

SQ-JESMO LI JE SVJESNI?

Jelena Ivelić, apsolutnica Katoličkog bogoslovnog fakulteta, Institut za kršćansku duhovnost,
Zagreb

UVOD

Živimo u vremenu materijalnog blagostanja. Danas veliki dio ljudi ima sve što im je potrebno za život. Stan, auto i novac smatraju se temeljnim uvjetima. Većina bračnih parova ne želi donijeti dijete na svijet ako svi ti uvjeti nisu zadovoljeni. Starije osobe danas su izgubljene i usamljene. Često puta društvo na njih gleda kao na višak. One ne proizvode i ne privređuju društvu, troše a ne daju i zato se ne uklapaju u ekonomsku strukturu društva. Država danas ulaže u ambiciozne mlade, one od kojih se nada da će i dobiti nazad. Kao uzor stavljaju se najuspješnija i najbolja djeca. Dobiti 5 i biti prvi na natjecanju kriteriji su uspjeha kod djece. Novac, uspjeh i zadovoljavanje svojih potreba stvari su za kojima danas ljudi teže. No, unatoč materijalnom blagostanju i uspjehu, česte su vijesti crne kronike o samoubojstvima, djeci narkomanima iz bogatih obitelji, raspadnutim obiteljima... Pitam se zašto do toga dolazi ako su čovjekove glavne potrebe zadovoljene? Da li biti čovjek znači samo biti uspješan, lijep i bogat ili je to nešto mnogo više? Postoje li stvari za koje se isplati živjeti ili umrijeti? Jesu li vrijednosti nešto što je podložno vremenu i da li je moguće da ih društvo i vrijeme mijenjaju? Da li biti čovjek znači imati ili to znači moje postojanje tj. jesam li ja čovjek po onome što imam ili po onome što jesam?

Na sva ova pitanja pokušati ću dati odgovor kroz duhovnu inteligenciju jer kao što u čovjeku postoji racionalna i emocionalna inteligencija tako se u njemu nalazi i duhovna inteligencija. Zato se ovaj moj rad sastoji od četiri naslova. Prvi naslov nosi naziv: Što je to duhovna inteligencija (SQ)? Tu ću koristeći različite autore pokušati definirati pojam SQ. U drugom dijelu istaknut ću važnost SQ-a. U trećem dijelu reći ću nešto o znanstvenim dokazima o postojanju SQ i o svijesti. Četvrti dio govori o tome kako sad nakon što smo postali svjesni SQ-a taj dio sebe i razvijati.

1. ŠTO JE DUHOVNA INTELIGENCIJA (SQ)?

U ovom poglavlju želim definirati što je SQ. To ću učiniti tako što ću prvo objasniti racionalnu i emocionalnu inteligenciju a zatim ću reći u čemu je razlika između SQ i ove dvije inteligencije.

a) Racionalna ili intelektualna inteligencija (IQ)

Racionalna inteligencija se počela sustavno proučavati početkom dvadesetog stoljeća. Ona se još naziva i intelektualna inteligencija, zato je njezina kratica IQ. Racionalna inteligencija je talentiranost za matematičke, tehničke i mehaničke zadatke¹. Pomoću nje mi učimo pravila i slijedimo ih bez greške. Freud je taj racionalni um nazvao ego. Ona se odnosi na znanje koje djeca stječu u školi. Kad od djece tražimo da nešto nauče napamet, mi tad razvijamo njihov IQ. To je vrsta razmišljanja koja nas uči korake koje trebamo koristiti da dođemo do cilja tj. ona nas uči kako doći do cilja. Računala imaju visoki IQ, njima su poznata pravila i oni ih slijede. No, ako računalo dobije naredbu za koju ono nije programirano javit će nam da je to nemoguće. Računala razmišljaju u nizu tj. serijski. Oni korak po korak izvršavaju našu naredbu. Ta inteligencija uči nas igrati po pravilima, ali ako se pravila igranja promijene, razmišljanje u nizu ili IQ se slama.

Prednost IQ je u tome što je ona precizna i pouzdana. Racionalna inteligencija provjerava se standardnim IQ testovima. Jedan od pokazatelja visokog IQ su visoke ocjene?

b) Emocionalna inteligencija (EQ)

Emocionalna inteligencija se odnosi na čovjekovu sposobnost da vlada emocijama, da iščitava tuđe skrivene osjećaje, da razumije ljude, da održava odnose s ljudima u miru. To je inteligencija pomoću koje se rješavaju mnoge zadaće koje IQ ni ne zapaža. Životinje imaju visoki EQ, one osjećaju situaciju u kojoj se nalaze i kako treba reagirati. Freud je to vezao uz id, on tu govori o emocijama, instinktima, nesvjesno. To je asocijativno razmišljanje koje nas uči da prepoznamo svoje osjećaje i da vidimo kako tijelo reagira pod utjecajem osjećaja. Ono nam omogućava vezu između osjećaja i tijela. Kada nas je strah, znojimo se, tresu nam se noge i muka nam je u želucu. A strukture unutar mozga koje nam omogućavaju asocijativno razmišljanje nazivaju se živčanim spletovima². Za razliku od živčanih traktova (IQ), koji su

podložni pravilima i strogo programirani pa ne mogu učiti na nov način, živčani spletovi (EQ) imaju mogućnost učenja pod utjecajem iskustva. Kroz ovu inteligenciju dopuštamo da nas iskustvo uči i mijenja. Kad učimo voziti bicikl, one pokrete zbog kojih smo pali i udarili se izbjegavat ćemo i tražiti novi način da savladamo određenu vještinu. EQ nam pomaže da naučimo motoričke vještine, da pamtimo lica, mirise i osjećaje.

Serijska računala su primjer IQ-a i ona ne mogu učiti. Paralelna računala primjer su EQ. Serijsko računalo ne može raditi ako je jedna veza u komunikacijskom lancu zakočena. Paralelna računala su bolja jer ako se određeni dio ošteti, paralelni spojevi preuzimaju posao oštećenih dijelova. Paralelna računala rade na principu pokušaja i pogrešaka. Takva računala danas se koriste za prepoznavanje rukopisa, lica, otisaka.

Prednost EQ je što omogućuje učenje kroz iskustvo, ali nedostatak je to što je učenje sporo i neprecizno. Potvrđeno je da EQ čini tek 20% faktora koji određuju životni uspjeh a ostalih 80% ostavljen je ostalim utjecajima.³

c) Duhovna inteligencija (SQ)

Duhovna inteligencija je inteligencija kojom pristupamo problemu smisla i životnih vrijednosti. Pomoću te inteligencije svoje postupke i svoj život stavljamo u širi, bogatiji i smisljeni kontekst. To je inteligencija kojom procjenjujemo da li je određeni postupak ili životni put sadržajni od drugog. Ona je podloga za pravilno djelovanje IQ i EQ. IQ nam pomaže da naučimo određena pravila. Moja EQ mi omogućava da doživim situaciju u kojoj se nalazim i da djelujem unutar granica te situacije tj. da dopustim da me situacija vodi, a moja SQ mi omogućava da postavim pitanje da li uopće želim biti u toj situaciji. Ne bih li radije promijenila situaciju i stvorila bolju?⁴ Ona od mene traži da postavim pitanje zašto ta pravila postoje? Ona me uči da pravila koja postoje mogu promijeniti, a to ne znaju ni računala ni životinje.

Ljudi su u suštini duhovna bića jer postavljaju pitanja: tko sam ja, koji je smisao mog života, koji je smisao patnje, odakle sam, kamo idem... Uz sva svojstva koja posjeduje čovjek ima i egzistencijalno-duhovnu komponentu. Danas se potenciraju sve čovjekove sposobnosti koje se mogu izmjeriti, ali čovjek nosi u sebi nešto što ne možemo izmjeriti niti ćemo to ikada

moći. To je njegova duhovna komponenta tj. duhovna inteligencija. Pojam duh dolazi od hebrejske riječi "ruah", a na latinskom se kaže "spiritus". Zato je SQ kratica od spiritual intelligence. Duh se smatra pokretačkim ili životnim principom koji udahnuje život. Život nije nešto što možemo uhvatiti, našim je očima to nevidljivo, ali oči duha jasno vide i spoznaju. Biblija kaže da je Bog nakon što je stvorio čovjeka u njega udahnuo svoj duh (Post 2,7). Po tom duhu mi stvaramo, oživljujemo i pokrećemo svijet. Taj je duh "sveti nemir" koji nas stalno pokreće da napravimo nešto novo i još bolje za buduće generacije. SQ je nešto što nam je zajedničko bez obzira na rasu, dob, spol i religiju. Ona je kao jezik kojim svi pričamo. SQ nas je "programirala" da budemo takvi kakvi jesmo, ali ona nam daje potencijal za reprogramiranje. Pomoću nje mi možemo rasti, preobražavati se i širiti svoje potencijale. SQ nam pomaže u rješavanju egzistencijalnih problema. Ona daje "dublji" smisao našoj životnoj borbi. Na nju se možemo osloniti kad se hvatamo u koštac s problemom dobra i zla, života i smrti, s dubljim uzrocima patnje i očaja⁵. Na racionalnoj razini mi te probleme pokušavamo otjerati od sebe, a na duhovnoj razini kada se s tim suočimo otkrivamo ono što već dugo u nama podsvjesno živi.

Važno je naglasiti da naša SQ ne ovisi o religioznosti. Osoba može biti duhovno inteligentna bez obzira na to da li pripada nekoj religiji ili ne. Ako živi u skladu sa sobom, ljudima i prirodom, osoba ima visoki SQ. Isto tako osoba može biti duhovno tupa, a vršiti obrede svoje religije. Primjer su ljudi koje mi u crkvi zovemo "tradicionalistima". Oni idu na misu nedjeljom, a ostatak tjedna žive kao da nikad nisu čuli za Boga, crkvu i moral. Te osobe nisu integrirale i apsorbirale blago koje im crkva nudi i zato su oni duhovno zaostali. Njihova religija im nudi "lijek" za probleme njihova života, ali ako ga oni ne popiju lijek ne može djelovati. Dakle, religija može pomoći razvoju SQ-a, ali i ne mora, to ovisi o osobi.

Često puta čovjek se duhovno odsječe od svoje SQ i tada se kod njega pojavljuju tri stanja koja na to ukazuju, a to su: očaj, zlo i opsjednutost. Očaj je neka vrst stalnog samoubojstva. Očajan čovjek ne može pronaći smisao, stvar ni osobu kojoj bi se mogao odazvati. Istraživanja pokazuju da je samoubojstvo postalo epidemija u suvremenim društvima. Razlog samoubojstva je u tome što čovjek ne može pronaći smisao život, a onda i u tome što gubi nadu. Očaj je nijekanje duha u sebi⁶. On nas blokira da svoj problem stavimo u šire vizije smisla i vrednota.

Zlo je arhetipska energija koja je izvan kontrole i čiji je izvor đavao. Nitko nije sam po sebi zao nego je svatko od nas sposoban činiti zlo. Zlo je nemogućnost čovjeka da se odazove na dublju stvarnost unutar sebe. Sotona se nije mogao odazvati Bogu i zato nije mogao živjeti u Kraljevstvu Božjem. Opsjednuti ubojica ne reagira na zapomaganje svoje žrtve.⁷ Zlo je rascjepkanost od središta.

Opsjednutost je sila koja tjera osobu da protiv svoje volje zadovolji neki svoj unutarnji zov. Zov opsjednutosti je odvojenost od cjeline, to je arhetipska energija koja je otkinuta od središta. Glas koji čovjeka poziva da pronađe Boga je glas anđela i dolazi iz središta, a glas koji mami alkoholičara da uzme još jedno piće je glas zla koji progoni psihu otrgnutu od središta. Osoba koja je duhovno inteligentna, u skladu je sama sa sobom, prirodom i svojim izvorom, a osoba koja je duhovno tupa je odsječena. Ona se skriva od ljudi, ne može ih gledati u oči, bježi od prirode i sebe jer ima dojam da je sve krivi i želi kazniti. Biti duhovno inteligentan znači živjeti život punim plućima, znači voljeti sebe, uživati u svom poslu i obitelji i prijateljima.

2. ZAŠTO JE DUHOVNA INTELIGENCIJA (SQ) VAŽNA?

Sada želim progovoriti o važnosti SQ-a kroz sljedeće točke: pitanje smisla, kultura i SQ, bolest i smrt, humanizam i izumiranje, vođa koji služi i zapjevaj svoju pjesmu.

a) Pitanje smisla

Pod prvim naslovom "Što je to SQ" objašnjavam IQ, EQ i SQ. Govorim o tome da je jedna od glavnih karakteristika SQ postavljanje suštinskih pitanja ili pitanja smisla. To su pitanja: Tko sam ja, koji je smisao mog života, zašto da budem dobar, pošten i marljiv, zašto želim tu diplomu za koju učim, koja je svrha posla kojim se bavim... Sva pitanja koja počinju sa zašto su suštinska pitanja jer ona žele otkriti bit stvari, ljudi i svijeta. Djeca zato imaju najbolje razvijen SQ. Ona postavljaju pitanja "Zašto?". Žalostno je što i umjesto da im odgovorimo na pitanja zašto (npr. zašto pada kiša) odgovaramo kako se to događa. Mi im objasnimo samo proces, a zaboravimo im objasniti samo bit. To je kao da gradimo kuću bez temelja. Razlog tome je što ni mi sami nismo dobili odgovor na pitanje zašto pa kako da onda damo odgovor na nešto što mi sami ne znamo.

Danas unatoč materijalnom blagostanju i izobilju u našim sredinama žive mnogi mladi koje je droga, alkohol, kriminal i samoubojstvo uzelo u svoje ruke. Evo samo nekih istraživanja koje to potvrđuju. Dr. Padelford je dokazala da se dvostruko više mladih drogira zato što nije pronašlo smisao. Annemarie von Forstmeyer je dokazala da je u 90% slučajeva kroničnog alkoholizma uzrok bio jaki osjećaj besmislenosti. Kod samoubojstva istraživanje koje je provedeno u Idaho pokazuje da je 95% slučajeva to pokušao napraviti radi besmisla, iako je 93% osoba bilo psihički i fizički zdravo te ekonomski dobro situirano⁸. Tim se krizama smisla mogu još pribrojiti krize umirovljenika, nezaposlenih, nedjelje... Sve ovo jasno pokazuje da iako čovjek ima od čega živjeti on nema zašto živjeti. Ljudi ne žive iz racionalnih razloga, oni trebaju znati koji su motivi njihovog djelovanja. Nađe li čovjek svoj smisao tada će on, ako se za to pokaže potreba, biti spreman za njega i umrijeti. Zato je danas jedna od najvažnijih stvari pomoći osobi da u svom životu pronade smisao i da ga ispuni.

b) Kultura i duhovna inteligencija

Jedno od glavnih obilježja SQ je povezanost osobe sa sobom, sa svojim središtem. To jedinstvo koje osoba ima u sebi nju povezuje i sa drugim ljudima i sa čitavim svijetom. Društvo je sazdano od obitelji, a to su zajednice koje formiraju kulturu određenog društva. Obitelj je mjesto gdje dijete uči norme i pravila te tradiciju svoje kulture⁹. Tradicija je prožeta duhovnom spoznajom i vrijednostima, tako da čovjek održava svoju duhovnu vezu sa svojim duhovnim središtem kroz svoju kulturu i tradiciju. Malo je koji srednjovjekovni seljak razmišljao o smislu života jer je taj smisao bio utkan u potrebe i rituale svakodnevice. Život u tim tradicionalnim društvima bio je manje svjestan sebe nego naš današnji život. Kao što vozeći auto ne razmišljamo o svakoj kretnji, tako se i u tradicionalnom društvu ljudi oslanjanju na duhovne vrijednosti, smisao i navike koje je izgradila zajednica. Danas mi nemamo tradicionalnu i kolektivnu kulturu, za većinu gradskih ljudi takva zajednica ne postoji. U nedostatku takve kulture mi pridajemo veliko značenje svome ja, svome životu, ambicijama i zamišljenim potrebama. Mi iz ega pokušavamo izvući ono čega nema. I zato se smisao traži u izopačenim i površnim stvarima kao što su materijalna dobra, promiskuitetni seks, besmislena pobuna, nasilje, zloporaba droge i okultizam New age-a¹⁰. SQ nam pomaže da punim plućima živimo svoju osobnost i društvo koje nas okružuje.

c) Bolest i smrt

Neki liječnici i medicinari su počeli drugačije gledati na bolest. Ona nije uvijek izraz naših fizičkih ili kemijskih poremećaja u organizmu. Bolest može ukazivati i na neku našu emocionalnu i duhovnu patnju koju mi izbjegavamo. Sa tim se pitanjima svog bića ne želimo suočiti pa od njih "bježimo". Rak i bolesti srca su jedna od bolesti kojima su mogle prethoditi depresija, umor, nezadovoljstvo, besmisao. Na koncu se i smrt doživljava s boli i strahom jer nam nedostaje smisleni kontekst u koji bismo smjestili prirodni završetak ovog života. Mi nismo naučili umrijeti blaženo, spokojno i lako.¹¹ Često puta zdravstvene ustanove zanemaruju uzroke duhovne ili psihičke naravi pa bolest liječe isključivo na fizičkoj (tjelesnoj) bazi. Nerijetko medicina i psihoterapija gledaju na pacijenta kao na stroj kojem je određeni mehanizam zakazao pa oni trebaju taj dio zamijeniti ili popraviti.¹² Zar je čovjek stroj, a liječnik tehničar? Smatram da to nije istina. Čovjek je cjelovito biće, interakcija svog tijela, psihe i duha, i kao takav on treba dobiti cjelovit, a ne segmentiran pristup. SQ je važan zato jer nam omogućava cjelovit pristup čovjeku.

d) Humanizam i izumiranje čovječanstva

Postoje dva razloga zbog kojih se čovjek danas prepušta užicima i zadovoljstvu. Prvi je strah od izumiranja koji je tehnologija 20. stoljeća uvela u naš život (primjer su II. svjetski rat, atomska bomba). Prijetnja globalnog uništenja vraća nas onom: "Živi danas, možda ne doživiš sutrašnji dan." Zato tražimo užitak i zadovoljstvo, iskorištavamo druga ljudska bića i uništavamo zemlju da bismo si osigurali profit i udobnost. To je jedan od pokazatelja zakržljale SQ i zato nam razvijeni SQ može dati slobodu od straha.

Drugi razlog radi kojeg čovjek danas ne ide "protiv struje" je humanizam. Glavna misao humanizma jest da je čovjek mjerilo svih stvari. Ljudska egocentričnost temeljno je načelo zapadne tradicije.¹³ Prosvjetitelji su definirali čovjeka kao racionalnu životinju koja ima svoje temelje u razumu. Da li je čovjek stvarno samo ono što zna? Jesam li ja vrijedan po tome što znam ili po tome što postojim? Zapadni humanizam je mješavina očaja i taštine. Mi smo iznad Boga, mi smo glavni, mi smo gospodari sebe i svijeta. Da li je to zaista tako? Ako rijeka ostane bez svog izvora, hoće li ona uopće postojati? Ljubav je izvor našeg postojanja i ako ostanemo bez nje mi smo kao cvijet bez vode. Za kršćanina Bog je izvor ljubavi i zato se

stvorenje ne smije odijeliti od svog Stvoritelja koji ga ljubi. SQ je važan jer nas stalno upućuje na naš izvor.

e) Biti vođa koji služi

Našem životu često puta nedostaje osjećaj životnog poziva. Čovjek treba pronaći svoj smisao (cilj) kako bi ga onda mogao i živjeti. Ideja vođe koji služi spaja službu i smisao. Vođa je osoba koja ima osjećaj za više vrijednosti i koja svjesno služi tim vrijednostima. On je povezan s izvorom smisla i vrijednosti, on živi svoja uvjerenja. Tako osoba koja je u miru sa sobom i sa izvorom može služiti drugima. Može ljudima pokazati kako živjeti svoj život odano i vjerno do kraja. Biti u miru sa sobom, prirodom, ljudima i izvorom svega stvorenog pokazatelj je SQ-a, a ako onda još poučavamo druge kako to živjeti i ako sami to vjerodostojno živimo zaslužujemo naziv vođe koji služi. Jedan od primjera takvih osoba je Majka Terezija. Te osobe imaju visoki kvocijent SQ.

f) Zapjevati svoju pjesmu

Koristeći svoj SQ svi moramo dospjeti do svog stvarnog "ja" te od tamo izvući svoju originalnost i jedinstvenost. Prepoznati svoje talente, svoj smisao i svoje vrijednosti temelj je za razvoj SQ-a. Što je ono za što sam stvoren? Zašto živim? Pitanja su koja nam mogu pomoći da otkrijemo svoju "pjesmu i da je zapjevamo", no do toga se ne dolazi preko noći nego korak po korak. Treba otkrivati sitne znakove u našem životu i tu otkriti svrhu svog postojanja. Ako je osoba kvalitetan automehaničar, konobar, učitelj, liječnik ona je jedan od duhovno inteligentnih ljudi. Nije važno samo što radiš, nego kako to radiš. Duhovno inteligentna osoba istovremeno usrećuje druge, sama je sretna i zadovoljna i tako mijenja ovaj svijet. Zar nije ljepše popiti kavu u kafiću gdje vas dočeka nasmijani konobar koji vas još usput upita za vaše zdravlje, nego kod konobara koji vas tek nakon 10 minuta primijeti, vašu narudžbu prima namргоđeno (jer sada je to još jedna kava više koju on mora napraviti) i na kraju kavu "baci" pred vas?

3. ZNANSTVENI DOKAZI O SQ I SVIJEŠT

U ovom dijelu želim ukazati na znanstvene dokaze o SQ i svijesti. Prvo ću progovoriti o odnosu mozga i svijesti. Za to ću koristiti istraživanja od neurologa Singera i Graya, te Pare i Llinasa. Ta istraživanja pronašla sam u knjizi "Duhovna inteligencija", čiji su autori Zorah i Marshal. Reći ću nešto i o "Božjem modulu" koji je otkriven u mozgu. SQ je psihički nesvjesna, ali duhovno svjesna inteligencija. D.Goleman kaže: "Istraživanja su pokazala da u prvih nekoliko milisekundi svog opažanja ne samo da nesvjesno shvaćamo o čemu je riječ, nego i odlučujemo sviđa li nam se to ili ne. 'Kognitivno nesvjesno' našoj svijesti ne predočuje samo identitet onoga što vidimo, nego i stav o tome."¹⁴ Time želim potvrditi da uz duhovnu svijest postoji i duhovna podsvijest i da se u toj duhovnoj podsvijesti čovjek odlučuje.

a) Mozak i svijest

Za razliku od strojeva ljudi su svjesni. Oni su svjesni sebe, svog iskustva, svijeta koji ih okružuje. Sve od Platona vjerujemo da je svijest nečeg svjesna. Filozofija kaže da se svijest subjekta nikad ne izgubi u objektu (predmetu) i da se subjekt jasno usmjeruje na objekt. Direktna prateća svijest je kad spoznaješ objekt, ali je subjekt istovremeno svjestan da je subjekt. Refleksivna svijest nastaje kad se vraćaš od objekta prema sebi i tek tada možeš razmišljati o svijesti. Kad je 1994.g. dobitnik Nobelove nagrade, neurolog Francis Crick rekao: "Vi, vaše radosti i tuge, vaša sjećanja i vaše ambicije, vaš osjećaj osobnog identiteta i slobodne volje, sve je to ustvari ništa doli ponašanje golemog skupa živčanih stanica i uz njih vezanih molekula."¹⁵ Na to su ljudi ostali zatečeni i kroz daljnji napredak znanosti dokazano je da to baš nije tako. Zar sam "ja" samo aktivnost mnoštva neurona u mozgu ili su ipak moji korijeni dublji? Što uzrokuje oscilacije živaca koji omogućuju svijest? Da li je svjesni um nešto više od živčanog ustroja mozga? Filozofi, psiholozi, znanstvenici i teolozi i danas raspravljaju o tim pitanjima.

Svijest funkcionira na principu objedinjavajućeg razmišljanja. Kad pogledam svoju sobu, ja u njoj istovremeno uočavam predmete kao što su : stol, krevet, slike na zidu. Pitam se kako to da moj mozak sve to vidi zasebno, a ipak sve to povezuje? Mozak se sastoji od mnogo nezavisnih "specijaliziranih" sustava. Neki od njih obrađuju boju, drugi zvuk, a treći tkaninu. Kad pogledam svoju radnu sobu svaki od tih sustava bombardiran je s milijun različitih informacija, pa ipak moja svijest vidi sobu kao cjelinu. Upravo ta sposobnost objedinjavanja bitna je značajka svijesti i ključ razumijevanja neurološke baze SQ-a.¹⁶

Promotrimo sad neka istraživanja koja su se bavila mozgom i svijesti. Prvi su Singer i Gray, oni su neurolozi koji su proveli pokuse na mozgu sisavca. Kad je sisavac ugledao određeni predmet (pr. stol) u mozgu je došlo do oscilacije od 35-45Hz, i to u području mozga gdje se nalaze neuroni koji su zaduženi za taj objekt. Kad na primjer opazimo krevet oscilira drugi dio mozga koji je za to zadužen. I tako stalno osciliraju pojedini dijelovi mozga. Proučavan je i mozak osobe koja meditira i otkriveno je da se oscilacije od 40Hz događaju na površini cijelog mozga. Dakle ne aktivira se samo pojedini "specijalizirani" dio mozga, nego je u meditaciji cijeli mozak aktivan. Drugi neurolozi Pare i Llinas proveli su istraživanje oscilacija moždanih živaca od 40 Hz i pokazali su da je svijest urođeno svojstvo mozga. Svijest naprosto jest u sebi i po sebi.¹⁷ Oni su svijest usporedili s oceanom na kojem su nastali valovi. U svakom je valu voda oceana jer je ona bit svakog vala. Kad bismo mi bili valovi, ocean ne bi vidjeli, ali bi zato vidjeli jedni druge. No bili bismo svjesni oceana jer smo u svojoj biti satkani od oceana. Skladne oscilacije u mozgu su ocean svijesti, a misli i osjećaji su modulacije aktivnosti oscilacija.

U mozgu postoje različite oscilacije i valovi različitih frekvencija. Neurobiolozi su 1990.g. zahvaljujući otkriću magneto-encefalograma (MEG) dobili sliku živčanih oscilacija po cijelom mozgu. Istraživanja napravljena uz pomoć MEG-a potvrđuju da oscilacije od 40Hz pokrivaju cijelu moždanu koru. One su u mozgu jednako prisutne kad je osoba budna i kad sanja. Llinas je pokazao da je prisutnost svijesti u mozgu vezana uz prisustvo živčanih oscilacija od 40Hz. Ta aktivnost nestaje ako je mozak u komi ili pod anestezijom. Isto tako dokazao je da su oscilacije od 40Hz prisutne i pri snu. Kad spavamo mozak se isključuje iz vanjskog svijeta i posvećuje se unutrašnjim procesima.

Talamus je dio primitivnog prednjeg mozga. Do 1980.g. se smatralo da je njegova funkcija prenositi signale vanjskih podražaja moždanoj kori. Ali Pare i Llinas su otkrili da je funkcija stvoriti krug između talamusa i kore mozga kroz koji se neuroni sami organiziraju u oscilacije od 40Hz po cijelom mozgu. Te oscilacije omogućuju djelovanje svjesnog uma. Svijest nije nusprodukt podražajnih informacija, već se ona prirodno stvara, a podražajne informacije je oblikuju. Oscilacije se ponašaju kao mnogo pojedinačnih glasova u zboru, oni su tu sjedinjeni u jedan glas. Mozak je građen tako da bude svjestan i tako da ima transcendentalnu dimenziju.¹⁸ Ako to povežemo s SQ, onda bismo oscilacije od 40Hz mogli nazvati živčanom podlogom za SQ. Serijski linearni živčani traktovi omogućuju obradu racionalnih (linearnih)

podataka. Paralelni živčani spletovi služe za obradu podsvjesnih i nesvjesnih asocijativnih podataka, a oscilacije od 40Hz omogućuju da se naše iskustvo poveže i stavi u kontekst šireg smisla.

b) Božji modul

Često puta u društvu čujemo one Marksove rečenice "religija je opijum za narod" ili "religija je za slabiće, za one koji se boje suočiti s realnošću". Pitam se što bi oni rekli na novo otkriće Božjeg modula u mozgu. Ako je Bog onaj koji obavija čitavo naše biće, onda je normalno da se iskustvo Boga očituje i preko mozga, te da i mozak utječe na to iskustvo. Božji modul je naziv za živčano središte koji čovjeka povezuje s SQ i sa Bogom. Američki neurolog i psihijatar D.G.Amen je upitao: "Bi li nas iznenadilo kad bismo saznali da nas je Bog stvorio s fizičkom sposobnošću za vjeru? Potrebno nam je ustrojstvo pomoću kojeg bismo Božju prisutnost vidjeli i čuli u fizičkom životu."¹⁹ Vidimo dakle da u našem mozgu postoji Božji modul ili kako ga još nazivaju Božanska točka. Božji modul je sklop živčanih spletova u sljepoočnom režnju. Božji modul igra bitnu biološku ulogu pri duhovnom iskustvu. Zato su neurobiolozi Persinger i Ramachandran napravili jedno istraživanje gdje su na sljepoočnice zdravih ljudi i epileptičara priključili EEG elektrode. Na spomen riječi kao što su Bog, ljubav, dobro, aktivnost sljepoočnog režnja u zdravih ljudi povećala se čak i više od epileptičara prilikom napada. Zaključili su da u sljepoočnim režnjevima postoji specijalizirano živčano ustrojstvo koje je zaduženo za vjeru.

Eto sad vidimo da je i u našem tijelu "upisan" Bog. Pitam se da li Božji modul pridonosi duhovnoj inteligenciji? Odgovor je i da i ne. Da nam on pomaže da spoznamo i iskusimo Boga to je sigurno, on pomaže našem duhovnom iskustvu. Ali ako to iskustvo ne promjeni naš život, ako nas ne obrati, onda je ono izgubljeno. Isto tako puki osjećaj ili može u nama izazvati zbunjenost, izgubljenost, želju za nasilnom promjenom. Tad je to iskustvo upitno jer pravo duhovno iskustvo jest doživljaj ljubavi, mira i sreće. Kad čovjek susretne Boga koji je ljubav ili osobu koja ga ljubi, tad će on kao odgovor na tu ljubav promijeniti sebe i svoj život.

4. KAKO RAZVIJATI SVOJU DUHOVNU INTELIGENCIJU (SQ)?

Sad kad sam definirala što je to SQ, objasnila njezinu važnost i potvrdila njezino postojanje uz pomoć znanstvenih dokaza postavlja se pitanje kako razvijati SQ? Kako živjeti svoj život u skladu sa svojom SQ? Je li to moguće? Naravno da je moguće. To je tako lako kao što je disanje, spavanje i plivanje. Treba se samo otisnuti od obale i krenuti.

Mnogo je načina na koji svatko od nas može živjeti svoju duhovnu inteligenciju. Ja ovdje ne mogu znati koji način točno odgovara određenoj osobi. To puštam osobi da sama procjeni i provede u život. Danas kad bolesni dođemo liječniku tražimo od njega da nam da recept za lijek. Ja ne mogu dati recept, mogu dati samo uputva koja će nekome pomoći, a netko će morati još malo kopati da bi našao ono što je za njega. Ljudi često kažu: "Ja to želim, ali kako?" Neki to pitanje upute Bogu, a neki svom bliskom prijatelju. Mislim da je to Bog pustio nama tako da se naša kreativnost može pokazati i razvijati kroz rješavanje određenog problema. Možemo svi zajedno crtati cvijet, ali svatko će to napraviti na svoj način. Netko će ga nacrtati s temperama, drugi s bojicama, treći s olovkom... Sve je to jedan cvijet, ali je opet različit. I upravo je to super jer se tu očituje moja osobnost i moje sposobnosti. Tako je i sa duhovnom inteligencijom, različiti su putovi, ali je cilj isti. Kojim će tko putem ići na njemu je da odluči.

Autori knjige *"SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija"* govore o šest tipova osobnosti. To su: konvencionalni, društveni, istraživački, umjetnički, realistični i poduzetni tip. Svaka osoba pripada barem jednom. Prof. Tomislav Ivančić je napisao knjigu *"Dijagnoza duše i hagioterapija"*. Hagioterapija je također jedan od pristupa k boljoj razvijenijoj duhovnoj inteligenciji. Psihijatar Viktor Frankl napisao je knjigu *"Zašto se nismo ubili?"* i osnivač je logoterapije. Logoterapija nam može pomoći u otkrivanju smisla svog života i usmjeravanju prema njemu. Tko želi može pročitati te knjige. Vjerujem da će u njima svatko pronaći ono što mu odgovara kao osobi i put kojim će ići k visokom kvocijentu SQ-a.

ZAKLJUČAK

Kad sam započinjala svoje istraživanje u mojoj glavi postojala je jedna koncepcija koju sam namjeravala prikazati. Ali sad kad pred sobom držim gotov tekst vidim da se mnogo stvari promijenilo u toku istraživanja. Čitajući knjige, razgovarajući sa prof. Ivančićem, drugim profesorima na fakultetu, svojim prijateljima i članovima svoje obitelji otkrila sam da je duhovna inteligencije zajednička svima i da svi (iako to možda i ne znaju) imaju nešto za reći

o tome. Također sam u sebi otkrila jednu neutaživu glad koja me stalno tjerala da to područje sve više i bolje istražujem.

Moj cilj bio je upoznati vas s duhovnom inteligencijom (SQ). Željela sam objasniti što je to SQ, zatim zašto je SQ važna, koji su znanstveni dokazi o SQ i kako bi se ona dalje mogla razvijati. Ovaj rad se zato sastoji od četiri naslova. U prvom naslovu "Što je to SQ?" definirala sam pojam racionalne, emocionalne i duhovne inteligencije. Drugi naslov govori o važnosti SQ-a. Tu se nalaze podnaslovi: pitanje smisla, kultura i SQ, bolest i smrt, humanizam i izumiranje, vođa koji služi i "zapjevaj svoju pjesmu". U trećem dijelu htjela sam ukazati na znanstvene dokaze o SQ i svijesti. Zato sam prvo progovorila o mozgu i svijesti, a onda i o "Božjem modulu" koji je otkriven u mozgu. Na kraju u naslovu "Kako razvijati svoj SQ?" uputila na literaturu koja bi svakome mogla pomoći da pronađe svoj put do razvijenije SQ. Nadam se da sam uspješno obavila svoj zadatak i da će svatko tko pročita moj rad dobiti poticaj da još bolje istraži to područje.

Zato mi sad na kraju dolazi u sjećanje jedna priča o *zlatnoj kugli* koju nam je na kolegiju "Mediji i sredstva društvenog priopćavanja" ispričao prof. Mataušić. On kaže: "Zamislite da imate jednu vreću koja je puna blata. Na dnu te vreće nalazi se zlatna kugla. Vaš je cilj doći do kugle. Ali da bi do nje došli trebate prvo rastrgati vreću, rukama ukloniti blato koje smrdi i koje se lijepi i tek onda uzeti zlatnu kuglu. Težak posao, zar ne?" Naravno da se nikome od nas ne da kopati po blatu i trgati vreću. Mi bi svi zlatnu kuglu koju ću platiti u trgovini i odmah dobiti na ruke. No ova priča idealna je za usporedbu s duhovnom inteligencijom. Naš SQ je ta zlatna kugla. No da bi do nje došli mi prvo trebamo rastrgati vreću, a to znači skinuti svoje maske iza kojih se često puta skrivamo pred sobom i pred drugima. Vrijeme je da napokon priznamo svoje nedostatke i kažemo: "To sam ja. Ja sam takav." Zatim druga stvar koju treba napraviti je maknuti blato. Blato se ovdje odnosi na naše grijehe i rane. Njih smo mi duboko u sebi zakopali i ne želimo se s tim suočiti. Zato se pravimo da to ne vidimo, ali smrad koji se širi iz toga poziva nas da se time pozabavimo. Teško je i bolno čuti i vidjeti istinu o sebi, ali to je jedini put ako želimo doći do zlatne kugle. Zlatna kugla (SQ) čući u nama kao mudrac. Ona je istovremeno skrivena, ali i otkrivena. Njezine zrake koje isijavaju i koje tu i tamo primijetimo, daju nam do znanja da je SQ prisutan i da prebiva u nama. Ona samo čeka trenutak kad ćemo je primijetiti i početi s njom surađivati. Želi nam pomoći da razvijemo svoju osobnost, da krenemo živjeti izvan granica poput slobodne ptice i da sa

sobom povedemo svoje prijatelje i čitavi svijet. Živeći mudro i odgovorno mi možemo promijeniti ovaj svijet. Pozvani smo na to, ali jesmo li za to i spremni?

SAŽETAK

Moj cilj bio je upoznati vas s duhovnom inteligencijom (SQ). Željela sam objasniti što je to SQ, zatim zašto je SQ važna, koji su znanstveni dokazi o SQ i kako bi se ona dalje mogla razvijati. Ovaj rad se zato sastoji od četiri naslova. U prvom naslovu "Što je to SQ?" definirala sam pojam racionalne, emocionalne i duhovne inteligencije. Drugi naslov govori o važnosti SQ-a. Tu se nalaze podnaslovi: pitanje smisla, kultura i SQ, bolest i smrt, humanizam i izumiranje, vođa koji služi i "zapjevaj svoju pjesmu". U trećem dijelu htjela sam ukazati na znanstvene dokaze o SQ i svijesti. Zato sam prvo progovorila o mozgu i svijesti, a onda i o "Božjem modulu" koji je otkriven u mozgu. Na kraju u naslovu "Kako razvijati svoj SQ?" uputila na literaturu koja bi svakome mogla pomoći da pronađe svoj put do razvijenije SQ. Nadam se da sam uspješno obavila svoj zadatak i da će svatko tko pročita moj rad dobiti poticaj da još bolje istraži to područje.

Bilješke

¹ IVANČIĆ, Tomislav: Mudrost - nova paradigma u odgoju i obrazovanju, u: VRGOČ, Hrvoje (ur.): *Europski izazov hrvatskom školstvu*, Zagreb, HPKZ, 2006. str. 47.

² ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002., str. 54.

³ GOLEMAN, Danijel: *Emocionalna inteligencija*, Zagreb, Mozaik knjiga, 1997. str. 34.

⁴ ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002. str. 16.

⁵ IVANČIĆ, Tomislav: *Dijagnoza duše i hagioterapija*, Zagreb, Teovizija, 2004. str. 8.

⁶ ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002. str. 160.-161.

⁷ IVANČIĆ, Tomislav: *Dijagnoza duše i hagioterapija*, Zagreb, Teovizija, 2004. str. 12.

⁸ FRANKL, Viktor: *Bog podsvijesti*, Zagreb, Oko 3 ujutro, 1985. str. 79.

⁹ HARALAMBOS, HOLBORN, HEALD: *Sociologija. Teme i perspektive*, Zagreb, Golden marketing, 2002. str.4.

¹⁰ IVANČIĆ, Tomislav: Mudrost - nova paradigma u odgoju i obrazovanju, u: VRGOČ, Hrvoje (ur.): *Europski izazov hrvatskom školstvu*, Zagreb, HPKZ, 2006. str. 46.

¹¹ ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002. str. 36.

¹² FRANKL, Viktor: *Bog podsvijesti*, Zagreb, Oko 3 ujutro, 1985. str. 13.

¹³ ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002. str. 37

¹⁴ GOLEMAN, Danijel: *Emocionalna inteligencija*, Zagreb, Mozaik knjiga, 1997., str. 18.

¹⁵ ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002. str. 68.

¹⁶ Isto, str. 62.

¹⁷ Isto, str. 69.

¹⁸ Isto, str. 75.

¹⁹ AMEN, D. G.: *Liječenje hardwarea duše*, VBZ, Zagreb, 2003. str. 40.

LITERATURA

AMEN, D. G.: *Liječenje hardwarea duše*, VBZ, Zagreb, 2003.

BUZAN, Toni: *Moć duhovne inteligencije*, Zagreb, Veble, 2005.

FRANKL, Viktor: *Bog podsvijesti*, Zagreb, Oko 3 ujutro, 1985.

GOLEMAN, Danijel: *Emocionalna inteligencija*, Zagreb, Mozaik knjiga, 1997.

HARALAMBOS, HOLBORN, HEALD: *Sociologija. Teme i perspektive*, Zagreb, Golden marketing, 2002.

IVANČIĆ, Tomislav: *Dijagnoza duše i hagioterapija*, Zagreb, Teovizija, 2004.

IVANČIĆ, Tomislav: *Mudrost - nova paradigma u odgoju i obrazovanju*, u: VRGOČ, Hrvoje (ur.): *Europski izazov hrvatskom školstvu*, Zagreb, HPKZ, 2006. str. 43-59.

ZOHAR, Danah / MARSHALL, Ian: *SQ. Duhovna inteligencija – suštinska inteligencija*, Zagreb, VBZ, 2002.