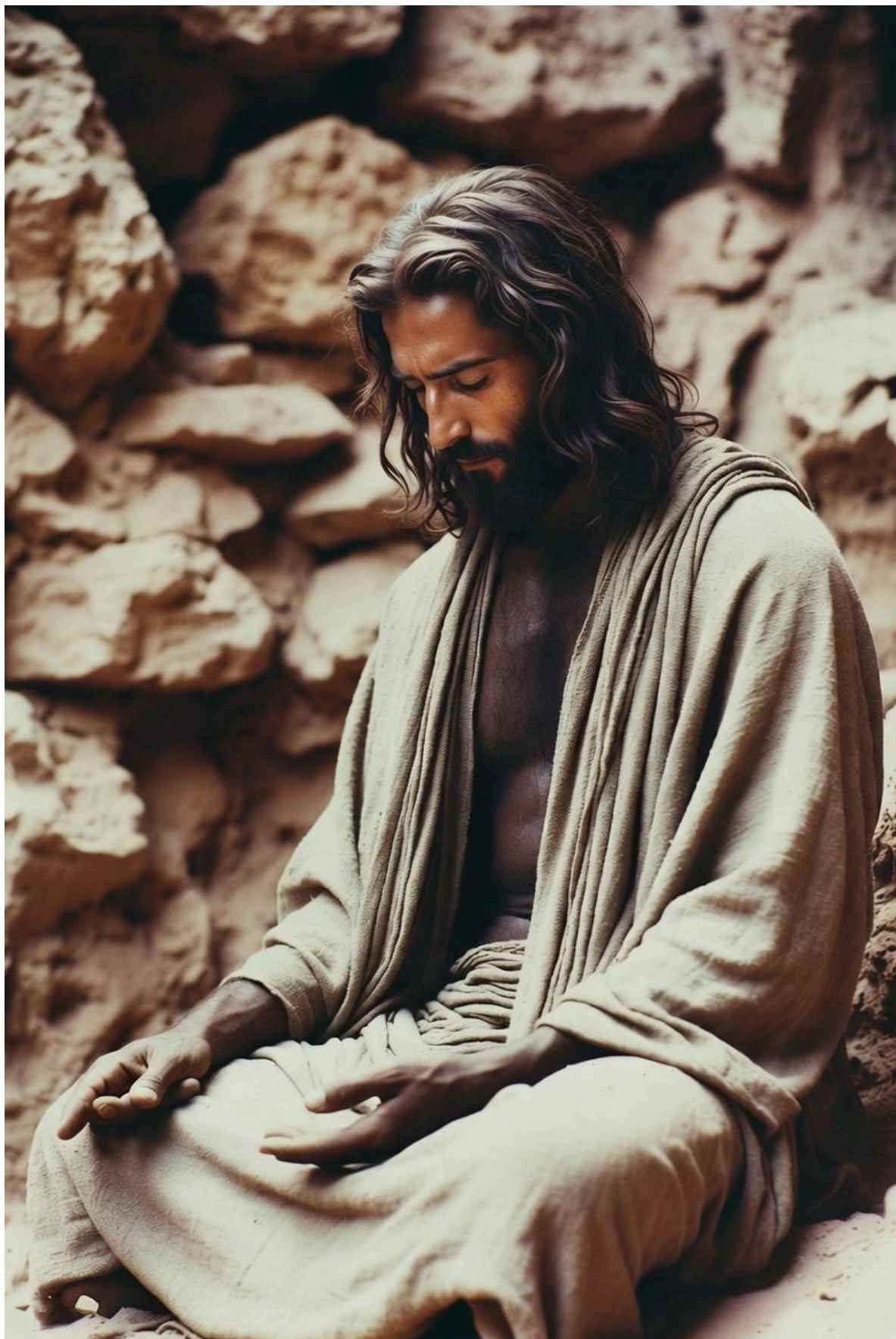


ТИХОВАЊЕ КАО ДИНАМИЧКА ОНТОЛОГИЈА СВЕСТИ:
Један модел интеграције источњачких традиција, исихазма и савремене психологије



Апстракт

Овај рад излаже оригинални филозофско-психолошки модел тиховања (медитације) који полази од дистинкције између тишине без звукова и тишине без мисли. Модел развија тезу да је интелигенција примарни онтолошки принцип, а мисао њена секундарна манифестација. Тиховање се дефинише као процес **радијалне реорганизације пажње унутар четвородимензионалног простора свести**, чиме се диференцијална динамика интелигенције редукује ка нултој тачки - атемпоралном апсолуту. Рад конфронтира овај модел са православним исихазмом (Григорије Палама), зен будизмом (Доген), адваита ведантом (Шанкара) и савременим неуронаучним истраживањима медитације. Оригиналноост модела огледа се у геометријској концепцији свести, дефиницији времена као диференцијалне дистанце и формалној дефиницији тиховања као процеса $\Delta \rightarrow 0$. Рад показује да модел нуди теоријски оквир способан да интегрише феноменолошке, компаративне и неурокогнитивне увиде без редукционизма.

Кључне речи: тиховање, интелигенција, свест, време, пажња, исихазам, зен, адваита, неурокогнитивна наука, онтологија

1. Увод: Проблем теоријске артикулације тиховања

Тиховање као пракса постоји хиљадама година у различитим културама - од православног исихазма, преко зен медитације, до адваита веданте. Ипак, његова теоријска артикулација остаје недоречена. Разлог томе је, како ће овај рад покушати да покаже, двострук: прво, тиховање се најчешће описује или искључиво теолошки или искључиво психолошки; друго, ретко се поставља питање онтолошког статуса онога што остаје када мисли престану.

Овај рад полази од следеће тезе: тиховање није техника релаксације, нити религијски ритуал, већ **онтолошки процес повратка интелигенције самој себи**. Циљ рада је да ову тезу развије у кохерентан теоријски модел, да га конфронтира са сродним традицијама и савременим научним сазнањима, те да експлицира његову оригиналност.

Рад је структуриран у шест целина: (1) изворне интуиције модела; (2) формална онтолошка структура; (3) дефиниција тиховања; (4) компарација са источњачким и хришћанским традицијама; (5) неурокогнитивни корелати; (6) оригиналност и допринос модела.

2. Изворне интуиције: Од искуства ка теорији

Модел полази од феноменолошке дистинкције која се ретко прави: постоје два нивоа тишине. Први је тишина без звукова - одсуство спољашњег шума. Други је тишина без мисли - одсуство унутрашњег дијалога. Иако се често поистовећују, реч је о радикално различитим стањима.

Ако је мисао, како тврди један од утицајних савремених мислилаца, "неозвучена реч", а реч "озвучена мисао", онда права тишина нужно укључује престанак мисаоног тока. Овај увид отвара кључно питање: шта остаје када мисли престану?

Већина људи, поистовећена са својим мислима, не може ни да замисли да ишта остаје. Отуда и парадокс: људи свакодневно практикују тиховање (спавање, јутарња кафа, блентање у ТВ), али га не препознају као такав. Сваки облик повратка себи заправо је облик тиховања.

Друга кључна интуиција тиче се односа даха и мисли. Као што се дах може привремено задржати, тако се и мисао може зауставити. Али, као што дах долази "споља" (ваздух није наша творевина), тако и мисли долазе "споља" - оне нису производ нас, већ продаје кроз нас. Ово води ка разликовању три нивоа: (а) телесног центра (пупак, *dān tiān* у кинеској традицији), (б) енергетског тока (чи, ки), и (в) метафизичког извора - интелигенције.

Интелигенција се овде не схвата психолошки, као когнитивна способност, већ онтолошки - као суштина универзума и сваког појединачног бића. Мисли и речи су њени алати, њени производи у процесу стварања материјалних облика. Ум је скуп мисли организованих по принципу хијерархије и материјализације.

Из овог угла, интелигенција се не може развијати - она је чином рођења већ савршена. Оно што се развија (или ограничава) јесте способност њеног манифестовања. Дете је геније не зато што има више интелигенције, већ зато што има мање мисли које је заклањају. Образовање често не развија интелигенцију већ је ограничава ш уводи шаблоне, забране, страхове.

3. Формална онтолошка структура модела

На основу изложених премиса, модел се може формализовати у облику аксиоматског система:

Аксиом 1: Примарна реалност

Свест (C) је примарна онтолошка реалност. Она није производ материјалних процеса, већ услов могућности сваког искуства и сваке појавности.

Аксиом 2: Просторни карактер свести

Свест има просторни карактер. Под простором се не подразумева физички простор, већ формални капацитет за појављивање садржаја. Тај простор је четвородимензионалан:

- три димензије екстернализоване појавности (спољашњи свет)
- једна димензија дубине (онтолошка интроспективна оса)

Дубина није психолошка већ структурна категорија - она означава степен близине извору.

Аксиом 3: Два модуса свести

Свест има два модуса:

- **Инертни модус (C_0)** - атемпорални апсолут, чисти потенцијал, свест мирујућа
- **Динамички модус (C^d)** - интелигенција, свест у кретању

Однос између ова два модуса није дуалистички. C_0 и C^d нису две супстанце, већ два стања исте реалности. Инертни модус је нулта тачка динамике - гранични усуд према коме динамички модус тежи.

Аксиом 4: Време као диференцијална дистанца

Време није примарна категорија, већ функција разлике унутар динамике свести.

Формално:

$$T = \Delta(C^d)$$

Време настаје када постоји дистанца између два процеса (имплицитни ниво) или два догађаја (експлицитни ниво). Без дистанце, време не постоји - остаје само C_0 .

Ова дефиниција времена има важну последицу: темпоралност је својство атемпоралног апсолута. Другим речима, атемпорално није одсуство времена, већ његов услов могућности. Време је модус манифестације нечега што само није временско.

Аксиом 5: Пажња као функција интелигенције

Пажња (A) је селективна модулација динамике интелигенције:

$$A = f(\Delta)$$

Када Δ опада, пажња се приближава нултој тачки (C_0). Када Δ расте, пажња се шири у поље појавности.

Аксиом 6: Центар пажње

Центар пажње није тачка у простору, већ **нулта тачка динамике** - инертни пол интелигенције. То је онтолошки извор, координатни почетак из кога се сва динамика разлива.

4. Дефиниција тиховања

На основу изложене онтолошке структуре, тиховање се може дефинисати на следећи начин:

Дефиниција 1: Тиховање је процес систематске редукције диференцијалне динамике свести ($\Delta \rightarrow 0$) при чему се пажња радијално усмерава кроз све димензије простора свести - укључујући и дубину - ка нултој тачки, а да се онтолошки континуитет не губи.

Термин радијално овде има прецизно значење: пажња се не креће линеарно, већ симетрично у свим правцима; свака тачка у пољу искуства је функција удаљености од центра. Медитација, дакле, није концентрација (сужавање пажње) нити дифузија (губитак фокуса), већ ширење из центра.

Ова дефиниција обједињује три нивоа:

- феноменолошки: описује шта се доживљава
- онтолошки: показује шта се дешава у структури свести
- практични: упућује на метод

5. Компарација са релевантним традицијама

Модел ће бити конфронтиран са три традиције: православним исихазмом, зен будизмом и адваита ведантом. Циљ није да се покаже истост већ да се, кроз разлике, истакне специфичност предложеног приступа.

5.1 Исихазам (Григорије Палама)

Православни исихазам (од грч. ἡσυχία - тишина, мир) развијен је у делима Григорија Паламе (1296–1359). Кључни елементи су:

- разлика између Божје суштине (неприступне) и енергија (у којима човек може да учествује)
- пракса Исусове молитве и силаска ума у срце
- циљ: обожење (θεώσις) — сједињење са божанским енергијама

Сродности са моделом:

- нагласак на унутрашњој тишини
- повратак центру (срце као симболичко средиште)
- разликовање површинског ума и дубље стварности

Разлике:

- Исихазам је теистички: извор тишине је личност Бога
- Модел је онтолошки, а не теолошки: извор је интелигенција као космички принцип
- Палама говори о благодати, модел о ревитализацији
- У исихазму, тишина је простор сусрета; у моделу, она је стање бића

Конфронтација: Палама би приговорио да модел, задржавајући се на нивоу "интелигенције", губи лични карактер апсолута. Одговор модела: личност је модус манифестације

интелигенције, не њена суштина. Интелигенција може да се манифестује као личност, али није на то сведена.

5.2 Зен будизам (Доген)

Зен будизам, нарочито у Сото традицији коју је утемељио Доген (1200–1253), инсистира на:

- зазен-у (само седење, шикантаза)
- не-сопству (анатман)
- празнини (шуњата)
- одбацивању концептуализације

Догенова чувена фраза "мислити не-мишљење" (хиширјо) упућује на стање које није ни мишљење ни одсуство мишљења.

Сродности са моделом:

- критика идентификације са мислима
- редукција концептуалне активности
- увид да "мисли долазе споља"

Разлике:

- Зен не прихвата постојање трајног центра или извора. Празнина (шуњата) није "нешто" што остаје, већ сам начин постојања
- У зену нема супстанцијалне интелигенције; све је процес, ток, међузависно настајање
- Циљ није "повратак извору" већ увид у непостојање извора

Конфронтација: Доген би приговорио да модел још увек тражи нешто (интелигенцију, центар) тамо где нема ничег осим празнине. Одговор модела: празнина није одсуство бића, већ одсуство фиксних идентитета. Интелигенција као динамички модус свести управо то омогућава - она је процес, а не ствар.

5.3 Адваита веданта (Шанкара)

Адваита веданта, систематски изложена код Шанкаре (788–820), учи:

- идентитету Атмана (индивидуалне свести) и Брахмана (апсолутне реалности)
- да је свет појава (маја) привид
- да је ослобођење (мокша) спознаја недвојности
- метод нети-нети (ни ово, ни оно) - одбацивање свих одређења

Сродности са моделом:

- свест (Брахман) као једина стварност
- ум као инструмент, а не извор
- просветљење као уклањање покривача, не стицање новог
- теза да се интелигенција не развија већ открива

Разлике:

- Адваита је статичнија; Брахман је чисто биће-свест-блаженство (сат-чит-ананда), без динамичке компоненте
- Модел уводи време као диференцијалну дистанцу, што адваита не разрађује
- Модел има геометријску структуру (простор свести, радијалност), адваита је претежно не-просторна

Конфронтација: Шанкара би приговорио да је увођење динамике у апсолут непотребно - Брахман је савршен и у мировању. Одговор модела: динамика није недостатак савршенства, већ његов модус манифестације. Савршенство није искључиво статично.

6. Неурокогнитивни корелати

Модел се не зауставља на метафизици. Он претендује да буде у складу са савременим научним сазнањима о медитацији, али их интерпретира у сопственом кључу.

Истраживања показују да дуготрајна пракса медитације доводи до (Brewer et al., 2011; Lutz et al., 2008):

- смањења активности **default mode network**-а (DMN) - мреже повезане са наративним ја, лутањем мисли, референцама на прошлост и будућност
- побољшане регулације пажње - способности да се пажња одржи или врати на објекат
- повећане интероцептивне свесности - активације инсуле, осећаја тела изнутра

У терминима модела:

- DMN одговара кондензованој динамици интелигенције - стабилизованим обрасцима мисли који стварају осећај "ја"
- Смањење DMN-а је редукција диференцијалне динамике ($\Delta \rightarrow 0$)
- Побољшана регулација пажње је способност радијалног усмеравања
- Интероцепција је осећај дубине - приближавање центру кроз тело

Модел, међутим, инсистира на обрнутом смеру објашњења: неуронске промене нису узрок већ последица дубљег онтолошког процеса. Мозак не производи свест; он је локални проводник динамике свести. Овај став модел дели са одређеним правцима савремене филозофије ума (панпсихизам, неутрални монизам), али остаје отворен за научну расправу.

7. Оригиналност модела

Након излагања и конфронтације, могуће је прецизно одредити оригинални допринос модела:

1. Геометријска концепција свести

Увођење простора свести као четвородимензионалне структуре (три димензије појавности + дубина) представља оригиналан начин мишљења свести. Док се свест обично описује временски (ток свести) или квалитативно (квалија), овде се уводи просторни ред као примарни. Дубина као посебна димензија омогућава да се избегне редукција свести на њену површину.

2. Дефиниција времена као диференцијалне дистанце

Време се не схвата као апсолутни оквир (Њутн) нити као априорна форма (Кант), већ као функција разлике унутар динамике свести. Ова дефиниција има моћ да објасни зашто се у стањима дубоког тиховања време доживљава другачије (или нестаје) - зато што је Δ сведено на нулу. Такође, она омогућава да се атемпоралност не схвати као одсуство, већ као услов темпоралности.

3. Радијална структура пажње

Модел нуди алтернативу уобичајеним дистинкцијама (фокусирана vs. отворена пажња, концентрација vs. свесност). Радијално ширење није ни једно ни друго - оно је ширење из центра које задржава однос према центру. Ово може имати практичне импликације за вођење медитативних пракси.

4. Формална дефиниција тиховања

Дефиниција тиховања као процеса $\Delta \rightarrow 0$ (**редукција диференцијалне динамике ка нултој тачки**) први пут, колико је аутору познато, уводи квантитативну метафору у опис медитације. Она омогућава да се о тиховању говори прецизније, а отвара и могућност за будућа истраживања - може ли се Δ мерити? Може ли се нулта тачка искуствено локализовати?

5. Интеграција нивоа без редукције

Модел покушава да држи заједно феноменолошки, онтолошки и неурокогнитивни ниво без редуктовања једног на други. То је реткост у савременој литератури, где обично преовлађује или спиритуалистички дискурс (који игнорише науку) или научни редукционизам (који игнорише феноменологију).

8. Закључак: Допринос и отворена питања

Предложени модел тиховања нуди теоријски оквир за разумевање медитације који је:

- феноменолошки утемељен (полази од искуства)
- онтолошки разрађен (поставља питање природе свести)
- компаративно информисан (узима у обзир традиције)
- научно компатибилан (може се повезати са неуронауком)

Његова оригиналност није у открићу нових феномена, већ у начину повезивања већ познатих. Он показује да се о тиховању може мислити систематски, да се интуитивне метафоре могу формализовати, и да филозофија, традиција и наука не морају бити у сукобу.

Отворена питања остају:

- Може ли се Δ (диференцијална динамика) операционализовати и мерити?
- Како модел објашњава разлике између медитативних пракси (нпр. концентрација vs. увид)?
- Да ли је нулта тачка (C_0) искуствено доступна или само теоријска граница?
- Како модел одговара на приговор да "интелигенција" као космички принцип није ништа друго до реификована психолошка категорија?

Ова питања упућују на даља истраживања - и теоријска и емпиријска. Модел не тврди да је коначна истина, већ да је кохерентан оквир који заслужује пажњу и проверу.

Литература

Brewer, J. A., Worhunsky, P. D., Gray, J. R., Tang, Y. Y., Weber, J., & Kober, H. (2011). Meditation experience is associated with differences in default mode network activity and connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(50), 20254-20259.

Доген, Е. (2002). *Shōbōgenzō*. (Превод и приређивач: М. Миливојевић). Смисао.

Lutz, A., Slagter, H. A., Dunne, J. D., & Davidson, R. J. (2008). Attention regulation and monitoring in meditation. *Trends in cognitive sciences*, 12(4), 163-169.

Недељковић, С. (2024). Тиховање [необјављени есеј].

Палама, Г. (1983). Тријаде у одбрану светих исихаста. (Превод: Ј. Поповић). Манастир Хиландар.

Шанкара. (2004). *Upadeśa Sāhasrī*. (Превод и приређивач: Н. Цветковић). Јога савез Србије.

Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. MIT Press.

Напомена: Овај рад представља ауторову разраду сопственог модела тиховања, насталу кроз дијалог са савременим AI алатима и конфронтацију са релевантним традицијама. Сви приговори, критике и предлози за даљу разраду су добродошли.

Author: <https://psihologijastvaralastva.rs/>

ID: 0009-0006-8402-1571

Affiliation: independent researcher