

# Hlboká demokracia:

## Špičkové riešenia konfliktov s Arnym a Amy Mindellovcami

Cat Saunders

Arny a Amy Mindellovci cestujú po svete a facilitujú semináre o Procesovo orientovanej psychológii. Arny je autorom niekoľkých kníh, ako napr. *Snové telo, Kóma - kľúč k prebudeniu* alebo *Šamanovo telo*. Popri písaní kníh je Arny analytikom v súkromnej praxi, spoluzakladateľom Centra pre Procesovo orientovanú psychológiu v Zurichu a Portlande a bývalým učiteľom na Esalen Institute. Jeho manželka Amy je terapeutka, najľepšie známa svojou procesovou prácou v takých oblastiach, ako je tanec a filozofia. Spolu s Arnym je spoluautorkou knihy *Jazda na koni naopak*.

Ako dlhodobej priaznivkyňi procesovej práce mi trvalo dva roky príležitostných, ale vytrvalých žiadostí voči Arnymu a Amy, aby za zastavili na dostatočne dlho na to, aby poskytli rozhovor. Stálo za to počkať si. Keď sme s mojím partnerom, Johnom Giovineom, dorazili do ich domu v Portlande, Amy nás uvítala vo dverách, akoby sme boli starí priatelia. Na nás oboch s Johnom hlboko zapôsobila ich vrelosť, humor a súcitnosť, ako aj ich oddanosť k bádaniu života vo všetkých jeho mystériách.

V tomto rozhovore som sa rozprávala s Mindellovcami o Arnyho knihe ***Vodca ako majster bojových umení: Úvod do hlbokaj demokracie (The Leader as Martial Artist: An Introduction to Deep Democracy***, HarperSanFrancisco).

**Cat: Vo svojej knihe uvádzate ideu „duchov času“. Ako vám táto myšlienka prišla na um?**

**Arny:** Idea duchov času vzišla z našej práce facilitátorov konfliktov a mestských mítingov pre organizácie. Idea pochádza z troch vplyvov, z ktorých jedným je myslenie domorodcov. Všade na svete rozumejú domorodci tomu, že „pole“ ich komunity nie je obývané len ľuďmi, ale tiež duchmi a príznakmi. S týmito duchmi sa po celý čas rozprávajú a pracujú s nimi.

Domorodci chápu, že títo duchovia sa niekedy dostávajú do ľudí, takže ľudí chápu ako čiastočných reprezentantov týchto duchov. Inak povedané, pocity, ktoré máme, patria nám ako jednotlivcom, a predsa zároveň môžu byť spojené s duchmi, nachádzajúcimi sa v danom poli.

Ďalší aspekt predstavy duchov času pochádza z praktickej práce s dnešnými konfliktnými situáciami. Ľudia v skupinách môžu zistiť, že keď sú v konflikte, možno cítia isté veci, ale necítia iba jednu konkrétnu vec. Napríklad, žena v skupine môže prežívať pocity, ktoré súvisia s jej vlastnou pozíciou, ale časť z nej sa môže tiež identifikovať s niečím, o čom hovorí jej oponentka.

Ak viete prijať, že tieto rozličné pozície sú len „duchmi času“, čo sa „vznášajú vo vzduchu“ v miestnosti, možno sa budete cítiť voľnejšie a dovolíte si mať viac než jeden pocit v danom momente. Očividne, ak môžu byť ľudia podporení v podieľaní sa na oboch - alebo viacerých - stranách ťažkej situácie, tak to prácu s konfliktami facilituje.

Tretia idea, ktorá prispieva k predstave ducha času, je nemecké slovo „zeitgeist“, ktoré, priamo preložené, znamená „čas“ („zeit“) a „duch“ („geist“), teda špecifickejšie „duch časov“, „duch doby“. Napríklad, myšlienky a predstavy New Age sú takýmito duchmi doby, práve tak, ako sú nimi hlboká demokracia či komunizmus.

**Cat:** Znie to tak, akoby predstava ducha času mohla pomôcť ľuďom presúvať sa pružnejšie medzi názormi, namiesto toho, aby sa zasekli v jednej pozícii. Čo sa stane, keď pracujete so skupinami, kde dochádza k masívnemu popieraniu, kde nikto ani len neuznáva to, že pod povrchom je množstvo iných pohľadov a názorov?

**Arny:** Každá skupina popiera veci, ktoré nie sú v súlade s jej víziou. Každá skupina má víziu - či už sa s ňou stotožňujú alebo nie - a popiera všetko v sebe, čo s tou víziou nie je v súlade. Napríklad, Spojené štáty majú, popri iných veciach, víziu demokracie.

Jednou z tých vecí, ktoré Spojené štáty popierajú, je Preambula k Ústave, ktorá hovorí o kráľovi Jurajovi. Kráľ Juraj bol zlý chlapík, anglický tyran, proti ktorému Spojené štáty bojovali. Jedna z vecí, ktoré Spojené štáty popierajú, je kráľ Juraj v Spojených štátoch! Inými slovami, popieraná je naša tendencia kolonizovať svet.

Takže, so skupinami začíname tak, že oslavujeme ich víziu. Povzbudzujeme ich slovami „Vaša vízia je skvelá vízia! S víziou demokracie chcete byť otvorení voči každej časti seba, vrátane tyrana!“

**Cat:** Prešmyknete sa dverami.

**Arny:** Áno. Než začnete pracovať s nevedomím ľudí, začnete s ich vedomím.

**Cat:** V knihe *Vodca ako majster bojových umení* spomínate prácu so skupinou pár stovák ľudí v San Franciscu. Naozaj sa rozohnili a začali bojovať a v istom bode ste ich povzbudili k tomu, aby sa cítili slobodne a zranili jeden druhého.

**Amy:** To bola tvorivá dielňa, ktorú sme robili tesne pred vojnou v Zálive a povzbudzovali sme ľudí k tomu, aby nasledovali to, čo sa deje.

**Arny:** Áno. Ak nebudete načúvať a budete pokojní, ako vám vraví vaša vízia, ak ste všetci naozaj nahnevaní a cítite sa sklúčene a mizerne, potom sa dajte do toho a pozabíjajte sa. Vedzte, čo robíte a urobte to! No keď sme to povedali, ľudia boli šokovaní. Neuvedomili si, čo robia! To je záležitosť uvedomovania.

Potom povedali, „My to nechceme spraviť!“ A ja som povedal, „Dobre, ja si myslím, že áno.“

**Cat:** Vzali ste hlas ich hnevu a zvýšili ho, zviditeľnili ešte viac.

**Arny:** Presne tak. To je procesová práca. Čokoľvek, čo sa deje, je kľúčom. Také jednoduché to je. Ťažkým je len to, udržať si uvedomenie. Nevieť to vždy urobiť a ani Amy to nevie vždy urobiť.

**Amy:** Môže to byť prekvapivé a niekedy vás to, že ste v skupine, môže dostať do zmeneného stavu vedomia. Takže uvidieť, čo sa deje a vyniesť to na povrch môže byť veľmi ťažké.

**Cat:** A čo s tým, keď je to naozaj desivé? Čo tak situácia, ktorú opisujete vo svojej knihe, keď žiadate ľudí, aby považovali nad tým, čo by robili, keby sa ocitli uväznení v lietadle s teroristom na palube. Čo by ste urobili vy?

**Arny:** Povedal by som, že naozaj rozumiem. Povedal by som, „Vy nie ste terorista. Bojujete za slobodu! Bojujete za čosi, čo je pre vás nesmierne dôležité. Každý, koho vo vašej rodine poznáte, bol pravdepodobne zabitý ľuďmi, na ktorých sa hneváte, a to jediné, na čo viete teraz myslieť, je všetkých pozabíjať. Ste taký plný pomsty. Pomsta je potešením!“

Pracovali sme s teroristickou skupinou v Belfaste a tento druh práce má na ľudí nesmierny účinok – ešte aj na teroristov, ktorí idú ľudí pozabíjať. Ak tam budete sedieť ako typický Američan, ktorý nemá rád konflikt a ktorý sa domnieva, že teroristi sú šialenci, potom zastrelia aj vás!

Namiesto toho môžete povedať, že túžbe po pomste rozumiete. Napokon, každý z nás má vzťahy. Pomstychtivosť nie je až tak vzdialená vec. Terorizmus nie je ani prinajmenšom od nikoho vzdialený.

Keď sme sa takto zhovárali s teroristami, začali hovoriť a začali plakať. Pomohli nám dozvedieť sa mnoho o duchu doby. Ak je duchom pomstychtivosť, niet na zemi takého náboženstva, ktoré by si poradilo s pomstychtivosťou len púhym sedením tam a tvrdením, že pomstychtivosť je zlá. Pomstychtivosť je len ďalší duch, s ktorým je potrebné pracovať.

**Amy:** Áno. Teroristom nikto nenačúva, takže keď sú nakoniec vypočutí, môže sa proces začať meniť. Začnú sa zaujímať o to, či je niečo iné, čo by mohli urobiť, niečo, čo by bolo ešte užitočnejšie, aby bol svet lepším miestom pre život.

**Cat: To je neuveriteľné. Amy, milujem tento výrok z knihy *Vodca ako majster bojových umení*: „Harmónia je krásny stav, ale nie je až taký mocný, ako uvedomelosť“.**

**Arny:** Vyriešenie je chvíľkový stav, ale je to tak príjemný stav, že každý je k nemu priťahovaný – ako závislosť – a visíme na ňom. Harmónia je dobrá, no trvá iba krátko, pretože každý z nás sa stále mení a rastie. Uvedomelosť je omnoho zaujímavejšia, pretože život je divoký!

Život je divoký prúd meniacich sa identít. Na tom nie je nič nového. Ale uvádzať to do praxe je iné, než len o tom hovoriť, pretože potrebujete veľa uvedomenia a odvahy na to, aby ste zodvihli nové myšlienky a nápady, na ktoré iní ľudia – alebo vy – nechcú myslieť.

Nemyslím si, že niekto naozaj chce harmóniu. Má iba strach ju opustiť! Popri tom, keď ľudia lipnú na harmónii príliš dlho, dochádza k potláčaniu diverzity. Nie sú to len odlišné idey, čo je potláčané, ale aj ktorékoľvek skupiny, ktoré nie sú v danej kultúre mainstreamové, sú takzvanou harmóniou utláčané. V našej kultúre je to chudoba, sú to čierni, sú to Hispánci, sú to gejovia a lesby, sú to odlišné náboženstvá. Všetci títo ľudia sú touto ideou harmónie utláčaní.

**Cat: Povedali ste, že menšiny majú kľúč k budúcnosti.**

**Arny:** Pozície minorít – pozície mimo mainstreamu – sú učiteľmi, pretože vynášajú na povrch tieto veci, ktoré mainstream nechce zobrať do úvahy. Ľudia vravia, „Nuž, zabudli ste na čiernych. Alebo, počujte, ste v mužsko-ženskom vzťahu! Na to zabúdate. Myslíte si, že ste všetko!“

Minoritné pozície pomáhajú ľuďom v „harmonickom“ mainstreame, aby sa prebudili. Mainstream by mal vyhľadávať svojich veľkých učiteľov medzi minoritnými skupinami. Našimi skvelými učiteľmi sú skutoční ľudia, ktorí trpia ťažkosťami, ktorí prinášajú časti, ktoré sme vytesnili či potlačili nielen vo vonkajšom svete, ale rovnako tiež v sebe samotných.

Jeden z dôvodov, prečo sa majú čierni tak ťažko nie je to, že čierni boli tak ťažko utláčaní, ale preto, lebo bieli potláčajú svoju vlastnú „černosť“ – svoju vlastnú energiu, svoju vlastnú „farbu“. A odmietajú si všimnúť rozdiel a súženie a problémy.

**Cat: Spomínali ste, že máte pocit, že mnohé psychologické komunity sú rasistické a sexistické, ak sa zapodieajú iba vnútornou prácou. Mohli by ste to bližšie rozviesť?**

**Arny:** Áno. Sú rasistické, ak sa nezaobierajú diverzitou priamo alebo ju nepovzbudzujú. Mainstreamové psychologické kruhy s tým možno experimentujú, ale keď tak robia, v skutočnosti nevedú ľudí k tomu, aby sa rozprávali jeden s druhým alebo aby sa navzájom hádali. Typicky, skupiny bielych nemajú rady hnev, takže tiež veľmi dobre nevedia, ako zaobchádzať s konfliktom. Psychologické a spirituálne skupiny, ktoré znevažujú či násilne potláčajú hnev potrebujú rásť.

Mnoho psychologických kruhov má tiež sklony byť sexistickými. Napríklad, môžu vraviť, že ženy, ktoré majú svoje vlastné názory sú pod vplyvom anima. To je sexistický postoj. Klasické analytické psychologické kruhy pozerajú na gejov a lesbičky ako na neurotikov. Nevie, čo mám na takú predstavu povedať. Nie je len sexistická, ale aj zastaralá.

Ďalším problémom s mainstreamovými skupinami je to, že sa sústreďujú len na prácu s vnútrom, tým, že typicky nemajú čo dočinenia s globálnymi záležitosťami. Môžu idealizovať, alebo môžu napísať kritické knihy o situácii vo svete a o tom, ako má byť každý človek iný, ako sa má odlišovať. Ale iba zriedka idú von a posadia sa do ťažkostí.

Rád by som vyzval všetkých týchto psychológov a duchovných ľudí, ktorí majú srdce na správnom mieste. Vyzval by som ich, aby experimentovali s tým, že pôjdu do ťažkých, konfliktných situácií vo svojej rodine alebo vo svete vôkol nich a z tej pozície, z toho miesta sa pozreli, či môžu uviesť svoje presvedčenia a vieru do praxe. Požiadal by som ich, aby sa nevyhýbali konfliktným situáciám tým, že sa utiahu do ášramov a psychologických kruhov, alebo do malých moderných šamanských kruhov, kde sú veci vopred viac či menej dohodnuté. Namiesto toho, nech vyjdú von tam, kde je to ozaj ťažké a nech sa pozrú, či tam vedia praktizovať psychológiu, či tam vedia praktizovať šamanizmus, či tam vedia praktizovať budhizmus. Tam totiž potrebujeme pomoc!

**Zdroj:** [http://www.drcat.org/articles\\_interviews/html/DeepDemocracy.html](http://www.drcat.org/articles_interviews/html/DeepDemocracy.html)

Tento rozhovor bol pôvodne publikovaný v časopise *The New Times* (August 1994).

Arnolda Mindella, Ph.D. a Amy Mindellovú, Ph.D. možno skontaktovať cez ich webstránku [www.aamindell.net](http://www.aamindell.net)

Cat Saunders, Ph.D., je osobnou a profesnou konzultantkou, šamankou a nesektárskou farárkou. Je autorkou knihy *Dr. Cat's Helping Handbook*.

Tento rozhovor bol preložený a zverejnený s láskavým povolením jeho autorky. Preložil: Miroslav Šimkovič