

MODELUL TRINITAR AL PSIHICULUI

“Fiindcă, dacă mă rog în altă limbă, duhul meu se roagă, dar mintea mea este fără rod. Ce este de făcut atunci ? Mă voi ruga cu duhul, dar mă voi ruga și cu mintea ; voi cânta cu duhul, dar voi cânta și cu mintea.” (1 Corinteni 14.14,15) ;

“...și duhul vostru, sufletul vostru și trupul vostru să fie păzite întregi, fără prihană ...” (1 Tesalonicieni 5.23)

Abordarea predominant *statistică* a psihologiei introduce rigoare în studiile științifice, dar minimalizează *intuiția* și *introspecția*, care sunt indispensabile psihoterapeuților și consilierilor. Poate de aceea s-a căscat o prăpastie între cele două domenii ale psihologiei și chiar tendințe de separare oficială (în învățământul universitar din S.U.A.). Matematizarea excesivă a psihologiei științifice a dus și la o plafonare a creativității în acest domeniu, unde actualmente cam totul se „reciclează”. Este evident că psihicul uman se supune și altor reguli de funcționare decât celor algoritmice. Apariția **psihologiei transpersonale** a relansat inovația și descoperirea în psihologie. Ea se bazează pe o nouă paradigmă, în care vechile concepte sunt reanalizate critic și altele noi sunt încurajate, mai capabile să explice misterele psihicul uman.

În cele ce urmează propunem un model trinitar al psihicului uman, foarte simplu, dar care clarifică și unifică conceptele psihologiei, filosofiei, și esoterismului:

CELE TREI INSTANȚE: MINTE, CONȘTIINȚĂ, SPIRIT

MINTEA este studiată de psihologie și de neuroștiințe. În general, savanții au plecat de la ipoteza materialistă că mintea este un produs al creierului („mintea e o secreție cerebrală”). Pe această bază, s-au obținut multe corelații între tipurile de gânduri-sentimente și zonele din creier activate. Această ipoteză nu rezistă însă la evidențele clinice în care mintea poate funcționa relativ normal chiar dacă structurile cerebrale asociate au leziuni anatomice. S-a tras atunci concluzia că funcțiile minții sunt distribuite în *toată* structura creierului, după niște legi necunoscute deocamdată. În ultimii ani, s-a acceptat ideea că mintea nu poate fi identificată cu creierul biochimic, ci cu energia electromagnetică a creierului (mintea nu ar fi substanță, ci energie și informație), ceea ce schimbă radical viziunea științifică. S-ar părea că, mai degrabă, există o întrepătrundere și influență reciprocă între minte (câmpul info-energetic) și creier.

În ciuda eforturilor de investigare cu mijloace tot mai sofisticate, nu s-a putut totuși trage absolut nici o concluzie cu privire la **CONȘTIINȚĂ** (ce este conștiința, unde este amplasată, cum poate fi influențată etc). Din lipsa altor variante, psihologia și științele creierului aproximează Conștiința ca fiind o *funcție avansată a minții*, fără a putea însă demonstra această ipoteză.

SPIRITUL este o entitate postulată de toate religiile și mișcările spirituale ca fiind diferită de mintea omenească. Spiritul este cea parte a psihicului pe care doctrinele spirituale o consideră a fi temeiul psihicului, cel care supraviețuiește morții creierului. Prin urmare, spiritul poate trăi temporar în psihicul uman, ulterior morții continuându-și existența, independent, într-o altă dimensiune spirituală, fără limită de timp.

Existența autonomă a spiritelor după moartea corpului este atestată științific de experimentele spiritologice, iar în ultimii ani de [fotografiile în care apar globuri luminoase](#) (“orbs”) – care sunt aurele spiritelor.

În general, doctrinele spirituale și esoterice introduc Conștiința tot în cadrul Minții - care este opusă Spiritului - dar ele nu intră în detalii. Pentru spiritualitate contează în primul rând să separe tendințele naturale, omenești, de cele spirituale. Sunt astfel descrise perechile opuse Ego-Sine, Minte-Spirit, Om-Duh etc, punându-se accent pe latura moral-spirituală.

Conștiința poate examina detașată conținuturile Minții (ceea ce este chiar o tehnică de autocontrol mental în unele practici spirituale), iar de aici deducem că cele două instanțe nu pot fi decât diferite între ele.

Prin urmare, în modelul trinitar propus de noi, **CONȘTIINȚA este un element distinct și intermediar între Minte și Spirit**. Modelul nostru împacă abordarea psihologică cu cea teologică. Susținem că spiritualitatea are nevoie de aceeași bază teoretică ca și știința psihologiei. CONȘTIINȚA este tocmai veriga lipsă dintr-un posibil model unic și general al psihicului uman.

Conștiința a fost dintotdeauna dilema psihologiei și **nu va putea fi explicată niciodată de teoriile materialiste** (ce invocă în prezent ipotezele de lucru ale neuroștiințelor). Și din punct de vedere religios, Conștiința ar fi totuna cu omul, cu slăbiciunile sale mentale și comportamentale – ceea ce iarăși nu este o perspectivă fertilă pentru avansul teoretic în știința psihicului.

O altă eroare comună a unor spiritualiști ar fi considerarea Minții ca fiind identică cu Spiritul “adormit” (conștient doar la lumea fizică), Spirit care și-a pierdut memoria cosmică divină și se identifică exclusiv cu omul. Este adevărat că Spiritul are o inteligență proprie, comparabilă cu a Minții. Dar Spiritul încarnat nu își pierde decât parțial amintirile vieții sale eterne. Ieșirile nocturne ale Spiritului sunt ca o gură de oxigen care îi reîmprospătează amintirile și puterea de a se reîntoarce în cochilia umană. Ar fi o condamnare cumplită pentru el să nu poată părăsi creierul timp de 70-80 de ani, cât este durata medie de viață a omului. Minte și Conștiința habar nu au de aventurile Spiritului plecat în voiajul său astral.

Prin urmare - conform datelor științifice, esoterice și cazuisticii transpersonale - modelul trinitar al psihicului este format din trei elemente: Minte, Conștiința și Spiritul.

Psihicul uman trinitar



DETALIEREA MODELULUI

Conform datelor spiritologice, **Conștiința** este o parte autonomă din „perispirit” (straturile de energie care înconjoară Spiritul). *Dacă Spiritul ar fi un foc, Conștiința ar fi o scânteie din el. Dacă Spiritul ar fi un foc, Dumnezeu ar fi Soarele din care provine.* Prin urmare, Conștiința umană are aceleași calități ale Spiritului de a fi **conștientă**, a avea **voiață** proprie, a avea simțul **identității**. Conștiința este un fel de “mini-Spirit”. În momentul morții, Conștiința se unește cu Spiritul din care provine, părăsind definitiv corpul fizic și refăcând unitatea de conștientă, identitate și gândire. În mod similar, la finalul unei evoluții spirituale cu o durată imposibil de evaluat, Spiritul se unește cu Dumnezeu. Această unire se poate numi „Nirvana” și semnifică dizolvarea voinței și identității proprii în acelea ale lui Dumnezeu, fără a-și pierde însă conștientă. *Focul continuă să ardă când este readus în Soare.*

Minte este destinată să controleze și să conducă corpul prin intermediul creierului, pentru a-l integra în realitatea fizică. În același timp, mintea este un receptacol și emițător al ideilor și afectelor care plutesc în spațiul subtil, în lumea astrală.

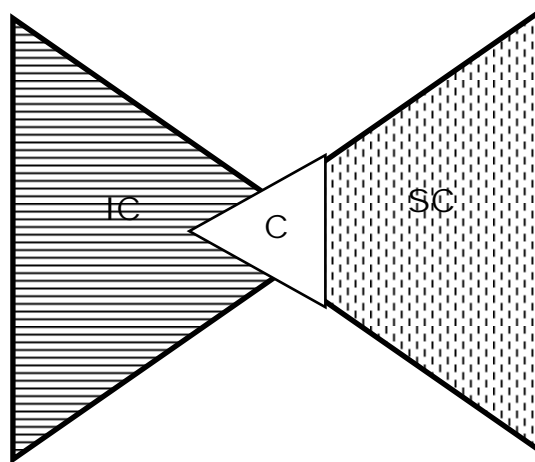
Deci, noi, oamenii, „suntem” Conștiința, care își proiectează raza sa de lumină ori asupra Minții, ori asupra Spiritului. Prima direcție se numește „ego” și cea de-a doua, „sine”. **Sinele** este sursa moralității, credinței în Dumnezeu, compasiunii și altor calități nobile ale ființei umane. Vom avea un **ego** până la moarte. Nu îl putem anihila (cum pretind în mod exagerat unele căi spirituale), dar putem să-i reducem treptat influența autoritară asupra Conștiinței. Pentru aceasta, trebuie să ne amplificăm legătura dintre Conștiință și Spirit și să ne purificăm Minte de

gândurile grosiere și nocive. **Aceasta este menirea universală a omului: să mărim controlul Spiritului asupra materiei, prin intermediul Conștiinței.**

Conștiința este punctul de echilibru dintre Mentea materială efemeră și Spiritul imaterial etern, este sediul deciziilor și al liberului arbitru (pe când Mentea este supusă influențelor exterioare). Toate căile spirituale proclamă apropierea omului de Spiritul său, ceea ce are ca efect diminuarea egoismului. Cum tendința *naturală* a Conștiinței este de a se lipi de Mente, tendința *spirituală* ar fi reorientarea atenției către sursa conștiinței, Spiritul uman.

Am descris mai devreme cum Conștiința este chiar o parte detașată din Spirit. Dacă ar fi fost o parte din Mente (cum presupun în mod eronat unii savanți), omul nu ar fi putut să se autoanalizeze (proces prin care Conștiința observă Mentea, până acolo încât **poate vedea gândurile venind sau chiar să le oprească a intra în ea!**) și, mai mult, nu s-ar fi putut apropia de Spirit. Spiritul nu se poate lega direct de Mente, pentru că sunt alcătuite din „materii” prea diferite. Pentru aceasta au nevoie de intermedierea Conștiinței – o structură de origine pur spirituală, dar special adaptată pentru a fi strâns și permanent legată de Mente. *Conștiința ar putea fi considerată un fel de ambasador permanent al Spiritului în țara Minții.*

Într-o altă abordare, strict psihologică, triada Mente-Conștiință-Spirit poate fi denumită Inconștient-Conștient-Supraconștient. *Inconștientul ar fi un fel de vulcan imprevizibil, iar Supraconștientul ar fi un fel de aisberg, al cărui vârf vizibil este Conștientul (păstrăm analogia făcută de Freud, dar adaptată la datele acestui model).* Conștientul este un minuscul punct de joncțiune și echilibru între doi giganti. Conștientul nu are forța necesară să controleze Inconștientul, ci o poate face doar prin apelul la contrapartea acestuia, Supraconștientul, de gabarit și putere comparabile. A nu se confunda Supraconștientul cu „Supraegoul” definit de Freud (care aparține tot structurilor mentale)!



Modelul psihic trinitar: **In**Conștient - **C**onștient - **S**upra**C**onștient

Mentea este în totalitate inconștientă, dar inteligentă (precum un computer performant). Conștientul are acces la unele informații sau procese mentale, care devin astfel *conștiente și controlabile*. Dar ce rol are Supraconștientul?

ROLURILE SPIRITULUI

Visul este un *mister* pentru neuroștiințe, dar, în modelul nostru trinitar, clarifică rolul fiecăreia din cele trei instanțe, devenind un *revelator* al psihicului. Pentru scopurile acestei lucrări didactice, nu vom considera drept „vis” stările hipnogogice (reverie, adormire, trezire), deși au unele elemente comune.

Conform teoriei spiritologice, în timpul somnului, Spiritul pleacă din corp spre lumea din care provine, realitatea spirituală. În acest timp, Conștiința rămâne în creier, pentru a semnaliza eventuale pericole și momentul când ar fi nevoie ca Spiritul să se întoarcă grabnic, pentru trezire.

În timpul somnului **fără vise**, Mentea se odihnește, netransmițând nici un semnal către Conștiință; omul este „inconștient”. În timpul **visului**, Mentea este la fel de activă ca în timpul stării de veghe, ceea ce intrigă lumea științifică. Totuși, Mentea este ruptă de lumea exterioară, fiind repliată în sine, măcinând doar conținuturile mentale proprii, care sunt prezentate Conștiinței drept „vis”; omul nu este nici inconștient, nici conștient, ci „visează”.

În lipsa Spiritului, Conștiința are limitări clare:

- Nu realizează faptul că visul nu este realitate (de fapt, Conștiința trăiește foarte intens noua realitate virtuală, dar neintegrată în realitatea concretă);
- Nu are suficientă putere de voință pentru a dirija activitatea minții (uneori stările emoționale sunt mult mai intense decât în starea de veghe);
- Nu poate memora visul (dacă ar fi altfel, ne-am aminti la trezire toate visele, în detaliu);
- Nu are memoria identității sale umane complete, ci manifestă doar fărâme dispartate de personalitate.

Din aceste limitări rezultă și care sunt calitățile proprii Spiritului, rolul său esențial în integrarea omului în mediul înconjurător fizic. În lipsa Spiritului, tandemul Mente-Conștiință are o activitate vegetativă, în care percepțiile senzoriale sunt ocazionale, iar activitatea mentală nu este ordonată.

Când Spiritul revine în corp, omul „se trezește”, aceasta însemnând că:

- Omul își amintește cine este, îi revine memoria sa ca persoană aflată în realitatea fizică;
- Mentea dobândește abilitatea de a memora rămășițele visului;
- Mentea își recapătă percepțiile externe, care fuseseră amorțite pe timpul somnului;
- Omului îi revine voința atotputernică și toate facultățile intelectuale.

Odată cu întruparea într-un corp omenesc, Spiritul are capacitatea de a se divide, o mică parte din el devenind Conștiința umană, care capătă o *relativă autonomie*. Este *autonomă* (adică cu o **identitate proprie**), fiindcă aceasta este calitatea de bază a Spiritului divin, care este moștenită și de Conștiință. Autonomia sa este *relativă* pentru că, iată, nu poate funcționa complet în lipsa Spiritului (*când ea parcă se comportă ca un „zombi”*).

Putem deci să înțelegem diferența majoră care există între Conștiință și Spirit, lucru care ar trebui să ne facă ceva mai smeriți, mai ascultători față de dorințele Spiritului nostru. Dacă, atunci când Spiritul este în corp, totul pare simplu și ușor pentru Conștiință (*așa cum copiii sunt obraznici cu străinii dacă se simt ocrotiți de prezența părinților*), în schimb, în somn Conștiința este redusă la rolul de „*paznic de noapte necalificat*”, neputincioasă față de activitatea haotică a Minții.

Lumina Spiritului face posibilă starea de **veghe** a omului.

În lipsa influenței Spiritului, omul vegetează **inconștient**.

Și tot Spiritul face posibilă starea de **vis**.

Cum face Spiritul posibil visul?

Odată detașat din închisoarea corporală, Spiritul își păstrează legătura info-energetică cu Conștiința (prin ceea ce în esoterism se numește „cordonul de argint”). Visul este o reacție a Minții la informațiile și energia trimisă ei de Spirit, în mod periodic (cam la un interval de 90 de minute). Spuneam mai devreme că Mentea habar nu are de voiajele astrale ale Spiritului; iată că ceva-ceva tot află - mulțumită transmisiei energo-informaționale -, deși îi este foarte greu să o descifreze, făcând-o cel mult sub forma viselor simbolice sau fără noimă.

Cercetările au demonstrat că somnul fără vise odihnește mai mult corpul (prin pasivitate totală și realimentare cu energie eterică, ceva mai brută), pe când somnul cu vise este indispensabil pentru odihna psihică (mulțumită energiei mai rafinate trimise chiar de către Spiritul aflat momentan în alte dimensiuni ale universului).

Conștiința este o parte din Spirit, dar cât de mare?

Există oameni care visează lucid, putându-și dirija visul la voință și amintindu-și-l integral. În cazul lor, Conștiința conține o mai mare cantitate din energia perispiritului, ceea ce îi permite anumite performanțe, chiar și în lipsa Spiritului din corp. În general, se poate afirma că **aptitudinile extrasenzoriale native** se întâlnesc la oamenii cu o Conștiință puternic energetică, cu alte cuvinte, care a împrumutat de la Spirit o mai mare cantitate de energie spirituală. (Aceste abilități se pot obține și prin antrenament mental, dar rezultatele sunt greu de obținut și inferioare celor obținute de subiecții supradotați din naștere.)

De fapt, Spiritul este cel care decide câtă energie va investi, din propria rezervă, în Conștiința corporală, optimizată pentru misiunea sa în viața curentă. Riscul unei investiții prea mari ar fi că Conștiința devine mai greu de controlat de către Spirit, ea căpătând mai multă „personalitate”. Riscul unei investiții prea mici ar fi lipsa puterii de voință a Conștiinței, capacității sale de control asupra Minții, rezultând un om cu o fire mai slabă.

Acest subiect, al procentului energetic cedat de Spirit pentru actuala încarnare, este relatat pe larg de către celebrul hipnoterapeut transpersonal dr. [Michael Newton](#).

Karma este a Spiritului și suferința, a omului

Spiritul mai joacă un rol important pentru om, acela de transmitător al karmei și zestrei de experiențe din viețile trăite de El anterior în alte trupuri. Acest lucru poate fi jenant pentru omul actual, fiindcă destinul și viața sa sunt corelate cu această karmă (pedepse, aspirații, sensibilități, talente).

Omul obișnuit nu are de unde cunoaște istoricul Spiritului și i se poate părea neverosimilă ideea de reîncarnare. De fapt, nu omul se reîncarnează, ci Spiritul său. Iar, dacă acceptă acest concept, se întreabă, pe bună dreptate, ce vină are el pentru accidente și greșelile altor oameni, care au trăit cu zeci sau sute de ani în urmă? Privind lucrurile strict din punctul de vedere al omului neștiutor și nevinovat, i s-ar putea răspunde înțelept că aceasta este un fel de plată pentru imensul serviciu pe care i-l face Spiritul: viața. Fără Spirit, omul nu poate exista. Nu are de ales. Și oricum, nu omul își alege Spiritul, ci invers.

Iar dacă omul nu este mulțumit de karma pe care i-o aduce Spiritul său, atunci el ar putea face următorul raționament „umanist”: *«Un om ca și mine a trăit acum 100 de ani și, neținând cont de dorințele și semnalele Spiritului, a „păcătuit” cu nesaț. Din cauza lui, eu sufăr acum, pe nedrept. Dacă nici eu nu voi ține cont de înțelepciunea Spiritul meu, cu siguranță că, peste 100 de ani, un alt om, în care va fi încarnat același Spirit, va continua lanțul acestor suferințe și se va lamenta ca și mine acum, poate chiar mai rău.»* Prin urmare, **moartea nu șterge suferința umană, ci doar o amână.**

Numai omul, prin faptele și gândurile sale, poate să anihileze suferința, chiar dacă nu a generat-o el. Să nu greșești prea grav față de semenii nu este așa greu. Cheia este să păstrezi calea de mijloc, moderația, pentru a te bucura de ofertele vieții terestre, fără însă a-ți periclita viitorul ca om sau ca Spirit. Buddha spunea cam așa: *«Când nu răspunzi (mental, afectiv) unui rău, tot atât de rău moare în lume (pentru că nu-l perpetuezi prin reacția ta interioară).»* Aceasta nu înseamnă neapărat lipsa de reacție exterioară, căci înțeleptul acționează, chiar intens, dar obiectiv, cu o anumită detașare lăuntrică de interesele personale, egoiste, orgolioase, influențele viscerale etc.

Câtă suferință poate răbda un om? Depinde de mulți factori, dar cel mai important este măiestria Spiritului de a-i dirija gândurile, sentimentele, forțele fizice înspre victoria asupra tuturor vicisitudinilor. Acesta este poate **rolul cel mai tainic și definitoriu al Spiritului** din

perspectiva interesului uman. Influența Spiritului asupra Conștiinței este nesesizabilă, așa cum nu apreciem lumina zilei decât când ne cuprinde întunericul nopții. Dar această influență ne oferă practic **personalitatea** de bază și **inspirația** de a acționa conform intereselor superioare (prin care toți oamenii, și alte vietăți, să aibă de câștigat), conform legilor armoniei divine universale.

Nu numai karma individuală este de vină, ci și răutatea oamenilor din jur (aceasta ar putea fi botezată uneori drept „karma colectivă”). Dar întotdeauna este implicat și liberul-arbitru al ființelor umane, chiar foarte mult! După cum proclamă la unison înțelepți tuturor epocilor, viața pe Pământ este plină de durere. Putem spera și lucra pentru anihilarea suferinței viitoare, așa cum am spus, dar răbdând prezentul. Iar prezentul este într-o continuă prefacere, supus energiei modelatoare a Timpului. Omul modern, grăbit și nesatisfăcut, trebuie să reînvețe a folosi energia omnipotentă a Timpului.

Durerea fizică ne avertizează față de agresiunile periculoase pentru integritatea și funcționalitatea trupului. Similar, durerea sufletească protejează corpul spiritual de degradare. Suferința are sens și utilitate pentru Spirit, după cum scrie celebrul autor [Eckhart Tolle](#): «Egoul spune: „N-ar trebui să sufăr”, iar gândul vă provoacă și mai multă suferință. Adevărul este că trebuie să acceptați suferința, tocmai pentru a o putea transcende. Suferința are un scop nobil: evoluția conștiinței și arderea egoului. Omul de pe cruce reprezintă o imagine arhetipală. »

Iată o rugăciune inspirată: «*Dă-mi, Doamne, **putere** să schimb ceea ce pot schimba, **răbdare** să suport ceea ce nu pot schimba, și **înțelepciune** să discern între cele două situații!* »

Autor: Petre Răzvan Alexandru,
petrerazvan@yahoo.com

24 iunie 2009

Nota bene: Am realizat un studiu mult mai detaliat asupra psihicului - din triplă perspectivă psihologică, filosofică și spirituală - în cartea mea „[Modelul unificator al psihicului uman normal și paranormal](#)”