

МОЋ И АГРЕСИЈА

Увод

Између мојих ранијих писања и овог које држите у рукама испречили су се РАТ и бомбардовање који су задесили нашу земљу. Као психолог и психотерапеут током ове деценије и по радила сам са учесницима овог рата: жртвама, убицама, избеглицама, људима са посттрауматским стресим синдромом, збуњеним и очајним људима. Такође, у нашој школи ТеPsinteza, били смо изложени раду са агесијом као никада пре. За време тог рада осетила сам потребу за развојем једног свеобухватнијег, интегрисанијег и метатеоријског осврта на феномен агесије и класификацију стадијума њеног развоја. Сврха овог рада није се састојала само у настојањима да се развије један шири метатеоријски оквир за шире разумевање овог феномена, већ је сврха овог рада била подједнако усмерена и на развој концепата из којих би уследио развој низа практичних и употребљивих техника које се могу примењивати у свакодневной психотерапеутској пракси.

Током моје праксе сам приметила, на пример, да већина људи и не зна шта се може урадити са агесијом него је фиксирана само на један облик од ове 4 могућности:

Агесија се може:

1. празнити, импулсивно, - Discharge
2. блокирати, потискивати, контролисати – Control, blocking
3. каналисати, усмеравати - Channeling
4. задржавати са свешћу и позицијом сведока. – Containing

Већ само схватање могућности избора је знатно поправило стање у многим случајевима који су се заглавили у пасивности, на пример. Фокусирана разрада недостајућих избора је већини клијената подигла цео живот на виши ступањ.

У оквирима академске психологије агресивност је обрађивана у оквиру разних теоријских система (бихејвиористичких, хуманистичких, психоаналитичких, фенеоменолошких, егзистенцијалистичких итд), али и поред великих напора аутора разних теоријских оријентација, агесија у психологији као науци је и даље остала један нејасан, недовољно уобличен, недовољно диференциран и противуречан појам. На почетку, феномен агесије разматран је у оквиру инстинктивистичких теорија (Mc Dugal, Frojd, Hartman итд), касније, агесија је схватана као нужна реакција на фрустрације, као научена реакција итд, али и поред свега тога агресивност као феномен је остао у великој мери нејасан. Наравно, то ми није олакшавало посао који је требало да обавим нити пружало толико потребно боље разумевање агресивности. Онда сам дошла на идеју да посматрам агесију кроз спектар развоја. То ми је помогло да мало боље схватим ирационалности рата и да се лакше носим са задацима који су били преда мном. Можда ће и вама бити интересантно да размишљате на тај начин, па ћу вам представити моју теорију развоја агресивности.

Најмрачнија људска потреба да се влада другима је, по мом уверењу, само један ћорсокак правилног развоја моћи који резултира блаженством, чиме мрачна власт над другима никада не резултира, поред осталог. По мом мишљењу, једна од најмрачнијих људских тенденција је жеља да се влада другима. Али ова жеља је само ћорсокак правилног развоја моћи који би требало да доведе до стања блаженства. Међутим, из мрачне власти над другима никада не произлази блаженство.

У даљем тексту следи предложени метатеоријски оквир сагледавања развоја агресије који указује на могуће развојне путање и преображаје агресије који су концептуализовани кроз седам квалитативно различитих развојних стадијума.

СЕДАМ РАЗВОЈНИХ СТАДИЈУМА АГРЕСИЈЕ

1. ИНСТИКТИВНА, ПРИМИТИВНА АГРЕСИЈА

Инстинктивна, примитивна агресија је просто архаично понашање које представља израз нагона за самоодржањем у својој најпримитивнијој форми. Карактерише рану фазу људског развоја и ниво свести који је близак животињском нивоу. Ова врста агресивности манифестује се понашањима као што су: борба за храну, опстанак и преживљавање. Ове манифестације укључују просто пражњење агресије без икакве потребе за одлагањем реакција. Сходно томе, нема ни предикције последица. То је просто отимање.

2. ДЕСТРУКЦИЈА

Деструкција у свом најинтензивнијем виду је слепо уништавање, тотална предаја импулсу за уништењем. Укључује конвулзивна испољавања беса, без икакве контроле. Карактерише је осећање омнипотенције. Емоција је одцепљена од мишљења које је остало без утицаја на понашање. Конфузија између представе и објекта је такође честа. Магијско резоновање омогућава да се прихвате лажне више вредности. У стварности овај вид агресије испољава се у виду слепе страсти у чијој основи је један себични его систем. Динамика личности је примитивна са примитивним механизмима одбране као што су: изолација, фузија, грандиозност, расцеп итд. Наилазимо на недостатак перспективе и немогућност да се јасно узме улога другог. Овај стадијум повезујемо са примарним процесом, прековенционалном моралношћу, потребом за сигурношћу итд.

3. МАНИПУЛАТИВНА АГРЕСИЈА

Код манипулативног вида агресије контрола јаким агресивних импулса је почела али је још увек нехармонизована. Мишљење није више отцепљено него је злоупотребљено у служби неосвешћених пулзија. То често резултира неуротичним механизмима одбране као што су: пројекција, идентификација са агресором, манипулација итд. Агресија се обликује на неуротичан начин и манипулативни медији је врло лако могу усмерити ка пројекцији. Постоји видна тешкоћа да се

одупре убеђивању и лако се упада у површна пражњења агресије. Агресивна комуникација је обично бучна али фокусирана. Да би постигли свој циљ, особе склоне овом виду агресије не обазире са да ли ће повредити туђа осећања. За овај стадијум је карактеристично да морални систем није изграђен, не постоји осећање одговорности, не разликује се лаж од истине, безобзирност је посебно изражена (релативно су ретки људи који потпуно свесно и хладно манипулишу, али постоје и онда је реч о озбиљнијој психопатологији). Као што смо видели у пракси, ово се може уобличити у поремећај карактера али, срећом, може бити и стадијум развоја који се може превазићи адекватним радом са границама итд.

4. ПАСИВНОСТ

Пасивност такође може бити један агресивни модалитет. Агресија је блокирана, контролисана и спутана. Осећање беса није прихваћено, а често није ни освешћено. У пасивној-агресивној комуникацији мишљења, осећања и жеље се спутавају и не изражавају или их особа изражава на индиректан начин. Ову фазу развоја карактерише постојање рационалног мишљења, конформистичких ставова и конвенционалне моралности.

У раду са овом врстом агресије психотерапеути у својој свакодневној пракси настоје да помогну клијенту да се врати у моменат када је бес био блокиран, како би га клијент поново искусио, и пронашао боље и зрелије алтернативе његовог прихватања, изражавања и каналисања. Тако функција беса може да се деблокира како би се наставила да се поступно социјализује и даље развија.

5. АСЕРТИВНОСТ

Асертивност је први зрео облик агресије. У асертивној комуникацији ви јасно износите своје мишљење, како се осећате и шта желите. То се ради на начин који не повредјује права других. Асертивност подразумева вођење рачуна о туђим правима и о својим правима. Асертивно изражавање агресије подразумева развијену интроспекцију као и увиде о сопственој и перспективи другог. Односи се на постконвенционалну моралност, потребу за самопоштовањем итд.

Постоји спознаја да се агресија може: 1. празнити, импулсивно, - Discharge; 2. блокирати, потискивати, контролисати – Control, blocking; 3. каналисати, усмеравати – Channeling;

4. садржавати са свешћу и позицијом сведока. – Containing

6. СТВАРНА МОЋ

Стадијум стварне моћи подразумева интеграцију сирових агресивних импулса са моралним системом и сврхом. То подразумева оформљену динамику личности са узнапредовалим процесом индивидуације, што укључује развијене више нивое моралности и посвећеност вишим вредностима итд. Тако каналисани импулси омогућавају мудрост у понашању. Све је то предуслов ономе што се остварује у овом стадијуму: трансформација агресије у стварну моћ.

Овде вођа служи народу а не улаже снагу да развије власт над њиме. Или други развијени појединци служе одабраној идеји која је у складу са вишим вредностима. Да би се то постигло, неопходно је имати јасну перцепцију ситуације без филтера који искривљују и онда користећи све инстанце развијене личности пронаћи најбоље решење за све у датој ситуацији. Наравно, то је врло сложен процес. Блаженство се често доживљава на овом ступњу повезано са акцијама, одлукама и ускладјивањима.

Центар воље се помера од себичности, сујете и слично, ка усклађивању са Вишим Селфом, Врхунским вредностима, Божијом Вољом, Законима природе, или како већ волите да именујете највиши принцип. Агресија се употребљава само у складу са највишим принципом и тада се манифестује као акција, учење итд.

Развијена је логика сагледавања како једна пропозиција утиче на истинитост или лажност других, сагледавање односа међу идејама и међусобног утицаја, капацитет за синтезу, повезивање, одношење, координацију и интеграцију вишег реда. Овај стадијум кулминира развијањем «вишег ума» или реализовањем потреба за самоактуализацијом.

На развијенијим деловима овог нивоа јављају се трансценентни увиди, паранормална догађања, илуминације екстатичног типа, суптилне илуминације, селф-трансцедентне потребе итд.

7. НЕ-ДУАЛНА СВЕМОЋ

Не-дуална моћ је моћ универзума над универзумом. Недуалност у свему па и у области моћи. То је достизање каузалног нивоа – неманифестованог извора или трансценденталног тла свих нижих структура.

Да поновимо речи великог учитеља Рамане Махаршија: „Идеја да је онај који види другачији од виђеног пребива у уму. За оне коју су икада пребивали у Срцу, онај који види исто је што и виђено”. Моћ се манифестује кроз Јединство са свим што постоји.

Можемо то изразити и на други начин : Како Универзум може бити агресиван према самом себи? Који је смисао да Универзум манипулише неке своје делове кад би то значило да манипулише самог себе? То је стање неограничене љубави и моћи.

Дуалност престаје да постоји и ми улазимо у вечно Једно. Ратови две одвојене половине су завршени и ми улазимо у недуално постојање. У том стању нема расцепа, мржње или неразумевања. То је јединство празнине и моћи. Тај директан контакт са основом реалности ако смо неприпремљени и блокирани не можемо издржати више од пар секунди а да не паднемо у агресију или слично стање. Упорним радом на развоју свести агресија уступа место недуалној свемоћи.

КОНЦЕПТ РАЗВОЈА АГРЕСИЈЕ

У процесу развоја од примитивне агресије ка зрелој моћи и касније ка универзалној свемоћи, неопходно је научити да се одложе реакције да би се повећали степени слободе у процесу доношења одлука. Да се одложи а не да се блокира или потисне. Проблем је што се у том процесу људи често оклизну у

импулсивност или са друге стране у претерану контролу. Најтеже је интегрисати препуштање са контролом (да би се могло каналисати).

Са психолошке тачке гледишта, **свест** је психолошка функција која се развила из потребе одлагања реакција, због адаптације и преживљавања, а главна намена јој је повећање степена слободе у доношењу одлука (Огњеновић, П. 1996). Наиме, наши далеки преци су били примарно реактивна бића, а развој врсте је ишао ка све посредованијој и посредованијој (ре)акцији. Да би се одлука одложила и тиме повећала шанса за избор боље алтернативе, било је нужно интернализovati ефекте стимулације. То омогућава већу динамику и тиме бољу предикцију. Тако се свест развила из потребе одлагања реакција, а главна намена јој је – повећани степени слободе у доношењу одлука.

Тај базични процес се манифестује у многим областима људског живљења па, ако пажљивије размислимо, и у области развоја моћи. На пример, ако желимо више форме моћи, морамо повећати степен слободе у доношењу одлука. Постизање тог циља може бити праћено предивном наградом – екстазом, а постизање већег степена слободе - блаженством. Суштина развоја моћи и јесте учење одлагања непосредне, инстинктивне реакције и повећање степена слободе у доношењу одлука.

Могућности мерења: Слични дијаграм као раније код оргазма добијамо и код проучавања еволуције нагона за самоодржањем, од **агресије ка стварној моћи** али су мерења много посредованија и непрецизнија, за сада, па смо зато истакли еволуцију нагона за продужењем врсте кад је мерење у питању.

Важно је да постанемо свесни да постоји **табу развоја праве моћи**. Него се пре те тачке достизања праве моћи моћ делегира мањини. Тек када већина људи почне да развија и употребљава моћ коју има на свестан начин, квалитет живота ће стварно порасти. До тада имамо само бескрајно окретање по равни игара моћи. Суштина **табуа моћи** је да блокира развој агресије ка стварној моћи појединца. Тиме се моћ у друштву са потенцијалног индивидуалног плана, где јој је место, дистрибуира ка једној мањини. Нажалост, та мањина, скоро по правилу почиње са манипулацијама.

Развој технологије је требао да ослободи човека доброг дела рада да би већину времена и снаге посветио развоју свести и духовном уздицању. Технологија се развила а свест није. Тужно и опасно.

Теорија развоја моћи и оргазма сматра да се оргазам као и агресија развија паралелно са развојем свести и да се испитивањем и праћењем развоја оргазма и агразма (као лакших за мерење) може истраживати и мерити сам развој свести и хумани развој уопште.

ПИТАЊЕ : АГРАЗАМ ?

Запитајмо се : шта је врх агресије или моћи? Да ли постоји? Да ли имамо име за то? Ако свакодневно радите психотерапију, евидентно је да то постоји. Употребљава се израз : пражњење агресије. Али, то је сувише узак термин и описује само врхове са

почетка спектра. Можда би смо све врхове на линији развоја агресија – моћ могли да назовемо АГРАЗАМ ?

За почетак, агразам можемо разумети као израз живота у акцији или приступ. Та метафорична суштина агразма је парадоксална по природи али је истовремено универзална основа свих нивоа у спектру развоја моћи.

Природа агразма је увек иста али се наше искуство разликује. Колико дуго и са којим изобличењима ћемо моћи да толеришемо суштину агразма зависи од нивоа наше свести. Од тога настају разлике у класификацији.

Наравно, ово су још хипотезе о којима ћемо да размишљамо, али нас реалност ратова око нас упозорава да је неопходно да боље разумемо природу агресије и моћи него до сада. Надам се да ће и овај мали прилог помоћи у том смислу.

Током бављења овом темом не треба ни за тренутак губити из вида да нам је циљ да у све димензије живота уведемо што више љубави и акција у том правцу. Јер кључ је само : *љубав !*