povezanost ne le z drugimi ljudmi, temveč tudi z naravo/okoljem in – kjer je relevantno – z duhovnostjo ter estetsko izkušnjo, kolikor to krepi povezanost in ne ločevanja.
- Etična koherenca: Ali izkušnja širi odgovornost, skrb za posledice – ali pa opravičuje impulzivnost, egotističnost ali grandioznost? Ali oseba razvija jasnejši občutek življenjskega namena? Ali postaja bolj zavedna in bolj zmožna empatije, altruizma in – kadar je to ustrezno – samonadzora ali žrtvovanja v službi tega, kar ceni?
- Stik z realnostjo: Ali ustvarjanje pomena sobiva z vsakdanjim funkcioniranjem ali ga zanemara? Ali oseba postaja bolj prožna in bolj zmožna soočanja s stresom in travmo? Ali lahko duhovni ali transpersonalni material integrira na prizemljen način – tako, da uvid podpira vsakdanje življenje, namesto da bi ga nadomestil?

- Svoboda/odgovornost: Ali oseba pridobiva izbire – avtonomijo, prožnost, prizemljen občutek smeri in zmožnost odgovornega ravnanja – ali pa jo začnejo voditi (prisiljevati) interpretacije, znamenja ali sinhronicitete?

To ni moralistični kontrolni seznam. Je pragmatično varovalo pred dvema pogostima napakama: patologiziranjem vsega neobičajnega in poduhovljenjem vsega intenzivnega ali grandioznega.

Jamesov pragmatistični pogled zato psihoterapevtsko evalvacijo uokvirja v termin "cash value": vrednost takšnih procesov se ne presoja po tem, kako veličastna ali metafizično prepričljiva je razlagalna naracija, temveč po njihovih življenjskih posledicah – stabilizaciji, večji odnosni koherenci, utelešenih premikih v navadah in večji zmožnosti odgovornega delovanja. Namesto prehitre interpretacije ali redukcije na diagnozo je osrednje psihoterapevtsko dejanje »biti-z«: empatična resonanca, dialoško sooblikovanje pomena in opora odnosne mreže omogočijo, da proces doseže doživeto razrešitev ali novo koherenco (Seikkula idr., 2011; Calton idr., 2008). Ključno je, da ta usmeritev validira izkušnjo, ne da bi avtomatično potrjevala faktografski status vsake trditve, ki se lahko v njej pojavi, in da daje prednost stabilizaciji, kadar se tveganje poveča.

7.3. Integracija kot utelešenje: James o navadi, ponavljanju in »drugem rojstvu«

Jamesa se pogosto navaja zaradi njegovih idej o mysticismu, vendar je njegova psihologija navade enako relevantna: transformacija postane realna tedaj, ko se uteleša v ponavljajočih se, vsakdanjih mikro-izbirah. Integracija zato ni dokončana zgolj z razlago. Vidna postane v dnevni ritmi in odnosnih vzorcih.

Naravno se izriše tridelni integracijski lok:

1. Stabilizacija: zmanjšati vznemirjenost, obnoviti spanje, podpreti telo, zmanjšati stimulacijo.
2. Ustvarjanje pomena: fenomenološko raziskovanje; dovoliti, da se simbolna naracija izoblikuje, ne da bi vsilile eno samo »pravilno« ontologijo.
3. Utelešenje: uvid prevesti v majhna, ponovljiva dejanja (meje, popravilo, ustvarjalno izražanje, služenje, ritem, utelešenje novih uvidov ...). To je mogoče spremljati longitudinalno, z bolj pogostimi preverjanji na začetku (npr. v prvem in drugem tednu), nato pa z nadaljnjimi kontrolami po nekaj mesecih in po enem letu (Studen, 2020a).

Ta lok je skladen tako z Jamesovim pragmatizmom kot s kasnejšimi poudarki holotropne integracije, hkrati pa dopušča pluralne pomene in izbiro integracijskega pristopa, prilagojenega posameznemu primeru (Bathje idr., 2022).

Vendar jamesovska ideja »cash value« razkrije zahtevo resne integracije: »optimizacija notranje naravnosti in zunanjega konteksta« (»set & setting«)

(Patch & Smith, 2025; Pronovost-Morgan idr., 2025) je potrebna, ni pa zadostna. »Optimizacija notranje naravnosti in zunanjega konteksta« lahko zmanjša tveganje in podpre globino HSZ, toda brez strukturirane metodologije lahko klienti (a) ne prepoznajo fenomenologije HSZ, (b) ne navigirajo odnosne dinamike, ki je izkušnji lastna, in – ključno – (c) ne sledijo temu, kako se pomen po seansi spreminja. V Jamesovem pragmatističnem smislu na koncu ni odločilna intenzivnost vrhunca ali ponavljanje mantre »set & setting«, temveč »cash value« celotnega HD skozi čas: ali spodbuja regulacijo, povezanost, etično koherenco in stabilno funkcioniranje – ali pa zdrsne v poslabšanje.

Zato je HD mogoče operacionalizirati kot longitudinalni proces s tremi povezanimi segmenti – pripravo, izkušnjo in integracijo. V teh segmentih varnost, sprejetost in podpora niso zgolj »ozadje«, temveč merljive procesne spremenljivke; nekatere udeležence in udeležence pa je mogoče spremljati skozi leta, da se oceni, ali se integracija utrjuje ali razkaja (Studen, 2021a).

8. Jamesova ideja pluralizma religiozne izkušnje in struktura realnosti

Jamesova poznejša besedila razkrivajo postopni premik od monizma k pluralističnemu pojmovanju tako religiozne izkušnje kot same realnosti. Ta prehod je mogoče zaslediti že v delu *The Varieties of Religious Experience* (1902, 2016), kjer monistični podtoni še ostajajo, vendar postane povsem ekspliciten v delu *A Pluralistic Universe* (1909), kjer James odločno opusti predstavo o absolutni enosti v prid množstvu in raznolikosti.

Razvoj znanstvene paradigme, ki bi bila – kot si jo je zamišljal James – sposobna nagovoriti religiozne in transpersonalne razsežnosti človeškega življenja, je mogoče orisati v treh ključnih korakih:

1. Priznanje človeške izkušnje kot realne in zato kot legitimnega podatka za psihologijo in filozofijo.
2. Prepoznanje pluralizma religioznih in duhovnih potreb ter izkušenj človeštva.
3. Zavračanje – čeprav ne vedno izrecno – hierarhičnih pojmovanj HSZ na splošno ter namesto tega sprejem resnično pluralističnega pogleda na zavest in realnost, to je tema, ki je implicitno prisotna v njegovih poznejših spisih. V nadaljevanju bom vsakega od teh korakov obravnavala posebej.

8.1. Sprejemanje človeške izkušnje kot epistemsko realne

James je vztrajal, da mora biti subjektivna izkušnja – misli, čustva, mistična stanja, odnosno polje – obravnavana kot legitimni podatek za psihološko in filozofsko raziskovanje. V tem pogledu njegov radikalni empirizem odmeva s

sočasno Husserlovo fenomenologijo, čeprav sta se njuni usmeritvi razlikovali: James se je umeščal v pragmatizem, Husserl pa v transcendentalno fenomenologijo. Kljub temu sta oba poudarjala pomen zadržanja vnaprejšnjih predpostavk (epoché) ter pozornosti na neposrednost doživete izkušnje.

Jamesova razmišljanja so pogosto anticipirala ključne uvide, ki so jih pozneje razvijali eksistencialistični misleci. Poudarjal je, da je individualnost ukoreninjena v čustvenem življenju in da so subjektivne sile »bolj realne kot objektivna realnost« (James, 1902). Za Jamesa mistična izkušnja ni bila nekaj, kar bi bilo vsiljeno od zunanje avtoritete, temveč je izvirala iz biološkega in eksistencialnega imperativa – iz osebnega popotovanja od nelagodja k odrešitvi. Te ideje napovedujejo poznejše poudarke utelešenja, umeščene subjektivnosti in primata konkretne eksistence v človeški izkušnji. Tudi novejša raziskovanja Jamesa poudarja pluralizem kot pragmatično utemeljen v konkretnih doživetih razlikah, ne pa v abstraktnih dokazih, ter ga obravnava kot nedokončano, ne-totalizirajočo držo (Stuhr, 2023, pogl. 7).

8.1.1. Več iste kakovosti

James opaža, da religiozna oseba »postane zavestna, da je ta višji del so-mejen in kontinuiran z VEČ iste kakovosti, ki deluje v vesolju zunaj nje« (James, 1902, lok. 46055). Zanj lahko predaja nemirnega ega neznanemu odpre možnostčasne odrešitve – nekaj, kar bi danes z jezikom teorije kompleksnosti lahko opisali kot doseganje bifurkacijske točke, kjer se energija/vzorec skozi prehodni kaos reorganizira in se pojavi nova kakovost jaza in pogleda na svet.

Resnična transformacija ne zahteva le odprtosti, temveč tudi zmožnost hvaležnosti, sočutja in zavestne predaje nečemu, kar presega posameznika – lastnosti, ki se oblikujejo z zrelostjo in pogosto tudi skozi pozorno prenašanje trpljenja in frustracije. V Jamesovem izrazu bi ta proces lahko poimenovali dobro poučena vera. HD daje potreben impulz za ta skok v neznano: pripravi nas, da »umremo in se ponovno rodimo« znova in znova, kot je ta proces prepoznal tudi James. Rast, ki sledi, ni preprosto še več istega – je nova kakovost zaznavanja in razumevanja. Prav zato so takšne izkušnje pogosto neizrekljive in noetične: preoblikujejo samo strukturo pomena, namesto da bi zgolj okrepile običajno izkušnjo. Jezik opisa takšne izkušnje bo nastajal skozi zavestni in temeljiti integracijski proces. Zato potrebujemo dobro poučeno vero. James je to implicitno pokazal, ko je primerjal pogled »dvakrat rojenih«, katerih zavedanje integrira tako radost kot trpljenje, z bolj površinsko vedrino »enkrat rojenih«:

»Pogled na življenje dvakrat rojenih – ker v izkustvu nosi več elementa zla – je širši in popolnejši ... Ne obide zla, zlo je preseženo in vključeno v višji religiozni vedrini teh oseb« (James, 1902, lok. 45633).

8.1.2. Posploševanje, abstrakcija in konkretna izkušnja

James je trdil, da filozofija pogosto tvega, da se ukvarja zgolj s simboli realnosti, kadar ostaja na ravni abstraktnega ali kozmičnega. Nasprotno pa – ko svojo pozornost obrne k zasebnim in osebnim fenomenom – naleti na realnost v njenem najpolnejšem smislu. Po Jamesu običajna logika rada nadomešča doživeto realnost z abstraktnimi pojmi. Iz tega nastane to, kar je imenoval »tanko mišljenje«: suho, racionalno, linearno, nagnjeno k posploševanju, poenostavljanju in prezgodnjim zaključkom. Takšna »tanka« filozofija ne zmore zajeti bogastva doživete izkušnje, ker se zapira v abstrakcije – monizem, dualizem, absolutne hierarhije – kjer se človeška logika počuti najbolj doma. James je sam prepoznal slabost takšne logike, ki se pogosto vrti v krogu: »Za golo logiko ima vsako vprašanje odgovor že v sebi ... Zato logika v življenju ne najde vzgiba, le vztrajanje. Teče, ker teče. Razodetje pa doda: teče, ker je teklo in ker teče.« (James, 1902, lok. 43738).

Nasprotno se »gosto mišljenje« začne pri konkretni izkušnji. Ne potlačuje subjektivnega, temveč ga sprejme. Fechner je Jamesu ponudil močan zgled: v svojih fenomenoloških opazovanjih narave je Zemljo opisal kot živo, kot »angela« – kot vizijo preobrazbe, v kateri se je navaden svet pokazal prežet s pomenom (James, 1909). Takšne izkušnje je lahko hitro odpraviti kot fantastične, vendar pravzaprav ponazarjajo to, kar je James imenoval »gostota«: način videnja – ali bolje, dojemanja – ki spoštuje hkrati fizično in psihično, konkretno in simbolno. Kot je zapisal James: »Absolutni idealizem, ki o realnosti misli samo v intelektualnih formah, ne ve, kaj bi s 'telesi' katerekoli stopnje ... Nastala tankost je osupljiva, če jo primerjamo z gostoto in členjenostjo takšnega vesolja, kakršnega slika Fechner« (James, 1909). Poznejši misleci, kot je Ervin Laszlo (1995), so poskušali podobno vizijo podpreti tudi znanstveno, s predlogom vesolja, ki je medsebojno povezano, živo in zavestno.

Ta usmeritev je preoblikovala tudi Jamesovo razumevanje religije. Zanj bistvo religije ni bilo dogmatično pojmovanje Boga, temveč okrepitev življenja samega: »BOG NI SPOZNAN, BOG NI RAZUMLJEN; BOG SE UPORABLJA – Ne Bog, temveč življenje, več življenja, večje, bogatejše, bolj zadovoljujoče življenje je, v zadnji analizi, cilj religije. Ljubezen do življenja, na katerikoli ravni razvoja, je religiozni vzgib« (James, 1902, lok. 46014).

Tu najdemo seme njegovega pluralizma: religija, mistično in Bog niso abstrakcije, ki bi kazale na eno samo ultimativno resnico, temveč raznolike, doživete realnosti, vsaka ukoreninjena v konkretni človeški izkušnji.

8.2. Pluralizem transpersonalnih potreb in izkušenj

James je zagovarjal, da ne obstaja ena sama oblika religioznega ali mističnega življenja, temveč širok pluralizem izkušenj, pri čemer je vsaka na svoj način legitimna. »Božansko,« je zapisal, »ne more pomeniti ene same kakovosti; pomeniti mora množico kakovosti« (James, 1909, lok. 45620). V *The Varieties of Religious Experience* pa je občasno vendarle težil k temu, da je nekatere izkušnje razvrščal kot »višje« oziroma bližje Bogu. Kasneje, v *A Pluralistic Universe*, je pluralizem v celoti sprejel in zavrnil idejo, da bi bilo mogoče vse perspektive podrediti eni sami absolutni perspektivi.

Ta premik se ujema s Ferrerjevim participatornim pristopom v sodobni transpersonalni teoriji: duhovne izkušnje nujno ne razkrivajo ene univerzalne metafizične realnosti, temveč jih lahko razumemo kot participatorne dogodke, so-ustvarjene skozi utelešeno vpletenost v sveto (Ferrer, 2002). Fechnerjev vpliv je tu ključen: njegova predstava, da so psihične sile enako temeljne kot fizične, podpira vizijo realnosti kot federacije so-obstoječih perspektiv in ne kot enega monističnega »imperija«.

James opozarja tudi pred antropocentrično projekcijo, ko razmišljamo o zavesti onkraj človeškega. »Večina med nami ... naredi napako, da analogijo uporablja preveč dobesedno in ne dopušča nobenih razlik« (James, 1909, lok. 50952). Zato – tudi če raznolike izkušnje izvirajo iz skupnega »kaosa senzacij« – so lahko njihovi svetovi radikalno drugačni od našega: »Drugi umi, drugi svetovi ... Kako zelo različni morajo biti svetovi v zavesti mravlje, sipe ali raka!« (James, 2012, lok. 6472).

Iz te perspektive je posploševanje lastne osebne mistične izkušnje v univerzalno sporočilo globoko problematično. Ko posamezniki svoje zasebne razodetja zamenjajo za zavezujoče resnice, ki jih je treba vsiliti drugim, je rezultat pogosto to, kar je Grof (2000) opisal kot stanje »obtičanja« med perinatalnimi matrikami – namesto integracije pride do odigravanja (acting out) izkušnje. Grof je to nedokončan geštalt natančno poimenoval gurujski ali mesijanski kompleks oziroma mesijanska blodnja (1985). Ta dinamika je v ozadju nastajanja rigidnih religij in kultov, kjer se živo jedro duhovne izkušnje skodira v pravila, prepovedi in prazne rituale – pogosto prav v nasprotje izvirnega transformativnega srečanja z božjim. James je poudarjal, da je avtentična religiozna izkušnja vedno osebna: »Religiozno mišljenje poteka v terminih osebnosti, saj je to v svetu religije temeljno dejstvo. Danes, prav tako kot v katerikoli prejšnji dobi, ti religiozna oseba pove, da jo božansko sreča na podlagi njenih osebnih skrbi« (James, 1902, lok. 45684).

S pragmatičnega vidika to pomeni, da vsaka oseba svet zaznava in interpretira s svojega zornega kota. Vsaka takšna perspektiva je legitimna, pa čeprav se drugim lahko zdi protislovna. Kljub temu radikalni pluralizem odpre resen izziv:

kako razlikovati med konstruktivnimi in destruktivnimi izkušnjami, ne da bi zdrsnile v popolni relativizem? To vprašanje ostaja odprto tako v znanstvenih kot v duhovnih pristopih k HSZ. Pragmatično varovalo pred golo relativizacijo je Jamesov kriterij »cash value«: relevantnost izkušnje se preverja po njenih življenjskih posledicah skozi čas – posebej takrat, ko je izkušnja držana in integrirana znotraj doslednega HD, ne pa obravnavana kot samoupravičujoče razodetje.

Nasprotno pa poskusi univerzaliziranja ali vsiljevanja lastne vizije tvegajo, da pluralizem znova zrušijo nazaj v monizem. James je občasno namignil, da je resnica razpršena po mnogih perspektivah in da šele v njihovem stiku nastane celovita slika. Vendar prav podoba »celovite slike« ponovno uvede logiko monizma in absolutov. Resnično pluralistična vizija pa prepozna, da realnost sestavljajo mnoge različice, ravni in platoji. Ti platoji so med seboj izključujoče – na primer hkrati ni mogoče prebivati v dualistični, razlikujoči zavesti in v nedualnem uvidu. Pluralizem zato ni izbira, temveč sam pogoj eksistence.

Jamesov pluralizem sprejema več ravni in platojev; izkušnje brez prezgodnje sinteze. V svojih predavanjih o Fechnerju postavlja »tanke« absolute nasproti »gostim« opisom, ki ohranijo doživeto bogastvo, ter opozarja, da absolut ponuja »hladno tolažbo« in uvaja »strupene težave« (James, 1909, lok. 50707). Pluralizem tako deluje ne le opisno, temveč tudi kot zaščita pred abstrakcijo, hierarhijo in vsiljeno enotnostjo.

8.3. Od metafizičnega pluralizma k terapevtskemu pluralizmu

V delu *A Pluralistic Universe* James odločno zavrne totalizirajoči monizem in namesto tega zagovarja realnost, sestavljeno iz množstva, delnih povezav in pristne novosti. Psihoterapevtsko to podpira držo, ki jo poimenujem terapevtski pluralizem: zmožnost držati več razlagalnih zemljevidov hkrati, ne da bi jih zrušile v eno samo obvezno zgodbo.

Pluralizem ni relativizem. Kompas je skupen: najprej varnost, nato podpora in »cash value«. Ko oseba poroča o holotropni oziroma duhovno nabiti epizodi (HSZ), je lahko hkrati relevantnih več zemljevidov:

- Biološko/fiziološki: vzbujenost, pomanjkanje spanja, substance, učinki dihalnih tehnik idr.
- Psihološki: aktivacija travme, navezanost, disociacija, regulacija pomena, ganjena osuplost idr.
- Eksistencialno/duhovni: poklicanost, moralno prevpraševanje, spreobrnjenje, prenova, srečanje z ultimativnim idr.
- Medosebni/sistemski: konflikt, izolacija, pripadnost, cikli prekinitve in obnove povezanosti idr.
- Kulturni: arhetipski simboli, so-udeleženos, stigma, religiozni jezik idr.

Pluralistična drža sprašuje: kaj vsak zemljevid osvetli in kaj spregleda? Cilj ni razglasiti enega »zmagovalca«, temveč preprečiti redukcionizem ter izbrati intervencije, ki so *zdaj* najvarnejše in najbolj podporne. Sodobne razprave o etiki in kompetentnosti v psihoterapiji vse bolj poudarjajo, da sta duhovnost/religioznost lahko klinično pomembni in da ju je treba obravnavati kompetentno, ne z izogibanjem.

Jamesov pluralizem varuje tudi pred subtilno klinično nevarnostjo: univerzalizacijo zasebne izkušnje. Znano je njegovo poudarjanje, da lahko različni »drugi umi« iz istega izkustvenega kaosa izrežejo povsem različne svetove – njegova poanta je, da nobena posamezna zavest nima pravice uzakoniti realnosti za vse. Prevedeno v psihoterapijo: terapevt spoštuje izkušnjo, hkrati pa je ne pretvori v ideologijo niti je ne zapečati z diagnozo – še posebej takrat, ko izkušnja začne postajati težavna, prisiljujoča ali socialno izolirajoča.

9. **Preseganje hierarhij**

Kljub pluralizmu je James občasno znova zdrsnil v hierarhično mišljenje – na primer, ko je »dušo Zemlje« opisoval kot nekako superiorno, ker naj bi zaobjemala vse človeško in nečloveško življenje. Vendar je njegova bolj dosledna pozicija takšne hierarhije zavračala:

»Pragmatično interpretiran pluralizem ... pomeni le to, da so lahko različni deli realnosti med seboj povezani. Vse, kar si lahko zamislite, pa naj bo še tako obsežno ali vključujoče, nosi, po pluralističnem pogledu, neko vrsto ali mero resničnosti zunanjega okolja. Stvari so druga z drugo 'z' na mnogo načinov, vendar nič ne vključuje vsega in nič ne dominira nad vsem.« (James, 1909, lok. 52500)

Pluralistično veselje je primerjal ne z imperijem, temveč s federalno republiko, v kateri deli sobivajo, ne da bi bili podrejeni enemu suverenu. Takšna vizija izziva globoko ukoreninjene kulturne predpostavke o hierarhiji – v filozofiji, religiji ali družbeni organizaciji. Mistična izkušnja ne razkriva le zedinjenja, temveč tudi diferenciacijo. Absolutna zavest – ali božanska praznina – ne vsebuje le ponovne združitve, temveč tudi principe ločevanja in porazdelitve. Pluralnost zato ni padec iz milosti, temveč temeljni vzgib Duha samega. Kot nas spomni sufijski rek: »Bog želi videti Boga.« Podobno v kabalistični misli: »Ljudje potrebujejo Boga in Bog potrebuje ljudi.«

S tega vidika veselje vzdržuje polarnost sil: hilotropno oziroma centrifugalno načelo, ki poraja svetove, dualnost in materijo; ter holotropno oziroma centripetalno načelo, ki teži k enosti, nedualnosti in raztapljanju v nemanifestirano (Grof, 2000). Skupaj tvorita krog – izraz in povratek, pluralnost in enost. Iz te

ustvarjalne napetosti vznikne pluralistično veselje samo.

Niti ločenost niti nediferencirana enost nista sami po sebi končno izpolnjujoči. Zavrniti ta svet kot nevreden ali pobegniti v čisto transcendenco ne ponuja resnične razrešitve; prav tako je ne ponuja iskanje sreče skozi materialno kopičenje. Slednje se – kot kaže novejša zgodovina – izteče v ekološko katastrofo, gnano z nepotešljivo pohlepnostjo. Kot je poudaril Wilber (2007), je ta materialna sla zgolj nadomestek za globlje hrepenenje – težnjo, ki je ni moč izkoreniniti, po zedinjenju z Absolutnim.

Edina vzdržna razrešitev sprejme tako osebno, prizemljeno, kot tudi transcendentalno razsežnost – svet forme in pojavnosti ob brezobličnem neskončnem. Kot utelešena bitja lahko občudujemo nočno nebo, polno galaksij, lepoto narave, ljubezen, ekstazo, glasbo in umetnost – obenem pa v sebi slutimo iskro neskončnosti. Kot je spodbujal James, je pot naprej v sistematičnem notranjem raziskovanju. Z obračanjem navznoter rahljamo identifikacijo z »egom, zaprtim v kožo« (Watts, 1966), in spoznamo, da je to le en del širše igre bivanja. Zavedanje naše transpersonalne razsežnosti lahko vsakdanje življenje naredi lažje, bogatejše in bolj smiselno – življenje, ki ga je resnično vredno živeti. S transpersonalne perspektive Jamesov pluralizem ostaja globoko relevanten. Opozarja pred absolutiziranjem lastne mistične izkušnje v univerzalno doktrino – napako, ki pogosto vodi v dogmo, raznorazne kulte ali avtoritarne sisteme.

Novejše nevroteološke raziskave Newberga in sodelavcev (2001) ponujajo dokaze, da mistične izkušnje ustrezajo specifičnim nevrobiološkim stanjem. To podpira Jamesovo vztrajanje, da so takšne izkušnje fenomenološko realne in potencialno transformativne.

10. **Holotropno delo (HD), duhovna kriza in akutna psihoza – prekrivanja, razlike in etika »ne reduciraj in ne romantiziraj«**

Holotropno delo (HD) lahko osvetli transformacijo, vendar postane etično nevarno, če ga uporabimo za romantiziranje stanj, v katerih so prisotni huda dezorganizacija, rigidnost, tveganje ali medicinska nujnost. Nasprotno pa lahko postane etično nevaren tudi povsem biomedicinski okvir, če refleksno patologizira smiselno duhovno stisko.

Klinična naloga ni »izbrati tabora«, temveč ohranjati dvojno zavezanost:

1. Ne reduciraj (ne odpravljaj pomena, kulture ali duhovne identitete).
2. Ne romantiziraj (ne zamenjaj intenzivnosti za integracijo ali nevarnosti za »prebujenje«).

10.1. **Prekrivajoča se območja: zakaj je lahko HSC ali duhovna kriza videti psihotična (in obratno)**

Koncept duhovne krize (Grof & Grof, 2010) opisuje stanja, ki lahko spominjajo na psihopatologijo (začasni kaos, ki lahko, ob ustrezni podpori, deluje kot razvojna prelomnica). S tem je povezano tudi vključevanje kategorije »Religiozni ali duhovni problem« (Religious or Spiritual Problem) v DSM-IV (in njena nadaljnja relevantnost kot kategorije kliničnega fokusa), kar odraža prepoznanje, da je duhovna kriza lahko klinično osrednja, ne da bi avtomatično pomenila duševno motnjo. Ti okviri so lahko koristni, vendar jih je treba povezati z rigorozno oceno tveganja in sodelovanjem strokovnjakov, kadar se simptomi stopnjujejo (Studen, 2021b).

HSZ, duhovna kriza in psihoza si lahko delijo fenomenologijo: glasove, vizije, sinhronicitete, ontološki šok, povečano pomenskost ter destabilizacijo identitete. Sodobne študije še naprej preučujejo kompleksne odnose med duhovnostjo/religioznostjo ter izidi psihoze, strategijami spoprijemanja in pomenom simptomov. Jamesov pluralistični pristop ta prekrivanja razume kot povabilo k skrbni presoji, ne k hitremu etiketiranju. Noben posamezen znak ne loči čisto jasno med namerno induciranimi HSZ ali duhovno krizo ter akutno psihozo, vendar intervencijo pogosto usmerja več pragmatičnih razlikovalcev. Potrebujemo praktična razločevanja – vprašanja, ki so klinično pomembna:

- Medicinska / fiziološka izključitev: izključiti akutno somatsko bolezen in fiziološke vzroke (npr. delirij/okužba/vročina, nevrološki dogodki, endokrine ali presnovne motnje, stranski učinki zdravil) ter intoksikacijo ali odtegnitev; po potrebi zagotovimo medicinsko oceno.
- Spanje in fizična stabilnost: huda nespečnost, odklanjanje hrane in vode ter stopnjevanje agitacije močno povečajo tveganje.
- Koherenca in dialog: ali oseba zmore vzdrževati recipročni pogovor in reflektirati izkušnjo?
- Prožnost prepričanj: ali se interpretacija drži kot ena možna razlaga ali kot absolutna, prisiljujoča gotovost?
- Funkcioniranje in varnost: skrb zase, prehrana, hidracija, kontrola impulzov, tveganje zase/druga, upoštevanje osnovnih varnostnih pravil.
- Socialno sidranje: podporni odnosi proti izolirajočemu, paranoidnemu ali grandioznemu umiku.
- Časovni potek: hitro stopnjevanje, posebej ob dejavnikih tveganja (substance, somatske težave, manija), zahteva urgentno presojo.

Tu pluralizem postane struktura, ne pa meglenost ali drža "vse je dovoljeno": lahko spoštujemo duhovni pomen, hkrati pa vztrajamo, da je stabilizacija nedotakljiva, kadar je ogrožena varnost klienta. Pri vseh teh predstavitev

je pomembno ohraniti pred očmi cilj: ne zmagati v interpretativni razpravi, temveč podpreti varen, integrativen potek. Zato je treba konkretne korake za varnostni načrt, podporo v seansi med HSZ in poznejšo integracijo umerjati glede na posamezen primer ter jih sproti prilagajati, ko se proces in celotno HD razvija. Smiselno je tudi vključiti kratko, standardizirano nadaljnje spremljanje, ki klientki pomaga osmisлити seanso tako, da skozi čas sledi pragmatični »cash value« izkušnje (Studen, 2020b).

Ker lahko duhovna kriza in akutna psihoza vključujeta medicinsko tveganje, najboljša praksa pogosto zahteva koordinacijo s psihiatričnimi službami in skrbno etično pozornost pri nadzoru tveganja. Profesionalni etični kodeksi poudarjajo kompetentnost, izogibanje škodi in odgovornost, kadar je ogrožena varnost klienta.

10.2. **Tri kratke vinjete**

Vse tri vinjete so kompozitne in anonimizirane; nobena vinjeta ne opisuje ene same prepoznavne osebe. Identifikacijski podatki (npr. starost, poklic, okolje, časovnice in odnosne okoliščine) so bili namenoma spremenjeni, da se zaščiti zasebnost. Vinjete so uporabljene izključno za konceptualno ponazoritev in ne predstavljajo kliničnih smernic ali protokola zdravljenja. Vsaka klinična odločitev, zlasti pri predstavitvah z visokim tveganjem, zahteva presojo, specifično za kontekst, ter ustrezno posvetovanje.

10.2.1. **Vinjeta A: holotropna izkušnja z dobro integracijo**

Kontekst: Maja, sredi tridesetih, po več delavnicah Holotropnega dihanja (Holotropic/Grof Breathwork) (Grof & Grof, 2010) vstopi v integrativno holotropno delo (HD). Med več seansami HSZ doživlja intenzivno somatsko tresenje, temu sledijo podobe ujetosti, nezmožnosti najti svoj glas ali se izraziti, nato pa ji uspe prebiti se v svetlobo. Poroča o »prisotnosti ljubezni« in prepričanju, da mora spremeniti svoj oster odnos do sebe in drugih.

Radikalno-empirični opis: Epizodo mapiramo brez vsiljevanja ontologije: telesno zaporedje (stisnjen prsni koš, nato tresenje, nato kričanje in jok, nato olajšanje), časovni lok (vrh zaznamuje panika nato bes, sledi sprostitve), odnosno polje (od izolacije k doživeti povezanosti in ljubezni) ter afektivna logika (strah in nemočni bes, ki se preobrneta v žalost in olajšanje).

Pragmatični učinki: V naslednjih tednih bolje spi, postane manj reaktivna v odnosu s partnerjem, otroki in sodelavci. Ponovno začne ustvarjalno delo, ki ga je opustila. V službi postavi eno konkretno mejo in poroča o večji umirjenosti. Ne pride do stopnjevanja v kompulzivno interpretiranje.

Utelesenje: Integracija se osredotoča na premike na ravni navad: dosledna spalna rutina, tedensko pisanje dnevnika, ki ločuje izkušnjo od interpretacije,

ter pogovori za popraviljanje odnosov. Izkušnje v NSZ dojema kot smiselne, vendar ne kot potrebo, da bi na vrat na nos spremenila svoje življenje. Jamesov kriterij »cash value« tu deluje kot kompas.

10.2.2. Vinjeta B: duhovno obarvana kriza z dezorganizacijo – najprej stabilizacija

Kontekst: Luka, v poznih dvajsetih, pride do psihoterapevta po več skoraj prečutih nočeh. Poroča, da mu »vesolje pošilja kodirana sporočila« in da ima poslanstvo, da mora opozoriti javnost. Njegov govor postane pospešen in prisiljen, razpoloženje pa niha med strahom in vznesenostjo. Družinski člani kasneje opisujejo naraščajočo agitiranost in impulzivno vedenje; ne zmorejo več slediti temu, kar poskuša sporočiti, njegove ideje pa delujejo razdrobljeno in vse bolj kaotično.

Pluralistična drža (hkrati držimo več "zemljevidov"):

- Biološko/psihiatrično: pomanjkanje spanja in možen manični ali psihotični proces, ki zahteva nujno strokovno oceno in stabilizacijo.
- Psihološko: možna aktivacija travme, preplavljenost in destabilizacija identitete.
- Duhovno/eksistencialno: močno soočenje z ultimativnostjo, smislom in arhetipskimi temami, pri čemer se lahko kot orientacija pri klientovi imaginaciji uporabi npr. Perryjev (2020) koncept »prenove skozi središče«.

Kompas (varnost, podpora in »cash value«): v tem trenutku neposredni potek terapije ni integracija ali rast, temveč naslavljanje deregulacija in tveganja. Klinična prioriteta je stabilizacija: zmanjšati stimulacijo, obnoviti spanje, podpreti hidracijo in prehrano, mobilizirati socialno podporo ter uskladiti nujno medicinsko/psihiatrično oceno in ustrezne intervencije. Ustvarjanje pomena ni zavrnjeno – je začasno odloženo.

Etična komunikacija: terapevta potrdi intenzivnost doživljanja (»To se zdi ogromno in zastrašujoče«), ne da bi potrdila dejstveno trditve o kodiranih kozmičnih zahtevah. Intervence poudarijo prizemljevanje, odnosno zadrževanje in skupno načrtovanje obvladovanja tveganj.

Poznejša integracija: po stabilizaciji lahko Luka z več distance reflektira dogajanje. Faza integracije raziskuje, kaj je kriza izražala (preplavljenost, osamljenost, hrepenenje po namenu) in gradi vzdržno pot do smisla, ki ni odvisna od stopnjevanja absolutne gotovosti ali pomanjkanja spanja. Jamesovski pluralizem varuje tako dostojanstvo kot varnost: duhovni register ni odvržen ali zasmehovan, hkrati pa kriza ni romantizirana.

10.2.3. Vinjeta C: grandiozno prisvajanje HSZ – ko holotropno gradivo hrani narcistično inflacijo

Kontekst: Sara, v poznih tridesetih, poroča o HSZ doživetimi med intenzivnim odmikom. V okviru HSZ opiše kratko obdobje obupa in ponižnosti – »Vidim, kako majhna, nepomembna in ranjena sem« – nato pa se po umiritvi HSZ izoblikuje

živa mitična pripoved, ki se strdi v gotovost: bila je »kraljica Atlantide«, »mati velikega atlantidskega kralja«, obdarjena z izjemnimi močmi in katastrofično odgovornostjo (»Uničila sem cel svet«). Zgodba postaja vse bolj razdelana in jo začne uporabljati za uveljavljanje posebnega statusa ter upravičenosti v vsakdanjem življenju. Družinski člani in sodelavke oziroma sodelavci poročajo o stopnjevanju manipulacije, nezdravih dinamik in epizod čustvenega nasilja; namesto večje skrbnosti ali odgovornosti njen medosebni slog postaja bolj izkoriščevalski in rigidni. Ko jo kdo izzove, druge okvirja kot »nerazsvetljene« in moralno manjvredne.

Pluralistična drža:

- Duhovno/eksistencialno: arhetipske, mitične podobe s potencialnim simbolnim pomenom (npr. moč, odgovornost, izgnanstvo, hrepenenje po pripadnosti).
- Psihološko: grandiozna samoorganizacija kot obramba pred sramom, krhkostjo in doživeto majhnostjo; hitro »prepakiranje« ranljivosti v poveljčano identiteto; možno duhovno izogibanje ali ego-inflacija.
- Medosebno/etično: odnosna škoda, prisila in erozija empatije; pripoved se uporablja kot opravičilo, ne kot gradivo za refleksijo.
- Regulacijsko/vzbujenost: povišana aktivacija po HSZ lahko okrepi gotovost, intenzivnost in zmanjša zmožnost refleksije.

Kompas: odločilno merilo ni sijaj vsebine, temveč njeni življenjski učinki. Tukaj trajektorija kaže poslabšanje funkcioniranja in več škode, kar pomeni, da proces trenutno ni integrativen. Klinična prioriteta postaneta zadrževanje in etična odgovornost: prizemljevanje, krepitev reflektivnega funkcioniranja ter izrecno povezovanje vsakega »pomena« s tem, kako ravna z ljudmi. Terapevt zadrži ontološke trditve (ne potrjuje in ne zasmehuje »Atlantide«) ter izkušnjo vrednoti po posledicah: ali povečuje ponižnost, odnosno zmožnost, odgovornost in zdravljenje odnosov – ali pa upravičenost, dominacijo in fragmentacijo?

Etična komunikacija in drža meja: terapevt potrdi temeljni afekt, ne da bi potrjeval grandiozne dejstvene trditve: »Nekaj ogromnega se je zgodilo in doživljaš to kot izjemno pomenljivo,« hkrati pa trdno drži meje: »Hkrati morava pogledati, kaj se dogaja v tvojih odnosih – ljudje so prestrašeni in so ranjeni.« Intervencije se osredotočajo na:

- Sidranje v realnost in mentalizacijo: upočasnjevanje gotovosti; raziskovanje alternativnih pomenov; sledenje sprožilcem (sram, ponižanje, zavist, zapuščanost).
- Odgovornost in zdravljenje odnosov: poimenovanje konkretnih vedenj; vabilo k prevzemanju odgovornosti; postavljanje merljivih zavez (npr. prenehanje prisilnih vedenj, poprava škode, prakticiranje soglasja in spoštovanja).

- Neudeležba v (obrambni) dinamiki: zavrnitev posebnih izjem, povzdignjenega statusa ali terapevtskega »občinstva« za mitični jaz.
- Zmanjševanje tveganja: če škoda vztraja ali se stopnjuje, terapevt razmisli o dodatnem posvetovanju, dodatnih oblikah podpore in jasnih mejah obravnave.

Poznejša integracija (dve poti):

- Če se reflektivna zmožnost poveča: mitično zgodbo je mogoče »presnoviti« simbolno – npr. »kraljevskost« kot kompenzacija za globoko nevidnost; »pozunanjena moč« kot hrepenenje po notranji moči; »uničiti svet« kot groza pred lastno agresijo. Integracija potem pomeni prevajanje arhetipske intenzivnosti v vsakdanjo odgovornost: empatijo, uravnovešenost, zdravljenje ranjenosti in stabilno samospoštovanje brez želje po nadvladi.
- Če rigidnost vztraja: grandiozna pripoved ostane zaščitna lupina, ki blokira rast; HSZ se uporabi za utrjevanje upravičenosti in za izogibanje odgovornosti. Jamesovski pragmatični pristop ostaja jasen: ne glede na ontološki status podob se izkušnjo klinično vrednoti po njeni »cash value« – in tukaj opaženi življenjski učinki kažejo inflacijo, ne integracije. V takih primerih bi bilo verjetno smiselno odsvetovati terapije, ki vključujejo HSZ kot del terapevtskega procesa.

11.

Zaključek

Namen tega članka ni nasprotovati sodobni znanosti. Nasprotno: tako umetnost kot znanost razumem kot eni najvišjih dosežkov človeštva. Moj namen je bil razmisliti o slepih pegah, ki jih je James prepoznal ob svojem raziskovanju anomalnih in mističnih izkušenj, ter opozoriti na potrebo, da fenomenološka orodja uporabljamo tudi pri tistih pojavih, ki se ne prilegajo v celoti prevladujočim teorijam. Kot je opazil James:

»Naj se empirizem enkrat poveže z religijo, kakor se je doslej zaradi nekačnega čudnega nesporazuma povezoval z areligioznostjo, in verjamem, da bo to začetek novega obdobja religije in prav tako filozofije.« (James, 1909, lok. 52435)

V eseju *A Certain Blindness in Human Beings* je James (2012) oblikoval argument, ki je morda eden njegovih najpomembnejših za naš čas:

»Slepota v človeških bitjih ... je slepota, s katero smo vsi prizadeti glede občutij bitij in ljudi, ki so drugačni od nas samih ... Popolnoma nam prepoveduje, da bi prehitro razsojali o nesmiselnosti oblik bivanja, drugačnih od naše; in zapoveduje nam, da toleriramo, spoštujemo in dopuščamo tiste, ki jih vidimo, da so na neškodljiv način zainteresirani in srečni po svoje, četudi so nam ti načini nerazumljivi.«

S transpersonalne perspektive bi lahko trdili, da je v tem jedro duhovne poti: kultiviranje transpersonalne zavesti, ki jo zaznamujejo zavestna ljubezen, hvaležnost, spoštljivo čudenje, spoštovanje in globoka prijaznost do sebe, do drugih in do celotnega stvarstva. Preprosto in spoštljivo življenje, prežeto z zaznavo, spoznavanjem in delovanjem, ki zmanjšujejo škodo in spodbujajo dobrobit, postane naravna posledica takšne poti. Iz tega sledi globoka ekološka zavest, utemeljena tako v konceptualnem uvidu kot v neposredni čustveni izkušnji.

Čeprav je subjektivna izkušnja lahko prehod v duhovni uvid, hkrati odpira epistemološke izzive: niso vse notranje izkušnje enako zanesljive, integrativne ali etično utemeljene. Zgodovina ponuja primere mističnih uvidov, ki so bili kasneje instrumentalizirani za opravičevanje nasilja ali avtoritarnosti. Zato ostaja kultiviranje razsodnosti ključno, kadar izkušnjo potrjujemo kot vir resnice.

HSZ, čeprav so pogosto prehodna, so pomembna prav tedaj, ko prispevajo k stabilnim strukturam duhovnega sebstva. Moralnih zakonov, tradicionalno vgrajenih v religijske sisteme, ni nujno razumeti kot od zunaj vsiljenih; razkrijejo se kot logične nujnosti, ko jih vidimo s perspektive širšega sistema, katerega del smo. Delujejo kot zakoni najmanj destruktivnega delovanja, ki omogočajo učinkovitost in ravnovesje celote. S te perspektive postane jasno, zakaj je skrajni individualizem nevzdržen: ustvarja neenakost, trpljenje in izgubo globljega smisla ter prispeva k sodobni epidemiji depresije.

Čeprav so v sodobni kulturi vidni znaki ponovnega duhovnega raziskovanja, ta proces ni niti linearen niti univerzalen. Evolucija zavesti – če jo sploh lahko tako poimenujemo – se zdi mnogo bolj pluralistična in neenakomerna, kot bi nakazoval katerikoli ciklični model. James je bil med prvimi znanstveniki, ki je intuitivno zaznal to pluralistično nit in vztrajal, da je treba človeško izkušnjo – vključno s paranormalnimi in mističnimi fenomeni – ponovno vključiti v znanstveno raziskovanje. Njegov napor ni bil spraviti znanost z institucionalizirano religijo, temveč z duhovnostjo, razumljeno kot avtentično človeško izkušnjo: vera in prepričanje kot legitimni in transformativni razsežnosti življenja.

Navsezadnje božanskega nikoli nismo našle zunaj človeške psihe, temveč le znotraj neposrednosti subjektivne izkušnje. Kot nas spodbuja James: če želimo raziskovati Boga ali religijo, moramo to početi skozi neposredno lečo človeške izkušnje, pri čemer se vedno spominjamo, da vsaka od nas drži le drobec neskončne celote. Lahko bi trdili, da so tudi tako imenovani transcendentni viri – kot sta razodetje ali komunikacija z Bogom – v končni instanci posredovani skozi individualno izkušnjo. Tudi sveti teksti in religiozne doktrine izvirajo iz notranjih, subjektivnih srečanj konkretnih oseb z božjim, ki so bila pozneje interpretirana, kodificirana in institucionalizirana. S te perspektive ne obstaja zares »zunanja« duhovna avtoriteta, ki bi stala povsem ločeno od človeške zavesti;

prej velja, da so vse trditve o transcendenci na neki točki filtrirane skozi doživetje izkušnje.

V psihoterapevtskem branju James ponuja več kot zgodovinski vpogled. Njegov radikalni empirizem uči discipliniranega spoštovanja doživete izkušnje, vključno z afektom in relacijami; njegov pragmatizem ponuja kriterij, utemeljen v izidih, ki varuje pred redukcionizmom in romantiziranjem; njegov pluralizem pa legitimira več zemljevidov, hkrati pa vztraja pri skupnem kompasu – varnosti in življenjskih učinkih.

To ogrožje odmeva tudi v sodobni literaturi, ki izpodbija poenostavljene narative o modernem »odčaranju« in nas spominja, da je bila modernost dolgo prepletena s spiritualističnimi in okultnimi preporodi – tudi znotraj rojstva ved o človeku.

Prihodnje delo bi lahko to jamesovsko klinično pluralistično držo dodatno razvilo v konkretna orodja za presojo in integracijske protokole ter preverilo, kako takšna drža vpliva tudi na terapevtsko alianso, izide in zmanjševanje škode pri delu na meji med duhovno krizo in akutno psihozo.

Viri

- Bathje, G. J., Majeski, E., & Kudowor, M. (2022). Psychedelic integration: An analysis of the concept and its practice. *Frontiers in psychology*, 13, 824077. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.824077>
- <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.824077>
- Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology*. Chandler Publishing.
- Calton, T., Ferriter, M., Huband, N., & Spandler, H. (2008). A systematic review of the Soteria paradigm for the treatment of people diagnosed with schizophrenia. *Schizophrenia bulletin*, 34(1), 181–192. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbm047>
- Eliade, M. (1964). *Shamanism: Archaic techniques of ecstasy*. Princeton University Press.
- Ferrer, J. N. (2002). *Revisioning transpersonal theory: A participatory vision of human spirituality*. SUNY Press.
- Fromm-Reichmann, F. (1960). *Principles of Intensive Psychotherapy*. University of Chicago Press.
- Grof, S. (1985). *Beyond the brain: Birth, death, and transcendence in psychotherapy*. SUNY Press.
- Grof, S. (2000). *Psychology of the future: Lessons from modern consciousness research*. SUNY Press.
- Grof, C., & Grof, S. (2010). *Holotropic Breathwork*. State University of New York Press, Albany.
- Hanegraaff, W. J. (2012). *Esotericism and the Academy: Rejected Knowledge in Western Culture*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139048064>
- James, W. (1902). *The Varieties of Religious Experience*. Complete Works of William James, Minerva Classics, Kindle Edition.
- James, W. (1976). *Essays in radical empiricism*. Harvard University Press.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. Minerva Classic, Kindle Edition.
- James, W. (1897). *The will to believe, and other essays in popular philosophy*. Longmans, Green, and Co.
- James, W. (1909). *A pluralistic universe*. Longmans, Green, and Co.
- James, W. (2012). *Collected essays and reviews*. Cambridge University Press.
- James, W. (2016). *Raznolikost religioznega izkustva*. Krtina.
- Josephson-Storm, J. A. (2017). *The Myth of Disenchantment: Magic, Modernity, and the Birth of the Human Sciences*. University of Chicago Press. <https://doi.org/10.7208/chicago/9780226403533.001.0001>
- Laszlo, E. (1995). *The interconnected universe: Conceptual foundations of transdisciplinary unified theory*. World Scientific.
- Maslow, A. H. (1964). *Religions, values, and peak experiences*. Ohio State University Press.
- Newberg, A., D'Aquili, E., & Rause, V. (2001). *Why God Won't Go Away: Brain Science and the Biology of Belief*. Ballantine Books.
- Patch, K. & R. Smith, W. R. (2025). What are set and setting: Reducing vagueness to improve research and clinical practice. *Journal of Psychopharmacology*, 39(9), 900–909. <https://doi.org/10.1177/0269881125133732>
- Perry, W. J. (2020). *The Far Side of Madness*. Spring Publications Inc.
- Power, R. A., Steinberg, S., Bjornsdottir, G., Rietveld, C. A., Abdellaoui, A., Nivard, M. M., Johannesson, M., Galesloot, T. E., Hottenga, J. J., Willemsen, G., Cesarini, D., Benjamin, D. J., Magnusson, P. K., Ullén, F., Tiemeier, H., Hofman, A., van Rooij, F. J., Walters, G. B., Sigurdsson, E., Thorgeirsson, T. E., ... Stefansson, K. (2015). Polygenic risk scores for schizophrenia and bipolar disorder predict creativity. *Nature neuroscience*, 18(7), 953–955. <https://doi.org/10.1038/nn.4040>
- Pronovost-Morgan, C., Greenway, K. T., Roseman, L., & ReSPCT Experts (2025). An international Delphi consensus for reporting of setting in psychedelic clinical trials. *Nature medicine*, 31(7), 2186–2195. <https://doi.org/10.1038/s41591-025-03685-9>

- Read, T. (2014). *Walking Shadows: Archetype and Psyche in Crisis and Growth*. Muswell Hill Press. Kindle edition.
- Ryan, M. B. (2008). The transpersonal William James. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 40(1), 20–40.
- Russell, B. (1917). *Mysticism and logic and other essays*. George Allen & Unwin.
- Seikkula, J., & Olson, M. E. (2003). The open dialogue approach to acute psychosis: its poetics and micropolitics. *Fam Process*, 42(3):403–18. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00403.x>
- Seikkula, J., Alakare, B., & Aaltonen J. (2011). The Comprehensive Open-Dialogue Approach in Western Lapland: II. Long-term stability of acute psychosis outcomes in advanced community care. *Psychosis*, 3(3), 192–204. <https://doi.org/10.1080/17522439.2011.595819>
- Skrupskelis, I. K., & Berkeley, E. M. (1997). *The Correspondence of William James*. Volume 5: 1878–1884. University Press of Virginia.
- Studen, M. (2021a). Construction and preliminary validation of holotropic work short and long-term changes survey. *Integral Transpersonal Journal*, 16, 22–35.
- Studen, M. (2021b). Duhovna kriza. *Kairos – Slovenian Journal of Psychotherapy*, 15(1–2), 63–103.
- Stuhr, J. J. (2023). *No Professor's Lectures Can Save Us: William James's Pragmatism, Radical Empiricism, and Pluralism*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197664629.001.0001>
- Taves, A. (2009). *Religious Experience Reconsidered: A Building-Block Approach to the Study of Religion and Other Special Things*. Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400830978>
- Thomas, N. J. T. (2021). Founders of Experimental Psychology: Wilhelm Wundt and William James. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Summer 2021 Edition). <https://plato.stanford.edu/archives/sum2021/entries/mental-imagery/founders-experimental-psychology.html>.
- Varela, F. J., & Shear, J. (1999). *The view from within: First-person approaches to the study of consciousness*. Imprint Academic
- Watts, A. (1966). *The book: On the taboo against knowing who you are*. Pantheon Books.
- Wilber, K. (2007). *The integral vision: A very short introduction to the revolutionary integral approach to life, God, the universe, and everything*. Shambhala.
- Winkelman, M. (2013). *Shamanism: A biopsychosocial paradigm of consciousness and healing*. Praeger.