

Az emberi szellem szerkezete

Graham Little¹ PhD

Absztrakt

A tudatosság eredete című könyv a tudomány felülvizsgált alapvető módszertanát mutatja be, amely W Ross Ashby² közvetlen és végső hatásain alapul, majd ezt alkalmazza a "személy a környezetében" tudományos általános elméletének felépítésére. Az elmélet, a "8. diagram a 6. diagramba ágyazva"³, a vizsgált rendszer működését összekapcsolt változók halmazaként írja le, amelyek tükrözik a rajtuk keresztül történő változás áramlását. A változók e rendszere "leíró magyarázat" arra, hogy egy személy hogyan lép kölcsönhatásba környezetével. Az oksági magyarázat az elmélet alapjául szolgáló közvetlen hatásokban rejlik, amelyek maguk is végső hatások összessége.

Az elmélet változói kongruensek a rendszerrel, az elmélet etikusan felépített és intellektuális integritást mutat, az elmélet megfelel a reflexív kritériumoknak. Röviden, az elmélet megfelel a lehető legmagasabb intellektuális minőségi követelményeknek⁴.

Az elmélet 40 évnyi kutatás és elmélkedés eredménye, amely először nyújt átfogó képet arról, hogyan "működünk" fajként. Kezdetben úgy ítélték meg, hogy ha bármilyen, ezekre a változókra épülő elmélet megmagyarázza az emberi tulajdonságok és teljesítmények minden aspektusát, akkor ezek a változók elegendőek. A kiinduláshoz kiválasztott változók a figyelem, az attitűd, a gondolkodás, az érzelem, az agyi struktúrák, a reagáló rész, a test és a környezet voltak.

Ha az elméletnek az emberek általános elméletének kellett lennie, akkor annak az emberek minden aspektusára és minden kimenetre vonatkoznia kellett. Semmi sem lehetett kizárva. A következtetés az, hogy ha a kiválasztott változók valóban az elvárt magyarázatokat adták, és teljes mértékben megfeleltek az intellektuális minőségi kritériumoknak, akkor az emberiségnek nem volt eredendő lelke, sem pedig az emberi "szellemként" emlegetett sajátos aspektusa.

A lélek és a szellem azonban olyan döntő fontosságú eszmék, amelyek az egész emberi történelmet olyan mértékben alakították, hogy lehetetlen figyelmen kívül hagyni őket. Az eszmék túlságosan erősek, kell lennie "valaminek". Mi is pontosan?

A feltett kérdés: Hogyan "értjük" most az olyan fogalmakat, mint a szellem, a lélek és az elme az első tudományos általános pszichológiai elméleten belül? A megoldás a struktúra összetettségében rejlik. Az elmélet, a 8. diagram a 6. diagramba ágyazva, az emberi dualizmus első bizonyítéka, ahol az elme a bennünk lévő változók, a figyelem, a hozzáállás, a gondolkodás és az érzelem, az aggyal, és így a testtel való kölcsönhatására alkalmazott leírás, tehát az elme elkülönül a testtől, de függ a testtől, mint az elme "mechanizmusaitól"⁵.

¹ Graham Little az elméleti társadalomtudományok iránt érdeklődő értelmiségi. Kutatta a pszichológia általános elméletének felépítéséhez szükséges módszertant, alkalmazta az intellektuális álláspontot a pszichológia első teljesen tudományos általános elméletének felépítéséhez, és a megoldásokat A tudat eredete című könyvében kínálja fel. A pszichológia általános elméletét kiterjesztette a szervezeti tervezés és működés új rendszerének kidolgozására, valamint a méltányosabb és igazságosabb társadalom építésének tudományos eszközeinek kidolgozására. 40 éves gyakorlati pszichológiai tapasztalattal rendelkezik, először az ITASS (Institute of Theoretical and Applied Social Science) személyiségfejlesztő és tanácsadó cég vezérigazgatójaként és alapítójaként. Ma az ITASS az ő személyes holdingja. Ezután a The New Zealand Business School vállalati képzési vállalat vezérigazgatójaként és alapítójaként, ahol továbbfejlesztette meglátásait, és globális szintű szakértelmet szerzett a hatósági rendszereken belüli viselkedésváltoztatás terén. Jelenlegi üzleti tevékenysége az, hogy a szervezeti tervezéssel és a humán tőke fejlesztésével (HCD) kapcsolatos ismereteit globális szervezetekhez juttatja el az OPD-HCD™ rendszeren keresztül, amelyet tapasztalatai és elméleti ismeretei alapján fejlesztett ki. Önéletrajza, könyvei és tanulmányai PDF-ben ingyenesen elérhetők a Social Science Research Network (Társadalomtudományi Kutatóhálózat) honlapján, a www.ssrn.com/author=2572745 oldalon. Mobiltelefonja 006421909310. E-mail: graham.little@opdcoach.com. Elméleti és Alkalmazott Társadalomtudományi Intézet (ITASS). LinkedIn profil www.linkedin.com/in/grahamlittle Eredeti jegyzetek www.grlphilosophy.co.nz. Social Science Research Network szerzői oldal <http://ssrn.com/author=2572745>. Üzleti weboldal www.opdcoach.com.

² W Ross Ashby, Design for a Brain, and Introduction of Cybernetics, Chapman and Hall, 1960 körül.

³ Little, Graham Richard, The Origin of Consciousness (2016. július 26.). The Origin of Consciousness, Institute of Theoretical and Applied Social Science, Új-Zéland, Hatodik kiadás, 2016. március. Elérhető az SSRN-en: <http://ssrn.com/abstract=2814742>.

⁴ Little, Graham Richard, Stratégiai tudomány: An Improved Quality Standard for Intellectual Endeavour and Selection of the Best Ideas to Apply in Improving Life Experience (2017. február 6.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=2912593>; Strategic Science and the Failure of Peer Review: A világegyetem egy óra, nem pedig egy felhő (2017. szeptember 6.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3033398>.

⁵ Az elme, a mechanizmus, a szellem, a lélek, a test-elme probléma fogalmait itt, vagy A tudat eredete című könyvben, vagy más, az

© 2018 Graham Little
Az emberi szellem szerkezete
JEL-kódok: A12, A13, A14.

"Eredetet" támogató dokumentumokban, a www.ssrn.com/author=2572745 oldalon találjuk.

Page 1 of 13

A struktúra összetettsége megismétlődik pszichénk sokrétűségében, minden egyes "egységet" mentális készletnek nevezünk. A szellemünk aztán egy különleges mentális készlet, az első kialakult, valószínűleg az anyaméhben kezdődik, és néhány nap múlva teljesen kialakul az első "tudatosság", amely a csecsemő szemében látható. A szellemünk magja csupa érzelem, és csak a kognitív kérdésekkel válik kidolgozottá ... önkép, önbizalom, önbecsülés ... ahogy az ember érik.

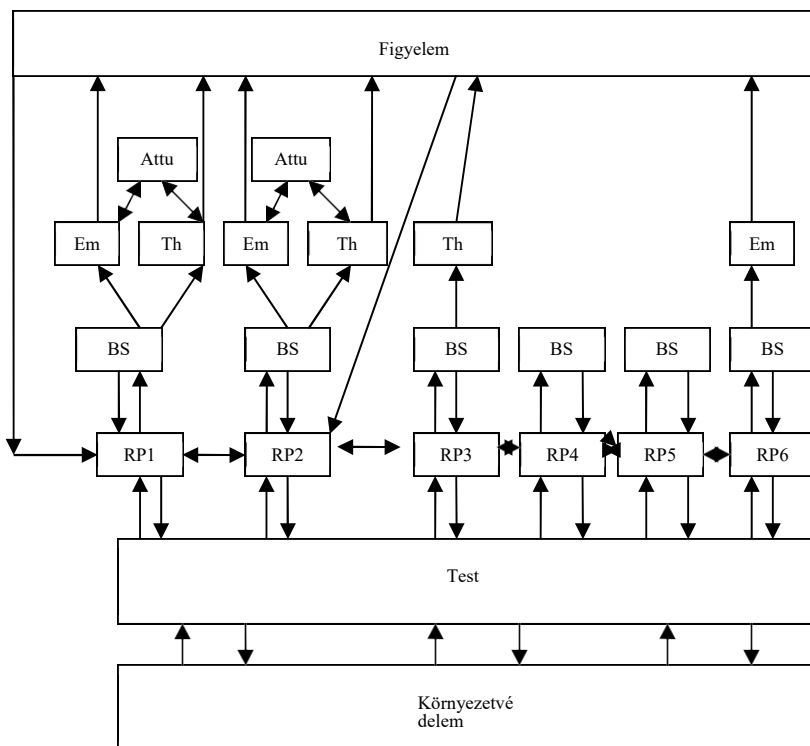
Nincs lelkünk. Az a döntés született, hogy a "lelkünket" úgy írjuk le, mint az élet nyomát, amelyet halálunkkor hátrahagyunk. A lelkünk akkor az életünket fejezi ki, és azt, amit hátrahagyunk. Halálunkkor az életünket ünneplők a lelkünket, létünk tovább élő nyomát ünneplik.

Tartalomjegyzék

.....	Absztrakt	1
.....	62. ábra	
.....	83. ábra	
Piaget fejlődési	sorrend	4
.....	Az "egység" magyarázata	4
A "magasabb"	tudatszintek mítosza	6
.....	Tudatosság	7
.....	elme kezelése	8
Gyors válasz kontra mélyreható	válasz	10
Igazság és kongruencia a	kiegyensúlyozott észfolyamatán	
.....	keresztül	10
Az	intimitás fontossága	11
Társadalmi stabilitás a	sokféleségben	11
Lélek: A	halálutáni életünk	
.....	nyoma	12
Az	előre vezető út	13

6. ábra

Az alábbiakban az ember és környezete alapvető Ashby-diagramja látható.



A felépítésének és kezdeti értelmezésének részletes tárgyalása az "Origin" című dokumentumban olvasható:⁶, valamint a Social Science Research Network (Társadalomtudományi Kutatóhálózat) támogató dokumentumaiban.

Az elmét a figyelem, az attitűd, a gondolat és az érzelem változóinak összességéként határozzák meg. Az agyi struktúrák az agyban a szokásokból, a genetikából és a tanulásból származó neurális áramlás entrópiásan vezérelt útjai. Az agyba érkező bármely input az agyi struktúrák útvonalain fog áramlani, ha az agy inherens mechanizmusaira hagyjuk. A reagáló rész a neurális rendszer azon aspektusa, amelyet az energiabemenet, jellemzően az érzékszervek által kivált.

Az ábra 6 aktív mentális készletet mutat. Valószínűleg soha nem fogjuk megtudni, hogy egy személyen belül ténylegesen hány mentális készlet van⁷, és nem tudjuk, hogy egy adott időpontban hány aktív. A megújulási tanácsadás nagyrészt ennek a struktúrának a feloldása és újraszabályozása, hogy a személy számára kielégítőbb élettapasztalatot nyújtson.

8. ábra

Az első kialakuló pszichikai struktúra a lelkünk, mint alább látható. Kezdetben minden érzelem, majd ahogy fejlődünk, az én kognitív aspektusai által kidolgozott.

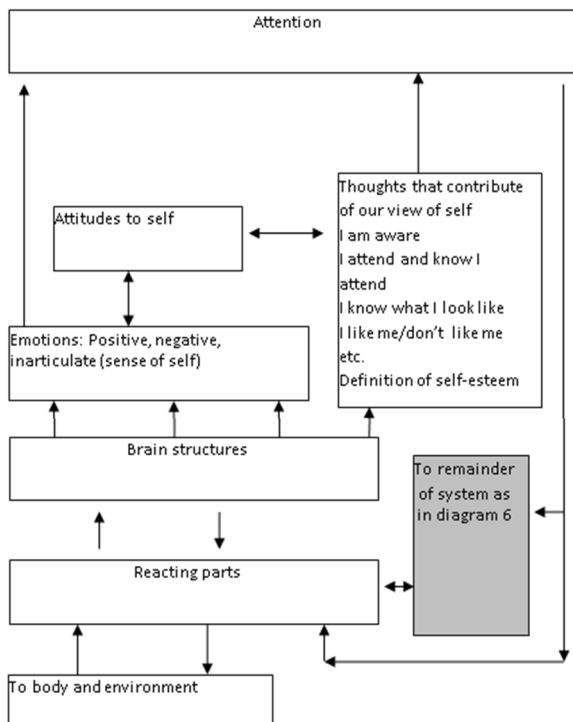


Diagram 8: Theory of 'I'. Core sense in inarticulate emotions formed as baby, then thoughts, emotions and attitudes elaborated as the person develops.

Ez a spirituális mentális készlet a pszichénk magja, és ebből fejlődik ki a 6. ábrán látható pszichikai struktúránk. Ez azt jelenti, hogy szellemünk kapcsolatban áll pszichénk minden aspektusával, a kapcsolat/befolyás erőssége pedig attól függ, hogy milyen mértékben engedélyezzük/lekapcsoljuk a kapcsolatot.

A szerkezet szemléltetéséhez képzelj el a 6. ábrát, majd képzelj el 3 dimenzióban, a testtől a lélek reagáló részeihez vezető nyilakkal, mint a 6. ábrán. Aztán nyilakkal a szellemi struktúrától a figyelemig a 6. diagramon, majd a 8. diagramon a 6. diagramon belül minden mentális halmazzal összekapcsolva, ahogyan a 6. diagram mentális halmazai is összekapcsolódnak. Ez egy rendkívül összetett struktúra, többszörös önszabályozó visszacsatolási rendszerrel, amely nem mindig van összehangolva, és nem is igazodik mindig.

⁶ Ibid., "Origin".

⁷ Nem ésszerűen elképzelni, hogy egy személyen belül több ezer mentális készlet létezik. Képzeljük el például a különböző helyzeteket, amelyekkel életünk során találkozunk. Ez önmagában is több ezerre tehető. Most képzelj el mindegyiknek a finom variációját, ami miatt mindegyik ugyanaz, de mégis más, mondjuk 3 variáció. Most képzeljük el, hogy minden egyes variációhoz külön

mentális készletünk van.

ugyanígy. A Megújulási Tanácsadás⁸ egyik fontos szempontja, hogy a személy a lehető legjobban megértse ezt a struktúrát, és saját maga számára kialakítsa a készségeket ennek kezelésére.

Piaget fejlődési sorrend⁹

Piaget a csecsemők fejlődését tanulmányozta egészen a fiatal felnőttekig, és a fejlődés szakaszokra bontott magyarázatát kínálta. (1) Szenzorimotoros (2 éves korig). (2) Preoperacionális (2-7 éves korig). (3) Konkrét operatív (7-12 éves korig). (4) Hivatalos működési (12 év feletti).

Az elmélet, a 6. diagramba ágyazott 8. diagram, a megfigyelt szakaszok alapjául szolgáló részletes fejlődést mutatja be. Elvárható, hogy bizonyos dolgoknak előbb kell bekövetkezniük, mint más dolgok lehetségesek. Az 1. szakasz lényegében az én és a külvilág kapcsolatának megtanulásáról szól, és arról, hogyan mozgathatjuk a testünket, és hogyan tehetünk meg dolgokat a külvilágban. A 3. és 4. szakasz az elme tartalmának fejlődéséről szól, a 2. szakasz pedig a szenzomotoros és a kognitív fejlődés átfedését jelenti.

Az emberi evolúció a legsikeresebb sorozatot eredményezte. Például a konkrét gondolkodás és megértés kifejlődése az absztrakt gondolkodás kifejlődése előtt, mindkettőt megelőzte a szenzomotoros készség és a testmozgás megértése.

A szellem magjának fejlődése a 8. ábrán látható módon a Piaget-féle 1. stádiumot megelőzi. Ez a mag az a pszichés alapstruktúra, amelyből minden más fejlődik. A sorrend ezután a következő: (1) Szellemi. (2) Szenzomotoros. (3) Preoperacionális. (4) Konkrét operatív. (5) Formális operatív.

Minden egyes ember egyedi példája az elméletnek, beleértve olyan dolgokat, mint a test kémiaja, az idegi kapcsolatok és az összekapcsolhatóság. Ezek az emberek közötti különbségek alapvető fizikai kifejeződései. Ezért irreális elvárás, hogy a szakaszok minden egyes személy esetében azonos időtartamúak legyenek, vagy azonos hatást gyakoroljanak a személyre. A szakaszok inkább átfogó fejlemények, az egyik szakasz egy szükséges szintre fejlődött, mielőtt a következő szakasz lehetséges lenne.

A spirituális szakasz az első, ami az elméletnek az emberiség spirituális modelljeként adja a címet.

A "egység" magyarázata

Az elme és a tudatosság "egynek" érzi magát.

Képzeld el, hogy lovagolsz egy lovon. Egy gyenge lovas kellemetlen érzéseket fog mutatni, soha nem találja a ritmust vagy az áramlást a lóval. A ló és a lovas "ketten" vannak. Most képzeljünk el egy jó lovast, aki megtalálja a ritmust vagy az áramlást, könnyű, kecses, és úgy írják le, hogy "egy" a lóval, és mindannyian pontosan tudjuk, hogy ez mit jelent. De még mindig kettő van, legalább annyira, mint a szegény lovasnál. De a jó lovas és a jó lovas szemlélője számára úgy érzik és úgy tűnik, hogy "egy".

Ugyanezt a megjegyzést lehetne tenni egy jó golfozóval szemben egy rossz golfozóval szemben. A jó golfozó "egy" az ütővel.

A kérdés az ügyesség és a koordináció. Minden helyzetben kettő van, de az ügyesség és a koordináció révén a "rajtam kívül álló" én az "én" részévé válik. Az "egység" nem attól függ, hogy egyetlen entitás-e, hanem a készség és a koordináció függvénye. Technikailag a végső hatások szintjén ez az "egység", de ez nem jelenti azt, hogy a mögöttes mechanizmusok egyetlen változót jelentenek. A mechanizmusok működése "egynek" érezhető, holott a mechanizmus valójában egy összetett művelet, amely csak interaktív több változóval magyarázható.

Az elmét jelentő változók például eleve nem érzik magukat "egynek", feszültségekkel és eltérő gondolatokkal és érzelmekkel. De ügyességgel összehangolhatók, "eggyé" tehetőek, de az ügyesség és az összehangolás jellemzően nem a mechanizmus változásainak, hanem a mechanizmus által vezérelt tartalom változásainak köszönhető. Például az egyszerű

⁸ Lásd a Renewal Counselling első előadásának tanulmányait, A depresszió kezelése attól függ, hogyan értjük meg magunkat (2018. augusztus 26.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3238966>; Who Am I? A pszichológia általános tudományos elméletének értelmezése az "én" magyarázatáról (2018. szeptember 1.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3242866>; és On the Structure and Operation of Mind (2018. szeptember 9.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3246655>.

⁹ Írja be a Google-ba a "Piaget stages" kifejezést, és kövesse a linkeket. Ésszerűen feltételezhető, hogy a csecsemőkori fejlődés szabályos lépéseket követ. A Piaget-féle szakaszok a csecsemők fejlődésének jelentős megfigyeléseire épülnek, és a fejlődés lépéseinek ésszerű fogalmi megfogalmazását jelentik.

technikák az elme lecsendesítésére, például a legcsendesebb zaj keresése. Vagy amikor koncentrálnak, ahelyett, hogy hagynák, hogy az elme szabadjára engedje magát.

A mentális egészség egyik aspektusa az, hogy minden mentális készletben összhangot teremtsünk, így biztosítva az összhangot, az egyensúlyt és az "egységet". Ez az érvelés a fejlődés hatodik szakaszához vezet, mint a pszichikai struktúránk egyensúlyának és integrációjának finomítása és tartalmuk felülvizsgálata, hogy hatékonyabb elképzeléseket tegyen lehetővé, amelyek a legjobban megfelelnek az életcélnek.

A fejlődési sorrend ezután a következő: (1) Szellemi. (2) érzékszervi-motoros. (3) Preoperációs. (4) Konkrét operatív. (5) Formális operatív. (6) Integráció. Ez a hatodik szakasz magában foglalja az egyes szakaszokban elért készségek és megértés koordinációjának javítását, az "egység" fejlesztését, az ötletek alkalmazását mentális egészségünk javítására és léttapasztalatunk felemelésére.

Míg az evolúció az első öt szakaszt irányította, az emberiség azon a szinten van, hogy a fejlődésünk a kultúrán keresztül halad előre, így választhatjuk a hatodik szakaszt, hogy megszilárdítsuk és továbbépítsük a fizikai evolúció által nyújtott platformot.

Lelkünk szerkezete

Lelkünk magja a nyelv előtti, az anyaméhben és a csecsemőkorban lerakott érzelmek. E mag természetéből adódóan talán valószínűtlen, hogy domináns érzelmeket tartalmazna, kivéve kivételes körülmények között, amikor az anya a terhesség alatt drámai eseményeket él át, amelyek a baba érzelmi magjába áramolhatnak. Vagy ha a csecsemő a legkorábbi hónapokban bántalmazásnak és elhanyagolásnak van kitéve. De még ha bántalmazásnak is van kitéve, ez nem jelenti azt, hogy ez előre meghatározza a személy életét, aki könnyen el tud fogadni egy határozott önmeghatározási szemléletet, és teljes mértékben le tudja küzdeni az ilyen korai életszakaszból eredő bármilyen kedvezőtlen érzelmi alapot. Különösen akkor, ha ez a kedvezőtlen lelki bázis pre- és korai kognitív, vagyis a szenzomotoros vagy korai, preoperációs fejlődési szakaszban jelentkezik.

A mentális halmazok szerkezete, amelyet a 6. ábra szemléltet, ebből a szellemi magból fejlődik ki. Mivel a szellem minden mentális készlethez kapcsolódik, a szellemi mag érzelmi tónusa befolyásolhatja a felnőtt egész pszichés szerkezetét, negatív vagy pozitív érzelmek felé orientálva azt.

A személyiség érzelmi tónusának meghatározásában a legerőteljesebb tényezők a fejlődés során, a fejlődés konkrét operatív és formális operatív szakaszában keletkező, önmagunkról alkotott kogníciókban rejlenek, amikor az önmagunkról alkotott kognitív értékelések lelkünk érzelmi magjára kerülnek, amit a 8. ábra szemléltet.

A kognitív értékelések közé tartozik az önfogadás, önbizalom, önbizalom, önbecsülés, önbecsülés stb. A "mi" egy "külső" tárgy a gondolatainkban, ugyanolyan, mint amilyen elképzeléseink lennének egy fáról, egy virágról, vagy az édesanyánkról, vagy a barátainkról.

Az én e kognitív értékelésének ideológiai alapja az a tágabb nézetünk arról, hogy "hogyan működünk fajként", vagyis hogy "megértjük-e magunkat" az orvosi modell, a spirituális modell vagy bármelyik másik, alább említett modell segítségével. Ez a megértés alapvetően befolyásolja, hogy hogyan "látjuk" és "érezzük" az önmagunkat leíró elképzeléseket, és hogy milyen mértékben lehet vagy nem lehet ezeket kezelni, hogy segítsünk magunknak javítani az léttapasztalatainkon. A szellemünk befolyása az életünkre akkor a legnagyobb, ha a szellemünk megszerzi a kognitív átfedések nagyobb részét. Ekkor minden mentális készletet átítat.

Legyőzhetjük a szellemünk befolyását azáltal, hogy olyan gondolati döntések mellett kötelezzük el magunkat egy mentális készletben, amelyek negligálják a szellemi befolyást. Vagyis helyzetről helyzetre "megküzdünk" a "reakcióinkkal". Az ilyen reakciók, amelyek az entrópia irányította neurális áramlások által keletkeznek, és talán már korán kialakultak bennünk, vagy nem értjük, csak azt tudjuk, hogy időnként saját magunk útjába állunk annak, amit tenni akarunk, és harcolunk magunkban, hogy legyőzzük saját ellenállásunkat az életünk sikere érdekében.

A sikerünket eredendően támogató neurális áramlások kiépítésének hatékonyabb módja, ha korán, például az általános iskolában és a főiskolán alaposan megvizsgáljuk szellemünk kognitív struktúráját, hogy tisztában legyünk vele, és hogy hogyan kezeljük ezt a struktúrát úgy, hogy az jobban szolgálja választott életünket.

A szellemünk kognitív struktúráját alkotó eszméknek három szintje van.

az igazság kreatív, kiegyensúlyozott keresésének tárgya, mint bármely más tudományos megértés. Tekintettel a szellem szerkezetének és az elme tartalmainak kezelésével kapcsolatos, az emberiség spirituális modellje által kínált mély megértésre, itt azzal érvelünk, hogy ez a spirituális modell erősebb és biztosabb spirituális alapot jelent emberi potenciálunk fejlődéséhez.

¹² Ibid., "Eredet" a teljesebb kifejtésért.

veleszületett képességei a leghasznosabbak. Az emberiség spirituális modelljén belül ez elsősorban az élethez legmegfelelőbb eszmék azonosítása és az ezen eszmék azonosítását legjobban lehetővé tevő kulturális folyamatok kifejlesztése.

A folyamat jelentős része az, hogy a polgárok elfogadják az emberiség spirituális modelljét, mint szellemi fejlődésük ideológiai alapját, ami az egyének politikai és kulturális szabadsága miatt lehetővé teszi az általunk megválasztott politikusok számára, hogy az emberiség spirituális modelljének eszméit cselekedjék és valósítsák meg anélkül, hogy az a veszély fenyegetné őket, hogy leszavazzák őket hivatalukból. Naivitás azt gondolni, hogy egyéni spirituális fejlődésünk elválasztható annak a kultúrának a mentális egészségügyi ideológiájától, amelyben fejlődtünk, ami viszont kapcsolódik a tágabb értelemben vett társadalomhoz, amelyben a mi kultúránk csupán egy a sok közül.

Ebből következik, hogy az életcélnek leginkább megfelelő elképzelések megvalósítására irányuló politikai cselekvés szorosan kapcsolódik a meglévő ideológiához, és korlátokat szab annak, hogy a demokratikus politikusok mit tehetnek, függetlenül attól, hogy az elképzelések mennyire jók.

Modern világunkban az emberiség jelentős fejlődése véletlenszerűen vagy tervszerűen következik be. De ha tervszerűen történik, akkor olyan társadalmi fejlesztési tervekre van szükség, amelyek túllépnek a jelenlegi pártpolitikán és a gazdasági ideológia naivitásán, amelyen alapulnak.

A jelentős ideológiai változások időskálájának megértése kulcsfontosságú, és idővel minden demokráciában a politikai megértés és folyamat részévé kell válnia. Új-Zélandon például 3 évente vannak választások. De például a mentális egészség ideológiai alapjának fejlesztésére irányuló bármilyen terv sokkal hosszabb időt vesz igénybe, mint három év, valószínűleg 10-15 évet, hogy jelentős változást érzünk el. Ez idő alatt négy vagy öt választás lesz, és különböző kormányok. Fontos lesz, hogy minden politikai párt megértse és elfogadja az emberiségnek ezt a szellemi modelljét, és egyetértsen abban, hogy a társadalmi megvalósítás döntő szempontjai nem válhatnak pártpolitikai vitákká. Minden párt egyetért abban, hogy a kormány célja az, hogy minden polgár élettapasztalatát felemelje. A társadalmi fejlődés egyes aspektusai pedig egyszerűen túl fontosak ahhoz, hogy politikai eszmecserékben elértéktelenedjenek. Ez a politika természetét is megváltoztatja, és nem egy csoport bizonyos elképzeléseinek képviselőjét jelenti, hanem azt, hogy az arra alkalmasnak ítélt és megválasztott vezető emberek feladata legyen a társadalmi fejlődés olyan irányítása, amely minden polgár számára előnyös.

A tudatossága

Tudatosnak lenni annyit tesz, mint tudatában lenni.

Az evolúció az ember számára szinte elképzelhetetlen ideig tartó próbálkozás és tévedés. Ez egy spontán genetikai variáción keresztüli próba és tévedés folyamata. Az eredmény az, hogy a fajok a környezetükhöz legjobban alkalmazkodva fejlődnek, és a túléléshez szükséges képességek nem fejlődnek ki. Például a keleti misztikusok, akik képesek irányítani a szívverésüket. Ez a képesség az embereknél nem könnyen fejleszthető. Nincs visszacsatolásunk az agy működésére az agyhoz. Azok az emberek, akik ezeket a képességeket igyekeznek kifejleszteni, az evolúciót "megkérdőjelezzik". Hiszek az evolúcióban, hogy az ilyen dolgok nem a leghatékonyabb túlélési tulajdonságok. A meditáció ebbe a kategóriába tartozik.

Miért helyezi az evolúció a hangsúlyt a tudatosságra? Egyértelmű és jelenvaló túlélési érték, mind társadalmi, mind fizikai értelemben. A tudatosság csökkentése azt jelenti, hogy csökkentjük azt, ami a leginkább biztosítja a túlélést. Mintha berúgnánk egy buliban, és elveszítenénk a tudatosságot arról, hogy mi történik.

A tudatosság és a fogalomalkotó képességünk teszi lehetővé olyan ötletek létrehozását, amelyek a körülményekre alkalmazva lehetővé teszik a körülmények jobb kezelését. A kultúrán keresztül történő eszmei fejlesztés és megosztás az, ami az emberi dominanciát eredményezi ebben az ökoszisztémában.

Azért vagyunk olyanok, amilyenek ma vagyunk, mert fejlett tudatossággal rendelkezünk. Ezt a tudatosságot absztrakt gondolati szintekké alakítjuk, amelyek egy olyan vonalat képviselnek, amely megkülönböztet minket minden ismert fajtól. Egy vonal, amelyet egyetlen más ismert faj sem lépett át.

A csökkentett tudatosságot "magasabb tudatosságnak" tekinteni naiv nézet, amely a meditáció szingularitása mögötti tudomány megértésének hiányán alapul. A csökkentett tudatossággal kapcsolatos helytelen elképzelések helyett inkább arra kell összpontosítanunk, hogyan biztosítjuk, hogy kiegyensúlyozott tudatosságot építsünk, jobban megértsük körülményeinket mind egyénileg, mind közvetlenül, mint a személyes észlelésünkben és a kongruencia keresésében, és mint faj a tudományon keresztül a világegyetem jobb megértésével, a szocializált kongruencia keresésében.

Vissza kell térnünk a kultúra alapjaihoz. A kultúra olyan fontosnak bizonyult az emberi ügyekben, mint az

© 2018 Graham Little
Az emberi szellem szerkezete
JEL-kódok: A12, A13, A14.

eszmék forrása, amely lehetővé teszi a nagyobb tudatosságot, ami az eszmék által érintett körülmények jobb kezeléséhez vezet.

Túlélésünk mindig is a kultúrától függött, amely a legjobb elképzeléseket az életcélnak megfelelőnek tartja, és ez nem változott. De szem elől tévesztettük ezt, mivel a kultúrát a társadalmi identitásunkkal bonyolítottuk, holott ez nem a kultúra alapvető célja, csupán affektálás, amely az emberi különbségek hangsúlyozásához vezet, erőszakot és dominanciaharcot vált ki.

Meg kell követelnünk, hogy az alapvető szellemi intézmények kiegyensúlyozott, igaz véleményt nyújtsanak minden fontos kérdésben¹³. Az igazságot a konfliktusban álló eszmék, a történelem, az összes mögöttes, de összefüggő kérdés kiegyensúlyozott bemutatásán alapuló, a jelenlegi helyzetre perspektívát nyújtó igazságot. Nincs politikai "pörgés", nincs elfogultság, nincs érzelmi vagy ferde nyelvezet. A "tényekre" való összpontosítás, a gyakran ellentétes politikai álláspontok nem a téma, amely az eszmékben rejlő etikai és erkölcsi kérdésekre és azok kiegyensúlyozott, érvekkel alátámasztott felülvizsgálatára összpontosít¹⁴.

Managing elme

Egy adott helyzetben az általunk elfogadott és alkalmazott elképzelések alapján cselekszünk. Cselekedeteink intenzitása az elképzeléseinkhez kapcsolódó érzelmekből ered. Az elme irányítása ezután hatékony ötleteket fogad el, hogy alkalmazza és biztosítsa az érzelmek megfelelő mértékét.

Az emberiség spirituális modelljében az elme kezelése az elme tartalmától függ, nem pedig az agy neurológiai működésétől, mint a jelenlegi orvosi modellben. Minden pszichés állapot elsődleges okozója az elme, nem pedig az agy.

Az agy hibás működése, amelyet a rákhoz vagy egy törött lábhoz hasonlítanak, nem áll az ember közvetlen lehetőségei között, hogy kijavítsa, ezért az idegi mechanizmus hibás működését *mentális betegségként* definiálják. A másik típusú működési zavar az elme tartalmából ered, és *csak* a személy által korrigálható, és *pszichológiai diszfunkcióként* definiált¹⁵.

Van egy köztes helyzet, ha az elképzelések erősen ragaszkodnak, és ha elég sokáig fennmaradnak, akkor az idegi mechanizmusok megszokottá válhatnak, vagyis az entrópia által vezérelt inherens idegi pályák például depressziós vagy szorongásos pszichés állapotokat, vagy akár öngyilkosságot is okozhatnak. Ha a megszokott neurális mechanizmusok kedvezőtlen pszichés állapotokat eredményeznek, akkor a személyt mélyen megzavarják¹⁶, ami megerősítheti a kedvezőtlen állapotokat, erodálva a személy élettapasztalatát, és a tünetek mérséklésére gyógyszerekre lehet szükség, miközben az útmutatás és a tanácsadás támogatja a személyt abban, hogy megújítsa¹⁷ neurális működését, hogy olyan inherens neurális pályákat építsen ki, amelyek támogatják a jobb élettapasztalatot.

A kérdés a pszichés állapotok etiológiája. A mentális betegségekben az idegrendszeri hibás működés, a pszichológiai diszfunkcióban a káros pszichés állapotok a személy által károsnak ítélt gondolatok és érzelmek miatt jönnek létre¹⁸. A köztes kérdés az, amikor az elme olyan tartalma létezik, amely az agyban beágyazott entrópiikus pályákat eredményezett. Az erősen beágyazott entrópiikus pályák az idegi pálya nagyon alacsony potenciális energiagátjainak következményei lehetnek. Az ilyen pályákhoz azonnal hozzáfér az idegi energiaáramlás, és olyan alacsony energiagátakkal, amelyek nagyon megnehezítik a személy figyelmi mechanizmusán keresztül történő irányítást. Az ilyen agyi struktúrák mélyen zavaró pszichés állapotokat eredményezhetnek. Jelenleg nincs olyan technológia, amely különbséget tenne ezen etiológiák között, ami jelentős problémákat okoz, mivel a mögöttes etiológia irányítja a beavatkozás jellegét a személy élettapasztalatának javítása érdekében.

Ha a személynek az elméjét kell irányítania, mivel a pszichés állapotok mozgatórugója az elme tartalma, a saját elméje irányítása iránti elkötelezettség attól függ, hogy a személy mennyire hiszi, hogy képes irányítani az elméjét.

Bármely feladat elvégzését jelentősen meghatározza az, hogy az ember mennyire elkötelezett a feladat iránt. Például egy tehetséges sportoló, aki nem éri el egészen a csúcspontot, mert úgy tűnik, hogy soha nem "akarja" annyira a győzelmet, mint az ő

¹³ Little, Graham, Role of Intellectual Institutions Guiding Citizens on Ideas as Fit for Purpose (2018. július 6.) Elérhető: [SSRN: https://ssrn.com/abstract=3209575](https://ssrn.com/abstract=3209575).

¹⁴ Ibid. "A szellemi intézmények szerepe..."

¹⁵ Lásd az "Eredet" teljes körű tárgyalását.

¹⁶ Az elme és a szellem tartalma közötti kapcsolatok ahhoz a javaslatához vezetnek, hogy a depresszió a "szellem szenvedése", nem pedig idegi működési zavar. ¹⁷ A megújulási tanácsadás alkalmazása. Lásd a Megújulási tanácsadás első bemutatójáról szóló dokumentumokat: A depresszió kezelése attól függ, hogyan értjük meg önmagunkat (2018. augusztus 26.). Elérhető az SSRN-en:

<https://ssrn.com/abstract=3238966>; Who Am I? A

A pszichológia általános tudományos elméletének értelmezése az "én" magyarázatáról (2018. szeptember 1.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3242866>; és Az elme szerkezetéről és működéséről (2018. szeptember 9.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3246655>.

¹⁸ A megfogalmazás fontos, mivel egyes érzellemmel járó pszichés állapotok az egyik kultúrában elfogadottak lehetnek, a másokban viszont nem, így a személy reakciója a pszichés állapotára kulturálisan meghatározott lehet.

- ¹⁹ Vágy: Az életben általában azok a sikeresek, akik "akarják". Ez egy ideológiai álláspont, amely minden feladathoz megfelelő, és bár egy személy kijelentheti, hogy sikerre akar jutni valamilyen feladatban, az életében megmutatkozó szélesebb körű "vágy" hiánya végül alááshatja az erőfeszítést. Kifogynak a pufajkából, nem akarják megfizetni az önfegyelemben az ismétlés árát, stb. ahogy a mondás tartja.

²⁰ Javaslat a Television NZ-nek, hogy legyen globális vezető szerepet vállalva a globális eseményekről szóló 24-7 újdonságok kínálásában, az itt meghatározott "igazság" alapján. <https://www.facebook.com/graham.little.58/posts/10156461698062346>

²³ A társadalom nem olyan az emberiség számára, mint egy fa vagy egy foton. A társadalmat a mi mentális tervezési specifikációnk hozza létre, akárcsak egy vacsorát. A társadalom természetét mi választjuk ki azért, hogy milyen eszméket alkalmazunk a felépítésében. Hivatkozunk erre: Szellemi humanizmus: A szabadságban a harmónia iránt elkötelezett társadalom ideológiaválasztása. Nyílt levél az Aucklandi Katolikus Egyházmegyének és az egyházmegyén keresztül nyílt levél a pápának (2017. június 30.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=2995716>. Ez a levél ezen a felfogáson alapul, és azt az eszmefuttatást tárja fel, amely az általam remélt, közös társadalmunk megvalósításához szükséges. Ez azt jelenti, hogy az általam megítélt társadalom felépítéséhez meg kell változtatnunk a gondolkodásunkat, és ezáltal a cselekvésünket is. Ez egyszerre sokkal egyszerűbb és sokkal nehezebb, mint ahogy azt általában felfogják.

A *spirituális humanizmusnak* nevezett megoldás²⁴, amely az ebben a dokumentumban összefoglalt alapvető ideológián alapul. Vagyis, hogy a társadalom stabil legyen, akkor minden egyes polgár elfogadja azt a nézetet, hogy minden más polgár a pszichológia tudományos általános elméletén keresztül értendő.

A szabad társadalmat úgy "értik", mint az alkotmánynak nevezett jogalapot, amely minden emberre egyformán vonatkozik, és amely minden polgár elméjének és szellemének alapvető ideológiai háttereként, és így minden egyéni társadalmi cselekvés háttereként működik. Az alkotmányra úgy is hivatkozhatunk, mint az ember társadalmi ideológiájára, akitől elvárják, hogy a jogállamiság szerint éljen, a jogállamiságot az alkotmányban, a jogi precedensben és az államgépezetben kodifikálták, ahol az alkotmány a társadalom fejlődésével fejlődött. A kultúra ezután egy adott csoport életmódja az alkotmányon belül. Egy szabad társadalmon belül az alkotmány több kultúrát is magában foglal, az egyetlen követelmény az, hogy a csoport társadalmi magatartása az alkotmányban meghatározott jogszerű magatartás körébe essen.

Ha olyan alkotmányt fogadnak el, amelyben az egyik csoport politikai kiváltságokkal rendelkezik egy másik csoporttal szemben, akkor az előrejelzések szerint idővel a feszültségek növekedni fognak az adott társadalomban, mivel a polgárok elégedetlenek lesznek az alulprivilegiumok miatt. Az egész emberi történelem azt hangsúlyozza, hogy az emberek nem fogadják el a végtelenségig a hátrányos helyzetüket.

Egy olyan társadalom, amely úgy kezdődik, hogy az egyik csoport kiváltságokkal rendelkezik a másik csoporttal szemben, nem lesz hosszú távon stabil. Ez azt eredményezi, hogy például a rasszizmus szétválás strukturális instabilitásra, amely a törvényben kodifikált hátrányos megkülönböztetés formájában jelenik meg, és a mindennapi viselkedésre, amely a törvény mindennapos kifejeződése a társadalomban. Az előrejelzés szerint, ha az alkotmány nem egyformán vonatkozik mindenkire, akkor a társadalom önmagában instabil. De annak biztosítása, hogy az alkotmány egyenlően érvényesüljön, még nem garantálja az egyik csoport és a másik csoport mindennapi viselkedésének egyenlőségét, ami évtizedekig tarthat. De ha az alkotmány nem esik egyformán mindenkire, akkor nem valószínű, hogy a társadalom valaha is eléri a társadalmi stabilitást.

Lélek: Életünk nyoma a halál után.

Lelkünk tükrözi életünk kifejeződését.

Az életben minden emberi dolog magyarázata teljes. A halálról ...?

A tudomány megállapítja, hogy van szellemünk, és hogy a szellem teljesen érthető és jelentős aspektusa annak, hogy kik vagyunk és hogyan cselekszünk. Ha most a lelket úgy határozzuk meg, mint ami a halálon túl is folytatódik, akkor a tudománynak nincs szüksége lélekre ahhoz, hogy megértsük, kik vagyunk és miért tesszük azt, amit az életben teszünk.

Van lelkünk? A tudomány szerint az élő "én" megértéséhez nincs szükség lélekre. Másodsor, nincs olyan változó, vagy változók gyűjteménye, amely a halálon túl is fennmarad.

A spirituális humanizmus egy "vallásos" álláspontot kínál, amely azzal kezdődik, hogy létünket a következőképpen jegyzi fel:

1. Életünk kifejezése nyomot hagy azoknál, akikkel életünk során kapcsolatba kerültünk.
2. Létezésünk hivatalos emberi feljegyzésben rögzített anyaga.
3. Az életben elért eredményeinket rögzítik a kulturális/történelmi feljegyzések. A 2. és 3. pontot általában "történelemként" határozzák meg.

Létezésünk nyomát a fenti feljegyzésben "lélek"-ként határozhatjuk meg. Így ma "kutathatjuk" Dzsingisz kán, Hitler, Churchill, Rooseveltt, Platón, Popper, Marx, Beethoven, Picasso, Bertrand Russell, Caesar, Néró, Shakespeare, Tolsztoj, Dickens, Orwell, de Chardin, Gibran, Einstein, Maxwell, Bohr, Curie, Michelangelo, Sztálin stb. lelkét²⁵. Mindhárom fenti kategóriában kutathatjuk őket, és elgondolkodhatunk a széleskörű kulturális és

²⁴ Little, Graham Richard, *Spirituális humanizmus: A szabadság harmóniája iránt elkötelezett társadalom ideológiaválasztása*. Nyílt levél az Aucklandi Katolikus Egyházmegyéhez és az egyházmegyén keresztül nyílt levél a pápához (2017. június 30.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=2995716>.

²⁵ Nem említek ázsiai, arab vagy afrikai példákat, nem tiszteletlenség vagy elfogultság miatt, hanem azért, mert nagyon keveset tudok ezekről a hagyományokról. Én a nyugati társadalmi és filozófiai fejlődés terméke vagyok, legalább az elmúlt 3000 év során.

Büszke vagyok a kulturális örökségemre. A tudományos ésszerűség minden határán belül vagyok, és nem kellene, hogy mesterségesen más kultúrákból és társadalmi és filozófiai hagyományokból származó példákat vegyek fel, azáltal, hogy őszintétlenül példákat vonok be ezekből a hagyományokból. Mindenkinnek magára van bízva, hogy az én példáimat gondolatban lefordítsa a sajátjára, a pontok megmaradnak és nem lesznek mások az ő hagyományukban, csupán az elnevezések különböznek. Nem akarom megsérteni, de ha mégis veszik, nem vállalok felelősséget.

történelmi hatásukat, vagy vizsgáljuk meg, hogy mit tudunk a mindennapi családi életükről és a szűk társadalmi csoportjukra gyakorolt hatásokról. Az ilyen kutatások a lélekbe hatolnak, amelyet az emberek ránk hagytak, hogy elgondolkodjunk és tanulmányozzuk, tiszteljük vagy elutasítsuk őket.

Mindannyian lelket hagyunk magunk után, a legtöbbünknek a családban és a közeli barátokban marad nyoma. Nagyon kevesen érik el azt a hatást, mint az említettek.

A spirituális humanizmusban mint "vallásban" a hangsúly az életben tanúsított magatartásunkon van, mivel az életben tanúsított magatartásunk határozza meg, hogy mások hogyan gondolkodnak és éreznek rólunk a halál után.

Az előre vezető út²⁶

Az emberiség spirituális modellje azt állítja, hogy emberi természetünk azon a fejlett képességünkön alapul, hogy felismerjük és alkalmazzuk azokat az eszméket, amelyek a legjobban lehetővé teszik a jobb élettapasztalatot. Választhatunk, és érvényesíthetjük választásunkat az entrópiával szemben, amelyet jelenleg a világegyetem elsődleges hajtóerejének ítélnék. A természetünk lehetővé teszi, hogy olyan fokú irányítást gyakoroljunk a világegyetem felett, amelyet más ismert faj nem tud. Csak az emberi kreativitás képes arra, hogy a víz felfelé menjen és ott is maradjon.

Megújíthatjuk magunkat és a társadalmat azáltal, hogy olyan eszméket választunk, amelyek jobban megfelelnek az emberiség életcéljának ebben a korban, az első globális civilizáció küszöbén. Ebből és az ezt alátámasztó dokumentumokból kiindulva a következő gyakorlati lépéseket javasoltuk, amelyek mindegyike lehetővé teszi az emberek számára a jobb élettapasztalatot.

1. Az emberiség spirituális modelljének elfogadása a mentálhigiénés politika alapjaként, és a spirituális modellel összhangban lévő valamennyi szakpolitikai lehetőség végrehajtása.
2. Az emberiség spirituális modelljének elfogadása az oktatáspolitikai alapjaként, és a spirituális modellel összhangban lévő valamennyi szakpolitikai lehetőség végrehajtása.
3. Az értelmiségi intézmények kiegyensúlyozott, megalapozott képet nyújtanak a helyzetekről, lehetővé téve az "igazság" megjelenését a polgárok tudatában, ami a polgárok megfontoltabb és megfontoltabb társadalmi magatartásához vezet.
4. Megszilárdítani a kormány célja a társadalmi stabilitás, amelyben az emberek szabadok és élvezik a jobb élettapasztalatot. Történelmi igazságtalanságok kompenzálása, majd a polgárok előre néznek egy egységes alkotmány alapján, amely mindenkire egyformán vonatkozik.
5. A kultúra elismerése, mint az egyes csoportok által választott életmód. Minden kultúra elfogadható, feltéve, hogy az emberek az alkotmány keretein belül viselkednek.
6. A média a társadalom ideológiai fejlődésének támogatására ösztönözve arra ösztönözve, hogy kiegyensúlyozottabb véleményt nyújtson a kérdésekről, amely az értelmiségi intézmény által kínált kiegyensúlyozott érvekből származik.
7. A társadalmi haladás elismerése a polgároknak az önfegyelem fejlesztéseként minden társadalmi magatartás tekintetében. Annak elismerése, hogy a valódi társadalmi fejlődés a kormányzat feladata, függetlenül az ideológiai nézetektől, és ezért a kormányzat minden pártjának együtt kell működnie a társadalmi fejlesztési tervekben, amelyek átlátható módon kívánják megvalósítani a polgárok társadalmi magatartásáért való felelősségnek a polgároknak való átruházását.
8. Annak felismerése, hogy a modern társadalom szociológiai struktúrája feudális, és a kormány hosszú távú tervet kezdeményez a méltányosabb elosztási igazságosság lehetővé tételére.

Választhatunk jobb ötleteket. A vezetés az a lépés, amely során azonosítjuk és meghatározzuk ezeket az ötleteket, és ezzel vitát és támogatást nyerünk róluk.

²⁶ E szakaszra való hivatkozásként hivatkozzon a www.ssrn.com/author=2572745 honlapon található összes munkára. Különösen: Why Work (2016. július 19.). Elérhető az SSRN-en: <http://ssrn.com/abstract=2811954>; Learning to Live with 'I Want What is Best

for Me' (2016. augusztus 23.). Elérhető az SSRN-en: <http://ssrn.com/abstract=2828356>; A szabadság pszichológiája (2016. szeptember 1.). Elérhető az SSRN-en: <http://ssrn.com/abstract=2833671>; Az igazságos társadalom definíciója és számszerűsített mércéje (2017. május 27.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=2975915>; Utunk a jövőjükhöz (2017. augusztus 21.). Elérhető az SSRN-en: <https://ssrn.com/abstract=3023247>.