

fejezet

# BEVEZETÉS



Hogyan

navigáljuk

a

21.

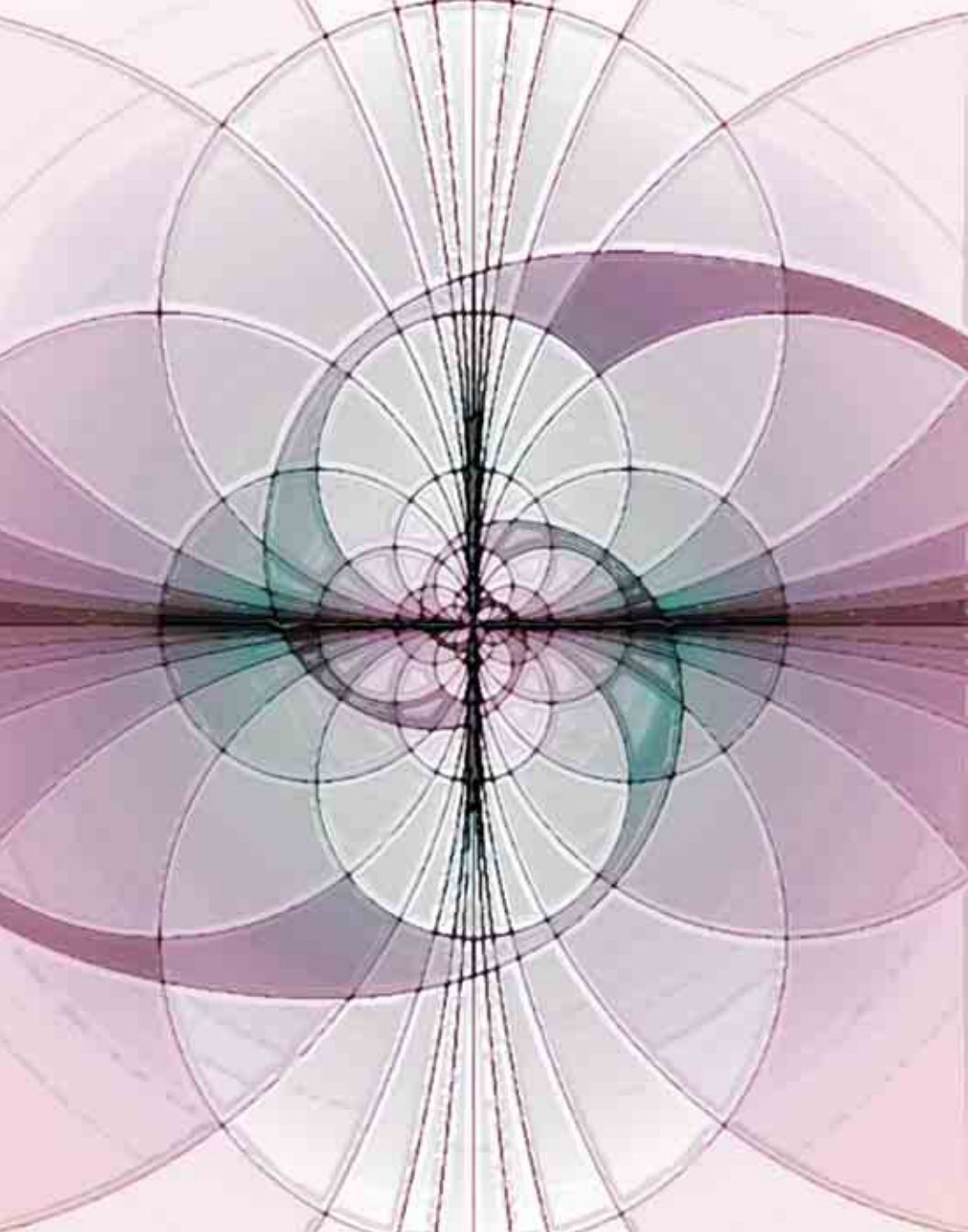
századot?





Hogyan  
adhatunk  
**ÉRTELMET**

az  
**ÉLETÜNKNEK**  
és a  
**TUDATOSSÁGUNKNAK?**



**Mi lenne,  
ha lenne egy  
átfogó térképünk  
önmagunkról  
és erről a szép  
új világról,  
amelyben találjuk  
magunkat?**

AZ ELMÚLT HARMINC ÉVBEN ÚJ TÖRTÉNELMI KORSZAK BEKÖSZÖNTÉNEK LEHETTÜNK TANÚI: először vált elérhetővé számunkra a világ összes kultúrája. Régen ha valaki például kínainak született, akkor valószínűleg az egész életét egyetlen kultúrában töltötte el, gyakran egy tartományban, nemegyszer egy házban, tehát ugyanazon a kis földön élt, szeretett és halt meg. De ma már, amellett, hogy könnyedén utazunk távoli helyekre, gyakorlatilag a bolygónkon létező összes ismert kultúrát tanulmányozhatjuk – és tanulmányoztuk is. Ebben a nagy, globális faluban a kultúrák láthatóvá váltak egymás számára.

A tudás ma már globális, ami – a történelem során szintén először – azt is jelenti –, hogy az emberi tudás teljessége elérhető a számunkra; minden nagy – premodern, modern és posztmodern – civilizáció tudását, bölcsességét, tapasztalatait és elgondolásait bárki szabadon tanulmányozhatja.

Mi lenne, ha szó szerint fognánk az összes létező kultúra állításait az emberi lehetőségekről – a spirituális, pszichológiai és társadalmi növekedésről –, és kiterítenénk őket az asztalra?

Mi lenne, ha megkeresnénk az emberi fejlődés kulcsmozgatait, a számunkra megnyílt teljes emberi tudásra alapozva? Mi lenne, ha megkísérelnénk – átfogó kultúraközi tanulmányok alapján – felhasználni a világ összes nagy hagyományát, hogy létrehozzunk egy összetett, széles körű, mindent magába foglaló, vagyis *integrál*\* térképet, mely e hagyományok legjobb elemeit tartalmazza?

\* Az *integrál* szó ebben az alakban vált a hazai pszichológiai szaknyelv részévé, sőt egy egész irányzatot jelöl, ezért a könyvben ezt használjuk az angol *integral* fordításaként a nyelvtanilag helyesebb *integrális* helyett.

Csüggesztően bonyolultnak és összetettnek hangzik? Bizonyos értelemben az is. Más szempontból viszont az derül ki, hogy az eredmények meglepően egyszerűek és elegánsak. Az elmúlt néhány évtizedben valóban kiterjedt kutatások folytak az emberi lehetőségek átfogó térképének megrajzolására. Ez a térkép az emberi fejlődés minden ismert rendszerét és modelljét felhasználja – az ősi sámánoktól és bölcspektől a kognitív tudományok terén tett legújabb áttörésekig –, és a fő komponenseiket leszűri öt egyszerű tényezőre, melyek a legfontosabb elemei vagy kulcsai annak, hogy feltárjuk és elősegítsük az emberi evolúciót.

Isten hozott az integrál modellben!

## Integrál, vagyis átfogó térkép

Mi ez az öt alapelem? Úgy hívjuk ezeket, hogy **kvadránsok, szintek, vonalak, állapotok és típusok**. Ahogy hamarosan látni fogod, mindez az öt tényező már most *jelen van a saját tudatunkban*. Ez az öt elem nemcsak elméleti fogalom, hanem a saját tapasztalataink aspektusai s a tudatunk körvonalai. Hamarosan könnyűszerrel rájuk ismerünk, ahogy haladunk tovább.

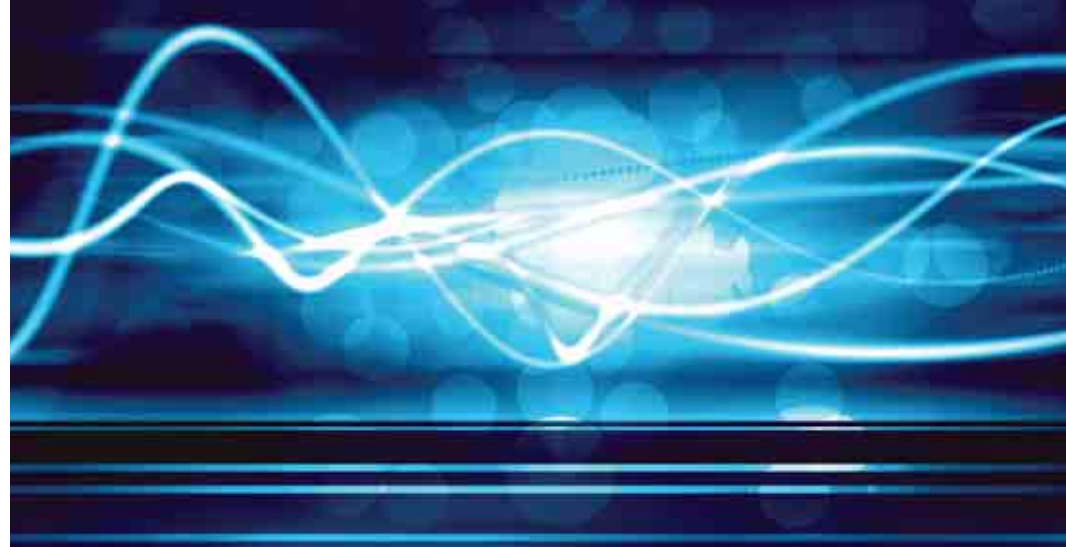
Mi értelme van használni ezt az integrál térképet? Először is, akár az üzleti életben, akár az orvoslásban, a pszichoterápia, a jog vagy az ökológia területén dolgozik az ember, vagy egyszerűen csak a mindennapi élet és a tanulás érdekli, az integrál térkép biztosítja, hogy minden fontos aspektust figyelembe

## INTEGRÁL SZEMLÉLET

vesz. Ha a Sziklás-hegység fölött próbálunk átrepülni, akkor is az a helyzet, hogy minél pontosabb a térképünk, annál kisebb a valószínűsége, hogy lezuhanunk. Az integrál megközelítés biztosítja, hogy erőforrásaink teljes spektrumát minden adódó helyzetben kihasználjuk, s így nagyobb sikerrel járunk.

Másodszor pedig, ha megtanuljuk felismerni ezt az öt tényezőt a saját tudatosságunkban – és mivel ezek minden eseményben jelen vannak –, akkor képesek leszünk könnyebben értékelni, gyakorolni és használni őket... s így jelentősen felgyorsul a személyes növekedésünk, fejlődésünk, a létezés egyre magasabb, szélesebb s mélyebb világaiba juttatva el bennünket, nem is beszélve a szakmai élet és a munka területén elért nagyobb teljesítményekről. Az integrál modell öt tényezőjében való egyszerű jártasság segíteni fog, hogy könnyebben és teljesebben tájékozódhassunk ezen a felfedezésekben gazdag és felébredéshez vezető izgalmas úton.

Röviden, az integrál megközelítés segít, hogy magunkat és a körülöttünk lévő világot teljesebben és hatékonyabban lássuk. Ám fontos, hogy valamit mindjárt az elején megértsünk. Az integrál térkép csak egy térkép, nem maga a táj. Természetesen nem akarjuk összekeverni a térképet a tájjal, de pontatlan vagy hibás térképpel sem akarunk dolgozni. Ki szeretne rossz térképpel átrepülni a Sziklás-hegység felett? Az integrál térkép is csak egy térkép, de jelenleg ez a legteljesebb és a legpontosabb.



## Mi az IOR?

Az **IOR** egyszerűen annyit tesz: **integrált operációs rendszer** (angolul: IOS – Integral Operating System). Egy információs hálózatban az operációs rendszer az az infrastruktúra, mely lehetővé teszi a különböző szoftverek működését. Az **integrált operációs rendszer** vagy **IOR** az integrál térkép másik neve. Egyszerűen arról van szó, hogy bármilyen „szoftvert” is használunk az életünkben – például az üzletünket, munkánkat, játékunkat vagy emberi kapcsolatainkat –, ahhoz az elérhető legjobb operációs rendszert szeretnénk használni, és az IOR pont ilyen. Mivel minden alapvető témát érint, lehetővé teszi a leghatékonyabb programok futtatását. Ily módon is beszélhetünk az integrál modell átfogó és mindenre kiterjedő természetéről.

Azt is meg fogjuk vizsgálni, hogy mi lehet a legfontosabb haszna az integrál térképnek vagy operációs rendszernek. Mivel az IOR-t bármely tevékenység jelölésére használhatjuk – a művészettől a táncon, az üzleti életen és a pszichológián át egészen a politikáig és ökológiáig –, lehetővé teszi, hogy ezek a területek kommunikálhassanak egymással. Ha az IOR-t használja, az üzlet elsajátítja azt a szóhasználatot, amellyel tökéletesen tud kommunikálni az ökológiával, az pedig a művészetekkel, az viszont a joggal, a költészettel, az oktatással, az orvostudománnyal és a spiritualitással. Az emberiség történelmében ez eddig még nem fordult elő soha.

Ha az integrál megközelítést használjuk – az integrál térképet vagy az integrált operációs rendszert –, akkor képesek vagyunk a tudományterületek közötti és azokon túli tudás áramlását elősegíteni és drámaian felgyorsítani, létrehozva a világ első igazán integrált tanulóközösségét: az Integrál Egyetemet. A vallás és a spiritualitás területére érve az integrál megközelítés révén létrejött az Integral Spiritual Centre (Integrál Spirituális Központ), ahol a világ összes nagy vallásaiból számos élvonalbeli tanító gyűlt össze, nemcsak meghallgatni, hanem tanítani is egymást, ami az elképzelhető legkülönlegesebb tanulási folyamatok egyikét eredményezte. Később még visszatérünk erre a fontos összejövételre, s arra is, hogyan kapcsolódhat be az olvasó is, ha érdeklődik.

De mindez azzal az öt alapelemmel indul, melyet megtalálhatsz a tudatod körvonalain belül.

# fejezet

# AZ ALAPELEMEK

