

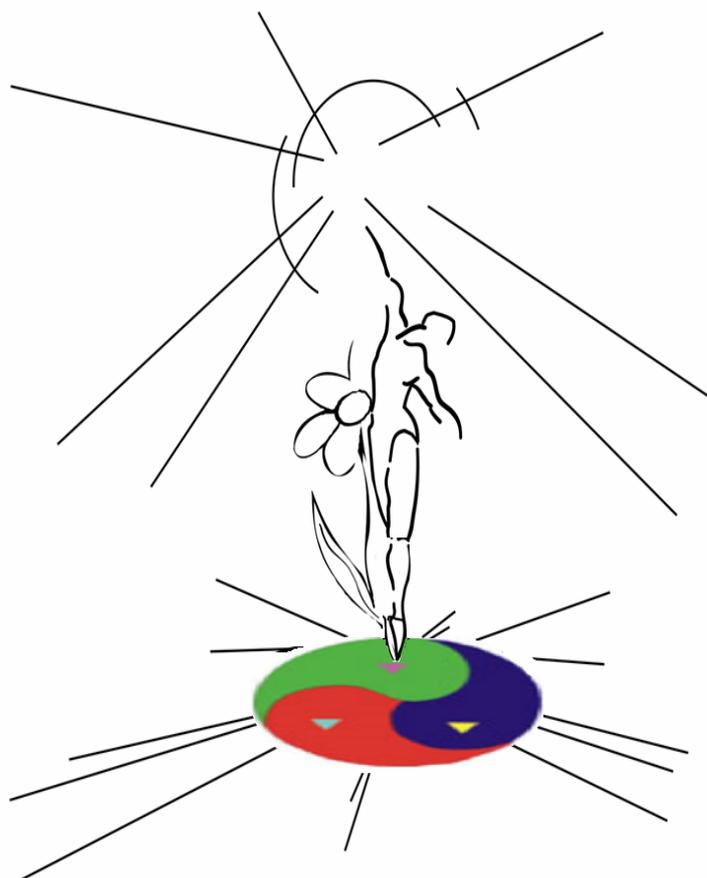
А.В.Вознюк

**УНИВЕРСАЛЬНАЯ
МОДЕЛЬ
ПСИХОТЕРАПИИ**



А. В. Вознюк

**УНИВЕРСАЛЬНАЯ
МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПИИ**



**Житомир
2017**

УДК 371.2 (09)
ББК 87
В64

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Герасимчук А.А., доктор философских наук, профессор (г.Житомир);

Рыбалка В.В., доктор психологических наук, профессор (г.Киев);

Свиридюк В.З., доктор медицинских наук, профессор (г.Житомир);

Чернилевский Д.В., доктор педагогических наук, профессор (г.Винница, г. Москва)

Вознюк А.В.

В64 Универсальная модель психотерапии: монография. – Житомир: Lambert academic publishing, 2017. – 150 с.

Если, в силу единства человека и мира, болезнь проистекает из единого источника – стресса, то и психотерапия должна выработать универсальную модель (парадигму) лечения стресса, единой реакции организма на множественные негативные влияния среды. Целью настоящей монографии выступает обоснование этой универсальной психотерапевтической модели. Главным методом исследования, используемым в данной работе, выступает теоретический анализ разнообразных психотерапевтических феноменов с позиции общих методологических принципов. Исследование реализуется от всеобщего (универсальная парадигма развития) к особенному (развитие психологии, медицины и психотерапии), от него к единичному (новая парадигма психокоррекции детей с синдромом Дауна и аутизма, система механизмов психологической защиты, психофизиологические основания универсальной модели психотерапии). От единичного, сделав круг познания, исследование возвращается к общему – универсальной модели психотерапии.

Для ученых, преподавателей, аспирантов, студентов, всех, кто стремится к познанию Вселенной, природы и человека, кто верит в то, что мир целесообразен и наполнен смыслом.

УДК 371.2 (09)
ББК 87

© Вознюк А.В., 2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ	4
1. Универсальная парадигма развития.	7
2. Развитие психологии	9
3. Развитие медицины	12
4. Развитие психотерапии	18
5. Модели развития психологии, медицины и психотерапии	22
6. Новая парадигма психокоррекции "детей дождя" и "детей солнца"	23
7. Психотерапевтический характер механизмов психологической защиты	29
8. Психофизиологические основания универсальной модели психотерапии	32
9. Современные предпосылки к созданию универсальной модели психотерапии	43
10. Универсальная модель психотерапии	53
10.1. Граница как основополагающий феномен и смысл бытия человека и мира	53
10.2. Интерпретация универсальной психотерапевтической модели на уровне концепции ФАМ	54
10.3. Социальная инженерия как универсальная психотерапевтическая модель	64
10.4. Педагогические особенности психотерапии	76
ВЫВОДЫ	79
ДОПОЛНЕНИЯ	84
Универсальный алгоритм развития человека	84
Пути гармонизации личности	108
Травма как пограничная ситуация	147
ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА	150

ВСТУПЛЕНИЕ

Свет и тьма, жизнь и смерть, правое и левое – братья друг другу. Их нельзя отделить друг от друга. Поэтому и хорошие нехороши, и плохие – не плохи, и жизнь – не жизнь, и смерть – не смерть. Поэтому каждый будет разорван в своей основе от начала. Но те, кто выше мира, неразорванные, вечные

Апокрифическое Евангелие от Филиппа [Свиницкая, 1981, с. 228].

Фундаментальная проблема биологии, по сути, одна – нахождение объектом способа разрешения энергетических различий между ним и окружающей средой.

Эммануэль Ревичи

Каждая школа психотерапии, создавая свои метафоры, разрабатывает специфический язык, особую карту психологического пространства... Каждая из многочисленных школ твердо держится за свои методы. Взаимообогащение идеями наблюдается в редких случаях

В.В.Макаров (Психотерапия нового века. Москва, ОППЛ, 2001).

Традиционная медицинская семиология "довольно точно соответствует какой-нибудь схеме анимистского типа: в конечном счете болезнь мыслится как некая личность, изначально таящаяся под кожей, в глубине тела, но подающая знаки, отправляющая сообщения, которые врач должен получать и дешифровать, почти так же как гадатель; в реальности это мантика"

Р. Барт [Барт, 2003, с. 488]

В здоровом теле здоровый дух, а дух здоров у того, кто молится
Ювенал

Болезнь – это сигнал о нарушении равновесия, гармонии со Вселенной. Болезнь – это внешнее отражение наших пагубных мыслей, нашего поведения и наших намерений, то есть мировоззрения. Это подсознательная защита нас самих от нашего же разрушительного поведения или мыслей. Больной человек – это тот человек, у которого большое мировоззрение. Следовательно, чтобы вылечить болезнь, необходимо изменить свое мировоззрение. Многие люди, когда их организм испытывает боль, спешат поскорее избавиться от неё с помощью "волшебной", "от всего плохого избавляющей", её величества – таблетки. Им "некогда" задумываться о причинах возникновения проблемы в организме, а некоторые просто не хотят терпеть боль. Действительно, зачем терпеть боль, если её можно просто "убрать", "подавить", "уничтожить"!? Достаточно знать, что существуют в изобилии болеутоляющие средства. А причина чаще всего так и остаётся неустранимой. Любая болезнь служит сигналом какого-то нарушения в системе, объединяющей разум, тело и эмоции.

Из протоколов системы "Турбо-суслик" (<http://samoprozesing.opk.ru/viewtopic.php?id=1190>)

Если вы хотите, чтобы жизнь улыбалась вам, подарите ей сначала своё хорошее настроение.

Б.Спиноза

...болезнь есть надломленная, противоречащая себе самой жизнь, следовательно, такая жизнь, которая уничтожает себя в самом процессе, в котором она себя поддерживает

Материалы "Социалистического коллектива пациентов в Гейдельберге" [Браун, 1982]

Истинная физика – та, которая сможет включить человека в целостное представление о Вселенной

Тейяр де Шарден

Продление человеческой жизни напрямую зависит от интеллектуальных функций человеческого мозга, который, по некоторым данным, может функционировать в восстановительном режиме более 1000 лет... Любое произнесенное слово – это не что иное, как волновая генетическая программа, которая меняет вашу жизнь. Общая идея, мечта в государстве обладает огромной волновой силой и меняет жизнь всей страны, народа. Волновая энергия единой мировой идеи, мечты способна изменить мир, человечество, цивилизацию.

По материалам форума МИФИ (<http://corum.mephist.ru/>)

Мировосприятие можно разделить на мистическое и рациональное. Рубеж перехода от мистического (сновидческого) к рациональному (бодрственному) модусу в Европе – начало XX века. Но одновременно (!) произошла и смена типа заболеваемости с эпидемического на соматический. Сейчас наблюдается ренессанс мистического мировосприятия, вернее – возвращение к мистическому, но на более высоком уровне развития. Вывод: здоровый Мир может быть устроен только по законам единства мистического и рационального, сновидения и бодрствования. Ни одна цивилизация, как бы далеко она не продвинулась в рациональном познании Мира, не может быть устойчивой, если её сновидческая реальность не совпадает с рациональной реальностью.

Ю.Н. Тявин

Актуальность исследования. Одним из наиболее выдающихся откровений как древней, так и современной мудрости есть откровение о целостности и единстве человека и мира.

В контексте проблемы здоровья целостность человека проявляется в том, что *на любой негативный раздражитель внешней среды организм отвечает стрессом, приводящим к различным заболеваниям* (Г. Селье). При этом стресс сопровождается набором неспецифических реакций организма, общих для всех без исключения болезней. Получается, что у истоков заболеваний лежит узкий набор причин, или, лучше сказать, полагается *один фактор*, который приводит к ослаблению жизненного тонуса организма и сужает его жизненное пространство. В дальнейшем имеет место нарушение нормального режима функционирования одного из "слабейших" звеньев этого организма, что и называется болезнью, которая побеждается единым фактором – *иммунитетом*.

Стресс как психофизиологическое "потрясение" организма обуславливается в меньшей степени негативными факторами внешней среды и в большей – психолого-мировоззренческим негативизмом самого человека. То есть соматические (органические) реакции на тот или иной стимул (раздражитель) внешней среды, в силу наличия практически неисчерпаемых ресурсов механизма гомеостаза (поддерживающего диалектическое постоянство внутренней среды организма), принципиально не могут вылиться в болезнь (здесь мы не рассматриваем экстремальные условия существования).

Болезнь возникает тогда, когда организм человека не может адекватно реагировать на внешние раздражители именно в силу собственной психолого-мировоззренческой деструкции, формирующей массу ущербных психологических установок, генерирующих, в свою очередь, всевозможные болезни. Как писал А. Маслоу, сейчас многие психологи и представители других специальностей приходят к выводу, что причина многих, если не всех болезней человека связана с его психикой, и, в конечном итоге, с его мировоззрением.

Процесс лечения любой болезни при этом оказывается чрезвычайно простым. Он заключается в гармонизации духовного мира человека, в упорядочивании его сознания, ибо, как писал еще бл. Августин, страдания человека проистекают из неупорядоченного разума. При этом болезнь оказывается положительной приспособительной реакцией организма (С.Н. Давиденков, И.В. Давыдовский, А. Маслоу, К. Лэинг, Р. Хамер и др.) [*Давыдовский, 1962, 1966, 1968; Давиденко, 1946; Laing, 1968, 1982; Maslow, 1976*], "важными специальными биологическими программами природы", созданными ею для оказания индивиду помощи в период переживания эмоционального и психологического дистресса (Р.Г. Хамер), а негативные качества человека, входящие в общее поле жизнедеятельности организма, представляют собой положительные ресурсы его психики (гуманистическая психология).

Исходя из изложенного выше, психотерапию¹ – *комплексную пограничную отрасль медицины*, локализирующуюся между терапией (соматические заболевания) и психиатрией (психические заболевания), можно назвать основополагающим инструментом лечения человека и общества.

Однако психотерапия не достигла целостности в понимании сущности человека и природы болезней. Как пишет А.И. Сосланд, *психотерапия никогда не была единой научной дисциплиной*, что находит выражение во множестве основополагающих положениях, на которых базируются различные ее течения. Так, например, один и тот же феномен, например, *навязчивость*, в зависимости от ориентации психотерапевтической школы может быть объяснен такими моментами, как подавленное сексуальное влечение, неудовлетворенная потребность в защите, различные комплексы (такие, как комплексы Антигоны, Гризельды, деда, Дианы, Иокасты, Каина, кастрационный, Медеи, неполноценности, Ореста, Федры, Эдипа, Электры [*см. Блейхер, Крук, 1995, с. 255–257*]), фрустрированное стремление к смыслу, логическое заблуждение, условнорефлекторно закрепленное ошибочное действие или результат неотреагирования [*Сосланд, 1999, с. 179*], который может лечиться техникой десенсибилизации Дж. Вольпе на основе уничтожения условно-рефлекторной связи между симптомом и обстановкой, в которой он манифестируется [*Wolpe, 1973*].

Если, в силу единства человека и мира, болезнь проистекает из единого источника – стресса, то и психотерапия должна выработать *универсальную модель* (парадигму) лечения стресса, единой реакции организма на множественные негативные влияния среды. **Целью** настоящей монографии выступает обоснование этой универсальной психотерапевтической модели.

¹ *Психотерапия* (от др.-греч. "душа", "дух" + "лечение", "оздоровление", "лекарство") – система лечебного воздействия на психику и через психику на организм человека. Часто определяется как деятельность, направленная на избавление человека от различных проблем (эмоциональных, личностных, социальных и т. п.). Следует отличать понятие психотерапии от психиатрии. Психотерапия может быть разновидностью или составляющей частью психиатрического лечения (и описываться в учебниках по психиатрии, рекомендоваться психиатрам для использования), но психиатрическое лечение часто ею не ограничивается (либо, в отдельных случаях, например при острых психозах, вообще может сводиться лишь к медикаментозному лечению).

Методы исследования. Главным методом исследования, используемым в данной работе, выступает теоретический анализ разнообразных психотерапевтических феноменов с позиции общих методологических принципов (универсальной парадигмы развития, концепции целостности и др.). При этом данное исследование реализуется

от *всеобщего* (универсальная парадигма развития)

к *особенному* (развитие психологии, медицины и психотерапии), от него

к *единичному* (новая парадигма психокоррекции детей с синдромом Дауна и аутизма, система механизмов психологической защиты, психофизиологические основания универсальной модели психотерапии). От этого единичного мы, сделав круг познания, возвращаемся к *общему* – универсальной модели психотерапии.

1. УНИВЕРСАЛЬНАЯ ПАРАДИГМА РАЗВИТИЯ

Универсальный характер развития в сфере новейших исследований позволяет говорить о таких фундаментальных традиционных и современных его аспектах: гегелевская диалектика как метод концептуализации универсального диалектического принципа развития; глобальный эволюционизм (линейный принцип развития); креационизм; циклическая парадигма развития; синтетическая эволюция (А.И.Субетто и др.); творческая эволюция (А. Бергсон и др); системогенетика (А.И.Субетто и др); концепция универсальной истории (А.П.Назаретян); психофрактальная эволюция социумов (Е.А. Донченко); ритмокаскадная модель развития (В.Г.Буданов); общий периодический закон. М. Сафронова в биологии и в других гомологичных объект-системах; принцип масштабного подобия объектов во Вселенной С.И. Сухоноса и др.

Более того, с позиции новейших поснеклассических практик можно говорить о множестве сценариев развития, которое может пониматься:

- как линейное, так и циклическое,
- как эволюционное, так и креационистское,
- как стационарное, так и взрывно-сингулярное,
- как спиральное, так и фрактально-голограммное,

как процесс, протекающий от возможности к действительности, так и от действительности к возможности,

как от прошлого к будущему, так и от будущего к будущему, и более того – от будущего к прошлому (в контексте эзотерического направления "транссерфинг реальности" рассматривается возможность влияния на прошлое с целью его перестройки и преобразования; кроме того, в некоторых современных подходах к пониманию феномена реинкарнации процесс перерождения человека реализуется не только в будущем, но и в прошлом, когда любая точка на временном континууме является одинаково доступной, что подтверждается и несиловыми эффектами квантовых систем),

как фазово-резонансный процесс, совершаемый в точках бифуркации, так и как становление, когда развитие понимается как совершаемое от того, что есть, к тому, что становится (то есть от настоящего к настоящему).

Универсальный принцип развития оперирует движением. Всякое же движение – это, прежде всего, волна (составляющая энергетическую среду с характерными макроскопическими колебаниями, относящиеся к эволюционным фликкер шумам), структура которой универсальна, ибо любая волна фиксирует общие для любого процесса элементы – восходящую и нисходящую ветви, а также точки максимума, минимума и нули функции. Таким образом, развитие, движение присущи всему и вся во Вселенной.

Любое движение, реализуемое как колебательно-волновое изменение, изучается теорией колебаний, оперирующей универсальным языком, позволяющим кристаллизовать универсальные знания, применимые ко всем областям человеческой деятельности и познания (Л.И. Мандельштам) [Мандельштам, 1972; см.: Валянский, Калюжный, 1998, с. 283-286].

Движение в его наиболее общем виде моделируется в виде синусоиды.

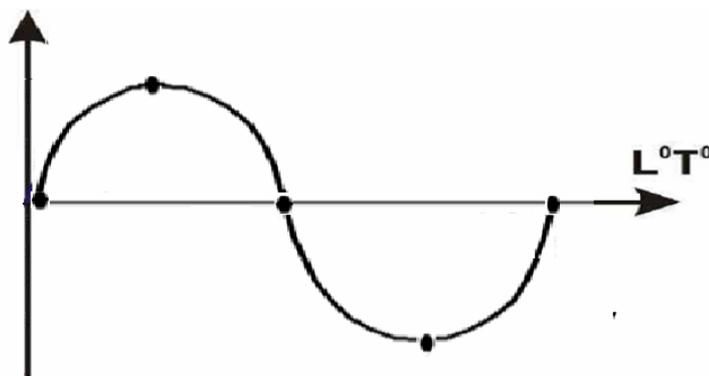


Рис. 1. Синусоидальная модель реальности в общем виде

Данную модель можно показать в форме, которая иллюстрирует простейший и всеобщий триадный сценарий развития всего и вся.

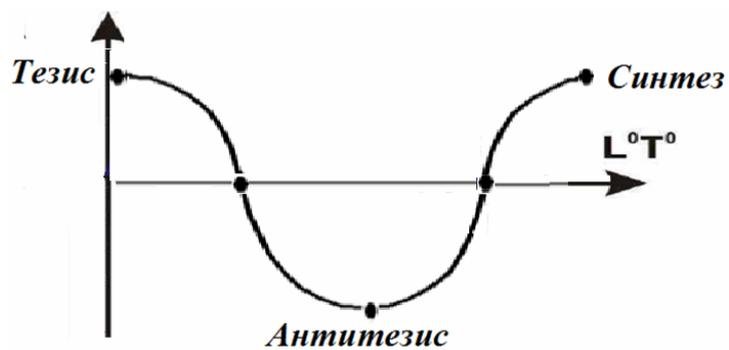


Рис. 2. Волновая модель реальности, объясняющая триаду "тезис – антитезис – синтез"

Предельно просто этот диалектический процесс иллюстрируется высказыванием Г.В. Плеханова, писавшего, что "всякое явление, развиваясь до конца, превращается в свою противоположность; но так как новое, противоположное первому явление также в свою очередь превращается в свою противоположность, то третья фаза развития имеет формальное сходство с первой" [Плеханов, 1956, с. 693].

2. РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИИ

Психология, согласно универсальной парадигме развития, в своем развитии фиксирует несколько этапов. На начальном этапе развития человечества принцип партиципации, психизации сущего соединял субъект и объект психологического (магического) исследования. Далее можно говорить о психоаналитическом этапе, где констатируется раздельность субъекта и объекта, разорванность человека, что мы находим у З. Фрейда, понимавшего человека как конгломерат "инстанций личности", постоянно враждующих друг с другом. Однако, начиная с Фрейда, Западная культура осознала опасность борьбы человека с самим собой [Розин, 1994, с. 196-197], наступает эпоха развития синтетических психологий, таких, как гештальтпсихология, в сфере которой находит свое воплощение принцип душевно-духовного единства [Бубер, 1993, 1995].

Гуманистическая психология предприняла следующий шаг: она показала, что целостность человека, наличие субличностей² (в гештальтпсихологии) или "отчужденного опыта" (согласно К. Роджерсу) не несет в себе коренного непреодолимого противоречия. Это не борьба Бога с дьяволом в душе человека, это не противоположность телесных влечений нравственности, а отгороженность одна от другой таких частей, которые в принципе могут "договориться" друг с другом и достичь согласия, делая человека внутренне богаче. Соответствующим образом, в качестве идеала была выдвинута идея внутренней интеграции, достижения целостности не за счет победы одной части над другой, а за счет их союза, синтеза [Розин, 1994, с. 196-197].

Отметим, что одним из наиболее последовательных представителей третьего этапа развития психологии был К. Левин, разработавший динамическую психологию, задачей которой было "однозначно вывести поведение данного индивида из тотальности психологических событий, существующих в жизненном пространстве в данный момент" [Холл, Линсдей, 1997, с. 214; Левин, 2001].

В.Е. Ключко, исследуя развитие категориального строя психологии с точки зрения системного подхода, выдвигает историко-системный подход, в основании которого лежат два положения.

Первое: "Не может существовать наука как целостная, теоретическая система, если в самом основании ее, то есть в качестве предмета, который изучает наука, не лежит реальная, саморазвивающаяся система, которая и определяет ее предметное и проблемное поле, ограничивает движение категорий, предупреждает сползание науки в "чужие" поля и образует пространство для развития науки за счет собственного саморазвития" [Ключко, 1996, с. 11].

Второе: "Существует внутренняя тенденция развития психологии как ее движения по все более высоким уровням системности" [Ключко, 1989, с. 68].

Исходя из этого, В.Е. Ключко выделяет этапы развития психологии:

1. *Досистемный уровень* (до 1903 года). Наука находится в замкнутом на себя состоянии.

2. *Первый уровень системности*. Психология рассматривает психику "через нечто отличное от нее или, точнее, в системе с чем либо другим" [Ключко, 1989, с. 68]. На данном уровне существует проблема, поскольку получаемые знания не удается свести в систему.

3. *Второй уровень системности* (создание "моносистем"). "Точки, с которых смотрели на психику стали превращаться в принципы, которые ее же и объясняли. Постепенно и сами ведущие категории, на базе которых возникали принципы, стали превращаться в предметы психологического исследования. Психология раскололась на ряд психологий (психологию личности, психологию деятельности и так далее), соединить которую в единую науку до сих пор не удавалось" [Ключко, 1989, с. 68].

4. *Третий уровень системности* (метасистемный) соответствует современному этапу развития психологии. Человек наконец выступает как единая психологическая система. Здесь "Человек, понимаемый как психологическая система, выступает не в противопоставлении объективному миру, а в единстве с ним, в своей продленности в ту часть мира, которая им "освоена", то есть имеет для него

² "Русский мистик Гурджиев утверждал, что в каждом из нас уживаются разные личности. Сейчас эту поразительную идею разделяют многие ученые-психологи и нейрологи. Как указывает Гурджиев, "я", которое усиленно трудится, кажется отличным от "я", которое страстно и с наслаждением занимается любовью, а третье "я", которое иногда выходит из себя по незначительным поводам, кажется третьей личностью, и т.д. И в этом нет ничего метафизического, так как даже энцефалограммы позволяют это зафиксировать. Доктор Фрэнк Патнэм из Национального института здравоохранения обнаружил, что в экстремальных случаях множественной личности – а только такие экстремальные случаи и признает ортодоксальная психиатрия – каждой из "личностей" соответствует отдельный тип мозговых волн, как если бы исследователи переносили электроды с одного испытуемого на другого" (Р.А. Уилсон, "Квантовая психология. Как работа Вашего мозга программирует Вас и Ваш мир"). В американском журнале "Advices" в статье "Личностные изменения и иммунная система" (1994) повествуется об исследовании 32-летней женщины, которая утверждала, что в ее теле живет более 200 личностей, возраст которых колеблется от 2 до 99 лет, различной национальности, пола и происхождения (были и представители внеземных цивилизаций): при опросе каждого нового персонажа у женщины брали кровь на анализ лимфоцитов – ключевой элемент иммунной системы, их способность к делению имеет решающее значение в защите организма от болезней. Обнаружилась значительная разница в иммунных реакциях разных личностей, т. е. у них был разный потенциал здоровья. Субличности обычно рождаются в детском возрасте вследствие сильного стресса, который может вызвать кристаллизацию в организме одной или нескольких отдельных личностей, выступающих результатом приспособительной реакции, ибо субличность возникает на месте психологической проблемы и, как правило, успешно с ней справляется.

значение, смысл, ценность³. Мир человека есть часть самого человека, неотторжимая от него, которую ему нельзя противопоставлять как часть целому. Многомерный мир человека образуется как постоянное, упорядоченное обретение им новых измерений" [Клочко, 1989, с. 12].

Таким образом, на третьем этапе психологии она превращается в интегральную, *глубинную*:

"Объектом глубинной психологии (психоанализа, аналитической психологии, гуманистической и трансперсональной школ) становится уже не личность – совокупность социально значимых психических свойств, отношений и действий – а индивид – "обособленное, нечленимое единство, некая целостность, включающая – по необходимости – как незримую область бессознательного, так и сознание" (Юнг). Психологи приходят к пониманию того, что даже глубинные, неосознаваемые причины отдельных симптомов, проблем, травматических переживаний – только *указывают* на сбой в системе психики, *свидетельствуют* о нарушении целостности индивида, что только **целостный** (холистический, интегральный) подход открывает успешные пути достижения психического здоровья. Поиск этих путей – символ веры, начертанный на знамени трансперсональной психологии.

Понятия "**цель**" *τελός* и "**целое**" *τελειός* этимологически связаны. Достижение цели одновременно означает и завершение действия, восхождение к полноте, совершенству, красоте. Цель достигается тогда, когда оказывается построенным совершенное, симметричное, прекрасное целое. Согласно представлениям аналитической, гуманистической и трансперсональной психологии, личность – форма проявления, неотъемлемая автономная часть мирового единства.

Конфликтные напряжения между фрагментами и уровнями организации личности, между человеком и его экзистенциальным контекстом, средой жизнедеятельности – свидетельствуют о том, что данный индивидуум не интегрирован (не собран, не целеустремлен, не гармоничен), что его намерения и стратегии не интегральны (не соотнесены со структурами и процессами мира как целого). На устранение этих напряжений, восстановление целостности личности и интеграцию ее в мировое единство направлены теоретические поиски и практические усилия интегральной психологии.

Интегральная (интегративная) психология – в буквальном переводе с английского "психология целостности" – обобщение в широком понятийном и методологическом контексте, закономерное развитие трансперсональных подходов, принципов, идей, разработок.

Различие в названиях интегрального – интегративного направления обусловлены даже не восприятием и отображением разных ракурсов единого созерцаемого, но различием манер и интенций созерцания, профессиональными предпочтениями называющего. Интегральный – обладающий единством, признающий целостность основополагающим принципом деятельности. Интегративный – синтезирующий, ведущий к целостности.

Мировоззренческим оком интегральной психологии является принцип единства, согласно которому и психика, и физический мир, и их совокупность – сложные, открытые, многоуровневые, самоорганизующиеся системы, – части, которые имеют смысл только в их отношении к целому.

Любая интегральная психотехника, в основе которой – принцип единства, является, или в ходе своего развития и усовершенствования с необходимостью становится интегративной. С другой стороны, эффективность интегративного метода или подхода определяется его интегральностью.

Интегральная (интегративная) психология – система опирающихся на принцип единства теорий, концепций, моделей, методов, умений и навыков, которые ведут человека к **целостности** – единству с миром и самим собой, меньшей конфликтности, раздробленности сознания, переживаний, поведения, и, как следствие, к гармоничной полноценной жизни и успешной самореализации.

Понимание структуры, аспектов, паттернов, свойств и процессов этой **целостности**, путей и способов ее восстановления (индивидуации), умение успешно действовать в ее контексте – концептуальное ядро и необходимое условие работы интегрального психолога, вне зависимости от того, в какой области теории или практики он специализируется.

По сути дела, интегральная психология – методологическая основа построения и применения технологий работы с людьми (консультирование, тренинги, групповые дискуссии, дыхательные, арт-терапевтические, телесно-ориентированные техники).

Практические методы интегральной психологии и программ интегрального развития личности включают в себя широкий спектр разнообразных по принципам и подходам, но дополнительных по сути своей, техник,

– в фокусе которых – личность как таковая, а не отдельные ее свойства, процессы, проблемы;

³ "...И после того, как вы дочиста отмыли Космос от сознания, достоинства и ценности, вам не следует удивляться, если ваш собственный жизненный мир станет выглядеть пустым, и бессодержательным.. Жаловаться на такое положение вещей — все равно, что убить родителей, а затем, сетовать на свою сиротскую долю" – Кен Уилберг, "*Краткая история всего*"

- осуществляющих комплексное и всестороннее воздействие на человека (тело, сознание, бессознательная психика);
- использующих непроявленный личностный ресурсный потенциал;
- направленных не столько на достижение целостности индивида, но и на реорганизацию, интеграцию его экзистенциального контекста, полную и адекватную самореализацию его, как личности, в социуме.

Применяя эти методы и техники, специалист по интегральной психологии не упускает из виду, что любая теория, концепция, терапевтический миф, направление, форма психокоррекции, учение, идея, житейское суждение – при кажущейся зачастую их полноте и универсальности, являются справедливыми лишь отчасти, что сценарий каждого интегративного процесса уникален. Интегральные психотехники не могут быть формализованы, растиражированы. Использование методов интегральной психологии – это, прежде всего, их творческая разработка – а, зачастую и вдохновенная импровизация – для каждого конкретного случая.

Интегративная психология и ее основа – целостное мировосприятие – не совокупность сведений и навыков, не свод правил, но философская и психологическая интенция, имеющая практическое применение, стиль профессионального мышления, знание особого рода, образ жизни.

Получение этого *интегрального* знания, переход к новому мировосприятию, изменение образа жизни возможно в процессе, состоящем из трех необходимых компонент:

- опыт целостности (его переживание, осмысление и интеграция);
- восстановление внутриличностного единства (индивидуация, самопознание);
- практика интегративной деятельности в социуме".

(Г. М. Бревде (<http://psy.su/interview/2078>)

3. РАЗВИТИЕ МЕДИЦИНЫ

Развитие медицины можно проиллюстрировать словами С. Цвейга, который в предисловии к книге "Врачевание и психика" пишет следующее:

"От начала времен явление болезни связано с религиозным чувством. Боги посылают болезнь, одни боги могут забрать ее обратно; эта мысль неизбежно утверждена в основаниях всякой врачебной науки. Телесному страданию противопоставляется не технический, а религиозный акт. Врачебная наука в истоках своих неотторжима от науки о Боге; медицина и богословие составляют поначалу одно тело и одну душу.

Это начальное единство вскоре рушится. Вначале врач выступает рядом со жрецом, а вскоре – против жреца (трагедия Эмпедокла), и низводя страдание из области сверхчувственной в плоскость обыденно-природного, пытается устранить внутреннее расстройство средствами земными – стихиями внешней природы: ее травами, соками, солями. Жрец замыкается в рамках богослужения и отступает от врачебного искусства – врач отказывается от всякого воздействия на душу, от культа и магии: отныне два эти течения разветвляются и идут каждое своим путем.

С момента нарушения первоначального единства все элементы врачебного искусства приобретают сразу же совершенно новый и наново-окрашивающий смысл. Прежде всего, единое душевное явление – болезнь – распадается на бесчисленные, точно обозначенные болезни.

И вместе с тем ее сущность теряет в известной степени связь с духовной личностью человека. Исцеление совершается уже не как психическое воздействие, не как событие неизменно чудесное, – но как чистейший и почти наперед рассчитанный рассудочный акт со стороны врача: выучка заменяет вдохновение, учебник приходит на смену Логосу, исполненному тайны творческому заклинанию жреца. Там, где древний магический порядок врачевания требовал высшего духовного напряжения, новая клинко-диагностическая система требует от врача противоположного, а именно – ясности духа, отрешенного от нервов, при полнейшем душевном спокойствии и деловитости.

По мере того, как медицина становится все более и более технической, рассудочной, локализуемой – все яростнее отбивается от ее инстинкт широкой массы; все шире, вопреки всякому школьному образованию, раскрывается в низах народа, в смутных его глубинах, это течение, направленное против академической медицины.

Разделенные в веках, снова начинают сближаться два течения в науке врачевания – органическое и психическое, – ибо неизбежно (вспомним образ спирали у Гете) всякое развитие возвращается на более высокой ступени к исходной своей точке. Всякая механика приходит в конце концов к изначальному закону движения; всякое дробление вновь тяготеет к единству; все рациональное поглощается в свою очередь иррациональным; и после того, как века науки строгой и односторонней исследовали материю и форму человеческого тела, вплоть до основных глубин, вновь возникает вопрос о "духе", создающем для тебя тело" [Цвейг, 1992].

Таким образом, развитие медицины обнаруживает определенные этапы, когда сначала явление болезни связано с религиозным чувством, когда болезнь понималась как посылающаяся богами, духами (принцип партиципации, заражения, симпатии). При этом медицина и религия выступают нечто единым, а врач и жрец были представлены одним лицом⁴. Потом врач начинает противопоставляться жрецу, а страдания и болезни низводятся из сферы сверхчувственного в плоскость природного, когда врачебное искусство приобретают новое значение, поскольку единое духовное явление – болезнь – расщепляется на разнообразие болезней. Суть болезни теряет связь с духовностью человека, а лечение теперь осуществляется не как психическое влияние, а как технологический акт со стороны врача, направленный

⁴ "Я просил Пименто объяснить мне, что же такое смерть. Он не много поколебался, потрогал свой амулет из перьев, висящий и. запястье, потом сказал: Смерть – это не мое слово, сеньор доктор. Это ваше слово. У каждого человека есть свой дух, и множество духов окружает его. Если его дух покидает тело или чужой дух входит в тело, тогда наступает то, что вы называете смертью. Смерть вызывается духами. Или собственным духом человека, который покидает тело, или враждебным духом из его окружения, который проникает в тело. Этот принцип составляет основу примитивной медицины и приемов лечения, используемых такими курандейро, как Пименто. Этот же принцип использует фитесейро, чтобы творить зло. По словам Пименто, если человек заснул в гамаке и не проснулся, то это только потому, что дух его оставил тело и не вернулся обратно. В некоторых случаях если поместить около человека соблазнительные для духа предметы и намазать его лицо и тело привлекательным для духов жиром животных, смешанным с пудрой из толченых листьев, то духа можно заманить обратно. Но если он останется непреклонным, то уже ничего поделать нельзя... Пименто объяснил, каким образом "стрела" воздействует на тело жертвы. Каждая часть человеческого тела едина с самим телом. Поэтому, если "стрела" коснется, например, только слюны или капли крови своей жертвы – это окажет злое воздействие на все тело. Часто это делают с человеком во время сна. Потом, когда "стрела" проникнет в тело, она превратится в духа, и он может "воздействовать" на тело жертвы. Такими "стрелами" могут быть острые кусочки дерева или волос жертвы, но это только их физический символ, к смерти ведут чисто психологические факторы. Мне довелось однажды наблюдать, как Пименто "извлекал" "стрелу" из щеки пациента. Он пользовался той же самой техникой, что и тот знахарь на Верхнем Мараньоне, который лечил зуб Габрио. Но на сей раз у меня было то преимущество, что я мог расспросить Пименто о его методах и, кроме того, знал, что здесь было реальностью, а что обманом". – Гарри Райт ("Свидетель колдовства").

большой частью на соматике человека. Как писал А. В. Барченко, "Европейская медицина, как и вся европейская наука, аналитична. Она анализирует симптомы, признаки болезни, пытается лечить эти признаки болезни, в то время как Древняя Наука лечит человеческий организм. Человеческий организм – гармоничное целое, даже от состояния отдельной клетки зависит общее состояние организма. Специализация европейской медицины привела к тому, что узкий специалист, ведая только своей специальностью, забывает, что имеет дело с организмом, где все его части, все его органы взаимосвязаны и подчинены единым законам. Лечить надо не признаки болезни, а организм" [*Мысли А. В. Барченко, 2002, с. 196*].

Однако в конечном итоге органическое и психическое направления лечения начинают сближаться [*Цвейг, 1992; Тхостов, 1993*], когда сама болезнь начинает пониматься как позитивная приспособительная реакция организма, на первый план выходит духовно-моральный фактор личности [*Давыдовский, 1962, 1966, 1968; Давиденко, 1946; Laing, 1968, 1982*]. Получает развитие **холистическая медицина**, которая с начала 90-х годов XX века сначала в США, а затем и в Европе получает широкое распространение как альтернативное направление в рамках традиционной медицинской практики ("*Холистическая медицина – медицина будущего*", сайт *ezoterik.org*). "*Непродуктивная концепция симптоматического лечения*" (термин Г.С.Шаталовой) начинает постепенно сдавать свои позиции.

Согласно пяти биологическим законам, открытым Р.Г. Хамером, заболевания не являются, как полагалось ранее, результатом дисфункций или злокачественных процессов в организме, но скорее "*важными специальными биологическими программами природы*" (СБП), созданными ею для оказания индивиду помощи в период переживания эмоционального и психологического дистресса. Все медицинские теории, официальные или "альтернативные", прошлые или настоящие, основаны на представлении о болезнях как "дисфункциях" организма. Открытия доктора Хамера показывают, что в Природе нет ничего "больного", но всегда все наполнено глубоким биологическим смыслом.

Теперь "Под здоровьем ... понимается вовсе не отсутствие болезней, а возможность индивидуальности таким образом пронизывать члены собственного существа, чтобы мог раскрыться весь потенциал телесных, душевных и духовных способностей, благодаря чему возникает свобода действовать в соответствии с собственными "предрасположенностью и предназначением"... здоровье лишь в малой степени обусловлено биологическими факторами, – на удивление, значительно больше оно зависит от душевно-духовных условий, которые человек может научиться создавать себе сам... основа человеческого здоровья лежит, в первую очередь, не в биологической плоскости, а в области душевно-духовных способностей, которыми располагает человека для противостояния жизненным кризисам. К таким способностям относятся, прежде всего, способность переживать душевную связь с миром и способность к жизненной устойчивости (сила притяжения и преодоления преград). Это не врожденные таланты: они закладываются вначале через воспитание, а позже через самовоспитание ставшего взрослым человека и могут быть развиты" [*Патцлафф, Кальдер, 2008, с. 13, 50*].

Организм начинает пониматься на нечто целостное, которое реагирует на воздействия внешней среды целостно-интегральным способом, что доказывается реакцией организма на стресс ⁵.

При этом сама медицина в своем развитии изменила две лечебных стратегии – *гомеопатию* (лечение подобным ⁶) и *аллопатию* (лечение противным) [*Луничев, 1990, 1994*].

Сейчас мы становимся свидетелями движения медицины в направлении так называемой народной, то есть в сторону духовно-мистических практик, о чем Р. Гербер, творец вибрационной медицины говорит следующее: "*В будущем медицинская практика изменится, перейдя от преимущественно физических способов лечения тела к методам духовного и ментального целительства, которые, восстанавливая гармонию между душой и сознанием, устранят и саму причину заболевания*" [*Гербер, 2001, с. 250*].

Данную тенденцию перехода к духовно-нравственным критериям болезни и механизмов ее исцеления (А.М.Уголев, Г.С.Шаталова и др.) можно проиллюстрировать при помощи выдержек из книги Тихоплава "*Гармония хаоса, или Фрактальная реальность*", в которой можно почерпнуть такую информацию: онколог с мировым именем К. Саймонтон указывает, что "...из-за социальных и культурных условий люди часто не могут разрешить стрессовые ситуации здоровым способом и поэтому выбирают – сознательно или бессознательно – заболевание в качестве выхода". Если бы человек почаще вспоминал, что рак (да и все болезни вообще) возникает как результат злобы, зависти, обиды,

⁵ Как показал Г. Селье, любое специфическое стрессорное воздействие на организм вызывает у него единую реакцию, которую можно определить как "симптомы болезни вообще". Здесь целостность человеческого организма проявляется в том, что на любой негативный раздражитель внешней среды организм отвечает стрессом, приводящим к различным заболеваниям, при этом стресс сопровождается набором неспецифических реакций организма, общих для всех без исключения болезней. Получается, что у истоков заболеваний лежит универсальный фактор, приводящий к ослаблению жизненного тонуса организма и сужающий его жизненное пространство. В дальнейшем имеет место нарушение нормального режима функционирования одного из "слабейших" звеньев этого организма, что и называется конкретной болезнью.

⁶ Гомеопатия реализуется и в контексте метода *литорефлексотерапии*, разработанного О.Г. Торсуновым (лечение камнями и минералами); как утверждается, данный метод эффективен при лечении практически всех хронических заболеваний и не имеет аналогов в мире (<http://www.torsunov.ru/ru/about-author.html>).

неудовлетворенности, он бы жил по-другому. К сожалению, он начинает об этом думать, когда заболевает. И чем серьезнее заболевание, тем больше он понимает, что неправильно жил. И деньги соседа, "Мерседес" начальника, заграничные поездки друга уже не имеют для него никакой ценности, потому что они действительно ничего не стоят в Мироздании. И не случайно человек, который сумел избавиться от "неизлечимой" болезни (Господь дал ему еще один шанс), становится другим. А это и есть духовное совершенствование, достигнутое очень тяжелым путем. Не стоит доводить до крайностей. Нужно подумать о душе и о духе раньше".

Как пишет В. Т. Лободин: "Прежде чем решать любые проблемы своего здоровья, проблемы в семье, на работе или в мировоззрении, нужно определить для себя, прежде всего, духовную платформу или позицию, с которой все это будет решаться"... Известный философ прошлого века И. А. Ильин говорил: "Человек не гриб и не лягушка: энергия его организма, его "соматического Я", дана ему для того, чтобы он тратил и сжигал его вещественные запасы в духовной работе" [*см. Тихоплавы, Гармония хаоса, 2003, с. 204-211*].

Приведенные выше соображения являются весьма симптоматичными. Они, так или иначе, подтверждаются некоторыми данными современной медицинской и клинической психологии, а также другими экспериментальными отраслями науки.

Отмеченная диалектика развития здоровья реализуется и в *сфере здорового способа жизни*, который все более начинает ориентироваться на естественные регуляторы здоровья. Так, Ст. Гроф в книге "*Путешествие в поисках себя*" пишет смене потребительской парадигмы, к которой призывал Ф.Бэкон, который писал, что "Природу следует загнать собаками, вздернуть на дыбу, изнасиловать, ее нужно пытать, чтобы заставить выдать свои тайны ученым, ее нужно превратить в рабу, ограничить и управлять ею" [*Васон, 1870*]. Ст. Гроф подчеркивает, что "в общечеловеческом масштабе подобное умонастроение порождает философию и жизненную стратегию, основанную на силе, соперничестве, и одностороннем контроле, восславляет линейный прогресс и неограниченный рост. Материальная выгода и увеличение национального дохода рассматриваются как основной критерий благосостояния и мера уровня жизни. Идеология, экономическая и политическая стратегия, вырастающие из такого умонастроения, приводят человека к серьезному конфликту с его собственной холотропной природой как живой системой и с фундаментальными законами Вселенной.

Поскольку все биологические организмы и системы критически зависят от поддержания оптимальных параметров, то максимализация в преследовании определенных целей – это неестественная и опасная стратегия. Во Вселенной, природа которой циклична, такая стратегия требует необратимого линейного движения и неограниченного роста. В перспективе это означает полное истощение невозобновимых природных ресурсов, особенно ископаемых энергоносителей, накопление токсичных отходов, загрязняющих воздух, воду и почву – все жизненно важные условия поддержания жизни. Кроме того, этот подход к жизни утверждает соперничество и дарвиновское "выживание наиболее приспособленных" как естественные и здоровые принципы существования, и неспособен к признанию необходимости синергии и кооперации.

Когда человек оказывается способным преодолеть доминирование негативных перинатальных матриц и восстановить в себе опыт позитивного симбиотического обмена с материнским организмом во время нахождения в утробе, ситуация радикально меняется. Опыт взаимодействия с матерью в пренатальном и раннем постнатальном периодах на уровне взрослого эквивалентен гармоническим отношениям человека с человечеством и со всем миром, будучи прототипом последнего.

Когда человек в процесс глубинного самоисследования переживает коренной сдвиг от негативной перинатальной матрицы к позитивной, у него значительно возрастает способность радоваться жизни и интерес к ней. Первоначальный опыт безмятежного пренатального существования и заботы, связанные с этими матрицами, находятся во взаимосвязи с чувством удовлетворения и вечности момента в настоящем. Когда эти переживания пронизывают опыт повседневной жизни, становится возможным получать интенсивное удовлетворение в каждый момент и в каждой обычной ситуации – от еды, простых человеческих контактов, работы, секса, искусства, музыки, прогулок на природе. Это в значительной степени уменьшает постоянное стремление к сложным целям и ложным надеждам. При таком умонастроении становится понятно, что мерой является качество собственного опыта, а не количество достижений или материальных благ.

Эти изменения сопровождаются спонтанным возникновением глубокого понимания экологии. Бэконское отношение к природе строится вокруг опасных и антагонистических переживаний младенца во время биологического рождения. Новые ценности и установки отображают симбиотический опыт плода во время перинатального существования и опыт младенца в симбиозе с матерью в начальный период жизни. Синергия, взаимное питание и взаимодополняемость автоматически сменяют установки на соперничество и эксплуатацию, характерные для старой системы ценностей.

Это новое видение мира видит к "добровольной простоте" [*Eldin, 1981*], которая понимается как выражение глубокой мудрости. Становится также очевидным, что единственная надежда на политическое, социальное и экономическое разрешение нынешнего всемирного кризиса может исходить лишь из трансперсональной перспективы, преодолевающей безнадежную психологию "они против нас",

порождающую лишь маятниковые сдвиги, состоящие в смене ролей угнетателей и угнетаемых" [Гроф, 1994, с. 275–281].

Весьма симптоматичным является и возвращение человека к природному способу передвижения, который сменяет амортизирующую обувь, родоначальником которой была компания *Nike*. Примерно в это время вошел в моду бег трусцой. При этом спрос на мягкую обувь был связан с тем, что в те годы большинство людей уже бегали по искусственным покрытиям (бетон, асфальт), которые в отличие от природных никак не демпфируют удары. Однако с распространением такой обуви стал меняться стиль ходьбы и бега: люди приучились приземляться на пятку и затем перекачиваться на носок. И хотя в чём-то такая обувь оказалась удобнее, излишне защищённая от неровностей земли стопа стала слабее и более подверженной травмам.

Поэтому среди бегунов началось движение в обратную сторону – от высокотехнологичной амортизирующей обуви назад к минималистской. Многие поклонники минималистской обуви и ходьбы босиком утверждают, что с её помощью избавились от проблем со стопами и позвоночником. При ношении неамортизирующей обуви или ходьбе босиком меняется походка: нога становится на землю либо всей стопой, либо с лёгким наклоном в сторону носка. В результате напрягаются икроножные мышцы, разгружающие плохо защищённую пятку, а стабилизирующие мышцы боковой части икры интенсивно включаются в процесс ходьбы, приспособлявая стопу к неровностям поверхности земли. При ходьбе или беге ноги слегка согнуты в коленях, что обеспечивает пружинистость походки, и стопы приземляются не впереди таза, а прямо под ним, под центром тяжести. В результате позвоночник выпрямляется и амплитуда вертикальных движений тела сокращается.

Таким образом, в древности и до 1970-х годов все ходили и бегали в обуви с тонкой подошвой, которая лишь защищала стопу от острых предметов (в такой обуви бегали марафоны и побеждали на олимпийских играх), когда во многих странах мира до последнего времени знали только простые сандалии. Среди примитивных племён всё ещё можно встретить людей, передвигающихся исключительно босиком: их стопы разительно отличаются от стопы тех, кто носит современную обувь, отличается и походка. Потом появляется неестественная пружинистая обувь, которая вскоре опять приобретает естественные характеристики.

В целом сейчас мы становимся свидетелями движения медицины в направлении так называемой народной, то есть в сторону духовно-мистических практик, о чем Р.Гербер, творец вибрационной медицины говорит следующее: *"В будущем медицинская практика изменится, перейдя от преимущественно физических способов лечения тела к методам духовного и ментального целительства, которые, восстанавливая гармонию между душой и сознанием, устроят и саму причину заболевания"* [Гербер, 2001, с. 250].

Данную тенденцию перехода к духовно-нравственным критериям болезни и ее исцеления мы можем показать более четко при помощи выдержек из книги Тихоплавова *"Гармония хаоса, или Фрактальная реальность"*. В ней говорится, что онколог с мировым именем К. Саймонтон указывает, что "...из-за социальных и культурных условий люди часто не могут разрешить стрессовые ситуации здоровым способом и поэтому выбирают – сознательно или бессознательно – заболевание в качестве выхода". Если бы человек почаще вспоминал, что рак (да и все болезни вообще) возникает как результат злости, зависти, обиды, неудовлетворенности, он бы жил по-другому. К сожалению, он начинает об этом думать, когда заболевает. И чем серьезнее заболевание, тем больше он понимает, что неправильно жил. И деньги соседа, "Мерседес" начальника, заграничные поездки друга уже не имеют для него никакой ценности, потому что они действительно ничего не стоят в Мироздании. И не случайно человек, который сумел избавиться от "неизлечимой" болезни (Господь дал ему еще один шанс), становится другим. А это и есть духовное совершенствование, достигнутое очень тяжелым путем. Не стоит доводить до крайностей. Нужно подумать о душе и о духе раньше".

Как пишет В. Т. Лободин,

"Прежде чем решать любые проблемы своего здоровья, проблемы в семье, на работе или в мировоззрении, нужно определить для себя, прежде всего, духовную платформу или позицию, с которой все это будет решаться".

Знаменитый философ прошлого века И. А. Ильин говорил: "Человек не гриб и не лягушка: энергия его организма, его "соматического Я", дана ему для того, чтобы он тратил и сжигал его вещественные запасы в духовной работе".

Помимо веры в исцеление и духовной работы над собой Н. Хилл рекомендует следующие правила, по которым должна протекать жизнь:

"Никто не может рассчитывать на неизменный успех, пока не начнет смотреть в зеркало, чтобы увидеть истинную причину всех своих ошибок. (Все беды, все проблемы, все причины болезней человека находятся в нем самом. Не жена виновата в том, что у него плохое настроение, не начальник – в том, что не ладится работа, и даже не окружающая среда – в его болезнях: виноват только он сам).

Успех лечения гарантирован, если два ума (интегративного врача и пациента) взбудоражены и согреты единой целью – исцеления.

Сила исцеления – организованное знание, выраженное посредством умственных усилий"; не стать вам силой и не добиться собственного успеха в любом стоящем деле, пока не подниметесь до признания собственной вины за ошибки и провалы.

Считайте, что лечение наполовину безуспешно, если вы пожалели себя или в процессе лечения стали оправдывать свои недостатки.

Ищите совета у людей, говорящих вам правду в глаза, даже если она горькая. Похвалы пользы делу не приносят.

Вы победили болезнь, если сделали это целью своей жизни.

Преодолейте в себе основные страхи, мешающие вам здороветь: страх нищеты, болезни и старости, страх утратить чью-то любовь, страх чужой критики, страх перед смертью" [*см. Тихоплавы, Гармония хаоса, 2003, с. 204-211*].

Итак, развитие медицины шло от целого к дискретному, а от него снова к целому. Дискретность в медицине была инициирована открытием микробов:

"Классический подход к врачеванию (раньше ведь лечили не болезнь, а больного) кардинально изменился после того, как Луи Пастер (Louis Pasteur, 1822-1895) – не медик, а химик по образованию – связал каждую конкретную болезнь с присутствием в организме конкретного вида бактерий, дал определение иммунитета, осуществил первые прививки против бешенства, сибирской язвы и т.п. А в патологической анатомии великий немецкий ученый-медик Рудольф Вирхов (1821-1902) разработал методы изучения мельчайших структурных изменений в клетках пораженных органов и создал теорию клеточной патологии.

Александр Святославович Самохоцкий (1890-1986) в статье "О нервизме и лечебной проблеме его", опубликованной через 3 года после его смерти в 11-м номере журнала "Химия и жизнь" за 1989 год, стр. 75-85 пишет:

"Теория клеточной патологии признала сущностью всех болезней патологические нарушения в клетках, а идея самостоятельности этих процессов разделила болезни по различию. Такой метод разделения болезней стал поставщиком огромного аналитического материала; современная номенклатура болезней уже включает 10 тысяч названий, описано свыше 100 тысяч признаков их. Новые болезни требовали новых лекарств. Но только в области иммунологии, механической терапии и отчасти эндокринологии лечебный прием является последовательным выводом из данных анализов. Вся же остальная многотысячная масса болезней оказалась в иных условиях. Каждая болезнь стала особой, индивидуальной единицей и требовала подбора нужных лекарств именно для нее. Фармакология, удовлетворяя эти частные требования, стала развиваться по частному поводу. Из этих частностей нельзя было сделать обобщающих выводов..."

А чем может похвастаться такая важнейшая для человека сфера деятельности как медицина? Созданы тысячи и тысячи патентованных лечебных препаратов, однако, несмотря на такие "успехи" разнообразие новых болезней непрерывно растет, а заболеваемость молодеет параллельно и пропорционально "развитию" медицинской науки и техники. В народе давно бытует четкое определение того, чем последние 120 лет занимается медицина – "одно лечит, а другое калечит"...

Болезнь – это реакция организма на инфекцию при условии выхода отдельных биохимических параметров его внутренней среды за пределы нормы. Если биохимические параметры внутренней среды организма располагаются в определенном узком коридоре, который называют нормой, то организм не реагирует или слабо реагирует на инфекцию. Иными словами, при сохранении биохимических параметров внутренней среды в пределах нормы, организм будет стабильно здоровым. Нет реакции – нет болезни.

Основным показателем нормального состояния внутренней среды организма по А.С. Самохоцкому является ионный состав и окислительно-восстановительный потенциал крови

Нормальное состояние внутренней среды – одно (точнее находится в узком диапазоне значений), в то время как причин, вызывающих то или иное заболевание при отклонениях внутренней среды от нормального состояния, бесчисленное множество.

Вместо того чтобы заниматься одним делом – нормализацией внутренней среды организма, – медицина, в ее нынешнем состоянии, борется с тысячами причин. Отсюда – тысячи симптомов, диагнозов, лекарств и т.д." [*Штефан, 2013*].

В целом, развитие медицины идет *от единого к множественному, а от него – снова к единому*. Однако данный процесс имеет множество локальных подпроцессов, которые повторяют данную триадную канву. Так, как пишет О.Е. Бобров, "В ранний период существования рабовладельческого общества лечение также приравнивалось к действию сверхъестественной силы" [*Бобров, 2004, с. 11*]. В период среднего и позднего рабовладения медицина все более обрастает всевозможными материальными технологическими приемами, медицина (например, в Древней Греции) начинает носить не религиозный, но светский характер. Однако наряду со светскими врачами существовали и врачи-жрецы, которые часто

в трудных случаях прибегали к помощи светской медицины. Медицина начала преподаваться в специальных школах, которые были учреждены в Риме, Афинах и др. городах римской империи, а также на арабском востоке. В средние века в Западной Европе снова воцаряется мистико-религиозные подходы к терапии. Болезни начинают считать наказаниями за грехи, врачей-натуралистов вытесняют целители-духовники, например Сальватор:

"Сальватор из Хорты, рожденный в городе св. Коломбо Флорентийского в Каталонии, получил первую половину своего имени ("*Salvatore*" значит "исцелять") благодаря некоторого рода предчувствиям, а вторую – во время вступления в ряды неофитов монастыря реколлектов в г. Хорта... Трех умерших вернул он к жизни... Двадцать три парализованных поставил он на ноги простым крестным знаменем. Три сотни глухонемых от рождения обрели слух и речь. Бесчисленных одержимых освободил он от бесов, хотя и известно нам поименно только одиннадцать. Так и слепым без счета вернул он силу зрения, хотя и записано лишь тридцать из этих актов. Те же свидетельства упоминают девушку, родившуюся с лицом назад, но как только осенил он ее крестным знаменем, тотчас лицо ее восприняло верное направление. Десять тысяч и более пораженных увечьями получили от него свое исцеление. Горбатые и хромые, страдающие от судорог и головокружения, от камня и рака, экземы и слоновости, стяжением мышц и водобоязнию, астматики и эпилептики, больные апоплексией и цингою, золотухой и многими другими болезнями, каковые мнились неизлечимыми, числом необычайным, вернули себе здоровье... И после его смерти чудеса не прекращались".

Как видим, "На смену медицине пришло магическое "врачевание верой" в форме коллективной психотерапии. Это "врачевание", обращенное не столько к телу, сколько к духу, стало на долгое время самым популярным массовым лечением. Иногда оно дополнялось стихийной деятельностью деревенских знахарей и шарлатанством городских цирюльников. Во многом этому сопутствовала недоступность письменных (греческих, римских, арабских) источников и упадок натуралистической медицины" [Бобров, 2004, с. 22-23].

Потом, в эпоху Возрождения, с приходом капитализма материалистические основания медицины начинают все более утверждаться, чтобы вновь смениться "духовной наукой врачевания" современности.

4. РАЗВИТИЕ ПСИХОТЕРАПИИ

На начальных этапах развития психотерапии сначала актуализировался так называемый мистически-иницирующий, правополушарный тип психотерапии, которая использует метод глубокого погружения в измененные состояния сознания (например, шаманизм), а психотерапевт представлял собой медиумический канал процесса инициации, когда излечение протекало как акт подключения человека к архитипическим структурам социума.

Потом мы обнаруживаем развитие дидактично-директивного метода психотерапии [Сосланд, 1999, с. 36-37]. Этот метод был распространен в допсихоаналитическое время и господствовал в гипнотических техниках эпохи “золотого столетия гипноза” (конец XIX столетия), в рациональной психотерапии Ж. Дежерина, в протрептики Э. Кречмера. Эти методы ориентованы на представление о больном как о пассивном существе, чье участие в процессе психотерапии сводится к восприятию влияния, которое исходит от терапевта (владеющего определенной харизмой) и, по возможности, до полного подчинения распоряжениям текста, исходящего от лекаря. Идеалом пациента в этом случае мог быть медиум, то есть человек, полностью отказавшийся от своей воли в процессе терапии и безусловно выполняющий распоряжения, внушенные в гипнотическом состоянии. Врач здесь выступает в роли безусловного авторитета, носителя одновременно как абсолютно-рационального знания, так и иррациональной мистической установки. Рационально-терапевтическая установка заключалась в том, что болезнь рассматривается как результат ошибок больного, которые могут быть искоренены с помощью разъяснительно-коррекционной деятельности врача.

Потом на первый план выходит процесс либерализации психотерапии, разворачивающийся путем стимуляции собственной активности пациента, когда терапевт, открытый активности пациента, направляет в процессе терапии речь и действия пациента, которые должны носить спонтанный, произвольный характер. На этой почве развивается психоанализ, когда больному в процессе свободных ассоциаций следует говорить все, что приходит на ум. Таким образом, здесь значительная часть психотерапевтического пространства была отдана пациенту.

Развитие данного направления до его логического завершения реализуется в групповой и клиент-центрированной терапии, где самостоятельность и активность пациентов считалась весьма важной и стимулировалась еще более заметно, а терапевт превращается в “партнера по бытию” (высказывание Л. Бинсвангера). Здесь центр тяжести авторитарного терапевтического имиджа переместился в сферу собственных психологических проблем терапевта, превращающегося в “образованного” пациента, которому когда-то помогла данная терапия и которой он хочет поделиться со своими товарищами по несчастью (как это было у З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, В. Франкла, М. Эриксона и др. [см. Бурно, 1992, с. 90]).

Развитие психотерапевтического метода в рамках этого этапа можно анализировать в контексте полярности аллопатии-гомеопатии [Цапкин, 1992]. При первом подходе пациента спасают от страданий путем прицельного действия, направленного на уничтожение симптома (проблемы), как это, например, имеет место в гипнозе, аутогенной тренировки. Рациональный психотерапевт разрушает “порочные” умозаключения, которые лежат в основе проблемы.

При гомеопатическом же подходе врач избегает прямой агрессии против симптома, но вступает с ним в диалог, потакает ему или даже парадоксальным образом усиливает, поощряя *реакции отреагирования*⁷ (метод парадоксальной интенции В. Франкла, трикстерско-карнавальные провокации, терапевтическое безумие К. Витакера, ситуационный абсурд [Whitaker, 1975]). Здесь наблюдается тенденция к размыванию жестких границ психотерапевтических школ, развитие интегративно-эклетических подходов [Omer and London, 1988; Norcross, 1986].

⁷ Д. Роузен [Rosen, 1973] провел беседы с одиннадцатью людьми, выжившими после попытки самоубийства в форме прыжка с мостов “Золотые ворота” и “Залив” между Оклендом и Сан-Франциско. Он воссоздал их жизненную ситуацию и психосоматическое состояние перед попыткой самоубийства, рассмотрел мотивацию, приведшую к такой трагической развязке, расспросил о переживаниях во время падения и действиях по спасению, изучил изменения личности и жизненного стиля, произошедшие в результате этих переживаний. В результате Д. Роузен обнаружил глубокие изменения у всех, кто остался живым после такой попытки – это были поразительные эмоциональные и психосоматические улучшения, активное наслаждение жизнью, появление духовных измерений существования или обновления прежних религиозных убеждений. Переживания, приведшие к этим изменениям, включали в себя падение и примерно десятиминутного плавания в холодной воде. Поскольку несколько минут в холодной воде не могут привести к таким глубоким трансформациям (это было исследовано и показано во время домедикаментозной психотерапии), эти трансформации, очевидно, следует приписать переживаниям во время падения, длящегося около трех секунд. Хотя общий процент смертности при таких прыжках составляет около 99 %, большинство людей, с которыми беседовал Д. Роузен, остались практически невредимыми. Следовательно, захватывающие внутренние переживания, длившиеся около трех секунд, порождали результаты, которых, возможно, не могли создать годы фрейдовского анализа. При этом следует иметь в виду, что в необычных состояниях сознания субъективное переживание времени радикально изменяется, когда в течение нескольких секунд человек может пережить богатую и сложную последовательность событий, которая субъективно длится долгое время или даже кажется вечностью. Отметим, что история психиатрии содержит много примеров попытки использовать мощные переживания: в Древней Индии, например, использовали нападения специально обученного слона, который останавливался прямо перед пациентом.

Здесь, с одной стороны, развитие получают направления психотерапии “отреагирования”, групповой психотерапии, психодрамы, которые вырывают пациента из наскучившей повседневности (проникнутой директивно-принудительным духом) и создают “параллельную реальность” карнавалльно-праздничного мира, в котором под соответствующей маской пациент может реализовать свои психопатогенные фантазии.

С другой стороны, развитие получают и методы “глубинного отреагирования”, “гротесково-агрессивные (В. Эрхард [см.: Рейнхард, 1994]) или жестоко-надрывные (например “первичный крик” А. Янова [Janov, 1970]). Как пишет Ф. Фарелли, характеризуя “провокационную терапию”, выражение терапевтической ненависти и веселого садизма в отношении клиента заметно идет ему на пользу [Фарелли, Брандсма, 1996, с. 61].

В конечном итоге *третий этап* развития психотерапии начинает стыковаться с первым, когда развитие получают спиритуалистично-медиумичные методы, обнаруживающие эффект “океанического сознания” (трансперсональная психотерапия Ст. Грофа, имитация шаманских обрядов и др.). Здесь личность стремится расширить свои рамки до уровня мирового: как писал К. Юнг, распространение личности за индивидуальные границы, что имеет место в процессе его идентификации со своим архетипом, или в патологическом случае с какой-то исторической фигурой, реализуется как процесс компенсации чувства неполноценности, ущербности от пребывания в узких рамках своего социального “Я” [см. Сосланд, 1999, с. 90].

В связи с этим можно говорить и о так называемой танатоаналитичной экстатической терапии (“Рао-терапия”), созданной в середине XX столетия Джаном Рао и основывающейся на исследованиях А. Н. Веселовского. В традиционных обществах, по мнению А. Н. Веселовского, сакральное действо было синтетическим, то есть одновременно культово-религиозным, театральным и терапевтическим. Задание психотерапевта, как считает Д. Рао, – это возобновить единство религии (или культового действия), терапии и искусства, когда главным в психотерапии – это не пребывание в “здесь и сейчас”, как считают представители многочисленных школ, а побег из “здесь и сейчас”, который является одновременно “настоящим путем к себе”. При этом Д. Рао уточнял, что он не имеет ничего общего с так называемыми эзотериками, ибо для него важен человек в своей сути, к которому мы не можем прийти иначе, чем через экстаз [см. Сосланд, 1999, с. 315].

Данная тенденция в ее экстремальном выражении, реализуется в некоторых психолого-религиозных течениях (к которым относятся некоторые деструктивные культы), а также в некоторых аспектах *Симорона, Синтона, Лайфспринга* и др. Так, скандально известные “тренинги личностного роста” *Лайфспринг* предполагают создание экстремальных тренинговых ситуаций, в которых люди переживают и преодолевают всевозможные экстремальные, агрессивные жизненные ситуации, которые ломают привычные представления о жизни, а также систему психологических защит.

Здесь также можно говорить и о развитии так называемой *плеромотерапии* (*pleroma* – греч. *полнота, завершение*), которая, в принципе, подобна гештальттерапии. Данная терапия была создана Валерией Роштадт, считающей, что маскулинное экзистенциальное направление всегда носит характер некоторого напора и направлено на преодоление барьеров, поскольку маскулинное ориентировано на динамическое продвижение вперед, оно нацелено на “прорыв” на некотором узком участке, и в этом проявляется его фаллоцентризм⁸. Маскулинное, согласно В. Роштадт, создает надрывы и судороги, отсюда все невротичные конфликты. Необходимость агрессивного освоения мира диктует неизбежность его расщепления на отдельные фрагменты, что приводит к нарушению принципа энергии – принципа

⁸ Как отмечает В. В. Розанов в книге “Люди лунного света. Метафизика христианства” [СПб., 1913, с. 39–41], “Есть какое-то тайное, невыразимое, никем еще не исследованное не только соотношение, но и полное тождество между *типичными качествами* у обоих полов и их половых лиц (детородных органов) с их душой в ее *идеале, завершении*. И слова о “слиянии душ” в супружестве, т.е. в половом сопряжении, верны до потрясающей глубины. Действительно, “души сливаются” у особей, когда они сопряжены в органах! Но до чего противоположны (и от этого *дополняют* друг друга) эти души! Мужская душа в идеале – *твердая, крепкая, прямая, наступающая вперед, напиральная, преодолевающая*, но между тем ведь это все – почти словесная фотография того, что стыдливо мужчина закрывает рукою!... Перейдем к женщине: идеал ее характера, поведения, жизни и вообще всего очерка *души* – *нежность, мягкость, податливость, уступчивость*. Но это только названия качеств ее детородного органа. Мы в *одних и тех же словах, терминах и понятиях* выражаем *ожидаемое и желаемое* в мужчине, в *душе* его и биографии его, в каких терминах его жена выражает наедине с собою “желаемое и ожидаемое” от его органа; и взаимно, когда муж восхищенно и восторженно описывает “душу” и “характер” жены своей, – он употребляет и *не может избежать употребления* тех слов, какие употребляет мысленно, когда – в разлуке или вообще долго не видевшись – представляет себе половую сферу ее тела. Обратим внимание еще на следующую тонкую особенность. В *психике* женской есть то качество, что она *не жестка, не тверда, не очерчена резко и ясно*, а, напротив, ширится как *туман*, захватывает собою *неопределенное и далекое*; и, собственно, не знаешь ее *границы*. Но ведь это же все *предикаты увлажненных и пахучих тканей* ее органа и вообще половой сферы. Дом женщины, комната женщины, вещи женские – все это не то, что вещи, комната и дом мужчины: они точно размягчены, растворены, точно *вещи* и *место* превращены в ароматичность, и духовную и не только душевную, с притяжения к которой начинается “влюбленность” мужчины. Но все эти качества – лица, биографии и самой *обстановки, самых вещей* – суть качества воспроизводительной ее сферы! Мужчина никогда не “наполнит ароматом” весь дом: психика его, образ его, дела его – шумны, но “не растворяются”. Он – дерево, а без запаха; она – цветок, вечно пахучий, далеко пахучий. Какovy *души*, такovy и *органы*! От этого-то в сущности *космогонического* сложения (*не земного* только) они и являются из всего одни оплодотворенными, потомственными, створяют и далее в бесконечность, “по образу и подобию своему”... Душа – от души, как искра от пламени: вот деторождение!” [Розанов, 1913, с. 39–41].

континуальности. Мужскому взгляду на мир, который является энергозатратным, недостает цельности, он страдает от незавершенности, от отсутствия фундаментального ощущения плеромы⁹.

Как пишет В.Роштадт, фемининное по своей этиологии есть маммацентричным и вагиноцентричным и это полностью предопределяет все иные отношения личности и мира. Маскулинная невротизация общества должна быть откорректирована феминизацией. При этом если мужское предполагает исконную розорванность, незавершенность, дискретность (как принципы правополушарной психики, которая преобладает у мужчин), то женское изначально существует в исконной полноте.

Фемининная целостность может и должна преодолеть всяческие разрывы и барьеры. Не имеет смысла разбираться с конкретными клиническими обстоятельствами, поскольку никто и никогда не сможет сказать, почему именно один пациент заболевает обсессивным неврозом (неврозом навязчивых состояний), а другой – язвенной болезнью. Выбор пациентом симптома или синдрома, считает В.Роштадт, не поддается терапевтическому анализу, его стоит принимать как данность. Главнее всего – помещение симптома в рамки некоторого значительного контекста, расширения мира личности, погружение пациента с его проблемами в плерому как универсального терапевтического инструмента.

С этой точки зрения, как считается, стоит пересмотреть все содержание психотерапевтического знания. Например, релаксация, так или иначе используемая во многих известных методах, по своей природе – фемининная практика. К сожалению, авторы-мужчины, считает В. Роштадт, полностью испортили ее исконную сущность, предоставив ей характер канализированного действия. Релаксация по своей природе наделена недифференцированными, аморфными, космоподионными, океаническими, то есть специфически женскими чертами, свойственными ей от природы.

Не ставя перед собой задач освоения тотального психического пространства, авторы аутотренингов или разнообразных систем саморегуляции строят ее по парциально-тоннельным принципам, направляя психическое движение по определенным, узким каналам. Например, рекомендуется концентрироваться на отдельных группах мышц, вызывать в воображении конкретные образные предвидения. Гипноз в этом понимании тоже являет собой фаллоцентрированную практику. Следовательно, считает В.Роштадт, сейчас вся психотерапия развивается в направлении вытеснения маскулинных ударно-форсированных практик (подобно классическому гипнозу, протреники Э.Кречмера и др.) фемининными мягкими.

Таким образом, психотерапия, так или иначе, двигается в своем развитии в направлении плероматизации. Одним из важных двигателей в этом направлении может стать *метафора*. Метафора осуществляет расширение психического пространства, и в этом ее главное позитивное качество, однако простое использование метафор не является достаточным, поскольку отдельная метафора делает терапевтический прорыв только на узком участке: осевым моментам терапии может стать только особенное состояние сознания, которое В.Роштадт обозначила как метафорическое сознание, являющееся фемининное, плероматичное, расширяющее духовное, интеллектуальное, экзистенциальное пространство личности.

Выработке этого сознания В.Роштадт посвятила специальную технику, рабочая инструкция которой такова: в небольшом просторном кабинете, повсюду разбросаны предметы – детские игрушки, предметы посуды, очень подходят всякие альбомы для детей, в частности детские учебники иностранных языков, где все предметы изображены крупно, наглядно, ярко. При этом пациенту дается инструкция – как можно быстрее спонтанно создать определенную метафору относительно того или другого предмета или рисунка, или группы предметов, а сам терапевт поощряет пациента, давая оценки его метафорам с точки зрения их адекватности, ловкости, “художественности”, при этом всячески подчеркивается творчески-игровой характер работы.

⁹ Приведем *пример*. Э.Эриксон, выдающийся психолог, антрополог и философ XX века, написал книгу "*Детство и общество*" (1963), где помимо прочего исследовал глубинные сущностные свойства детей, располагающиеся по шкале "маскулинность – фемининность" при помощи анализа детских игр: "Самые существенные половые различия в использовании игрового пространства суммировались в следующих модальностях. У мальчиков характерными переменными оказались высота, падение, интенсивное движение (индейцы, животные, автомобили) и его направление по заданному руслу или задержка (полицейский); у девочек – статичные интерьеры, незатейливо огороженные, открытые, отличающиеся мирным характером или подвергающиеся вторжению. Мальчики украшали высокие строения, девочки – входы (выходы)... Теперь уже ясно, что пространственные тенденции, направляющие эти конструкции, напоминают о генитальных модусах (обсуждавшихся в этой главе) и фактически находятся в тесном соответствии с морфологией половых органов. У мужчины – это наружные половые органы, по своей природе способные к напряжению и вторжению и проводящие высоко подвижные сперматозоиды; у женщины – внутренние органы с вестибулярным проходом, ведущим к неподвижно ожидающей яйцеклетке. Служит ли это отражением острого и временного акцента на модальностях половых органов, который возникает вследствие переживания надвигающегося полового созревания? Моя клиническая позиция (и недолгое изучение "драматических постановок" студентов колледжа) склоняют меня считать, что господство генитальных модусов над модальностями пространственной организации отражает глубокое различие в чувстве пространства у двух полов, и что половая дифференциация как раз и обеспечивает наиболее убедительное различие в принципиальной схеме человеческого тела, а оно (различие), в свою очередь, соопределяет биологический опыт и социальные роли [Эриксон, 1996, с. 158-159].

Оптимальным считается такое состояние сознания, когда в ответ на предложенный ему стимул пациент быстро “выстреливает” зрелой хорошей метафорой, причем эта метафора отличается высоким качеством, то есть она адекватна, спонтанна, высокохудожественна, что способствует созданию особого состояния, сопровождающегося некоторой творческой эйфорией, раскованностью, полетом мысли. В. Роштадт утверждает, что метафорическое сознание формируется у 70–80 % пациентов, причем, обычно к этому ведут 3-5-часовые сессии.

В рамках отмеченного выше психотерапевтического метода последующее достижение состояния плеромы реализуется через *флюидотерапию*, в которой используются “чан здоровья” – устройство, являющее собой углубление в полу, похожее на бассейн, который заполняется копошащимися людьми, одетыми в спортивные костюмы. Здесь достигается интенсивный телесный контакт всех участников лечебной процедуры, при этом дискусируются проблемы пациентов в поле построения метафор. Флюидотерапия в чане объединяет вербальное и невербальное, телесное и духовное. Проект В. Роштадт можно рассматривать как в высшей степени синтетический, поскольку он, по замыслу его автора, объединяет в себе большое число принципов других терапий [см. Сосланд, 1999].

В целом, процесс развития психотерапии обнаруживает ее направленности от *нозоцентрической* (установка на болезнь) к *антропоцентрической* (установка на человека) и далее к *социоцентрической* (установка на связи личности с социальной средой) ориентации [Кабанов М. М., 1976]. Таким образом, современная психотерапия – это комплексное лечебное воздействие на психику больного, а через нее на весь его организм с целью устранения болезненных симптомов и изменения отношения к себе, своему состоянию и окружающей среде [Рошнов В. Е., 1971]. Для современной психотерапии, *целостной, комплексной субъект-субъектной дисциплины*, в которой *больной и врач составляют целостный комплекс*, важное значение имеет формирование в сознании больных “эталона врача”, в котором обобщается опыт общения с наиболее авторитетными в их жизни лицами и отражается ряд стереотипов общения – руководитель, воспитатель, партнер, друг [Таилыков В. А., 1972].

Соответственно, в этой своей функции психотерапия выступает как комплексная междисциплинарная наука и практика – целостная система взаимосвязанных и взаимодополняющих методов лечебного воздействия на личность больного, а через нее на болезнь [Бехтерев В. М., 1954], активированию деятельности больного, его способности к росту, психическому обогащению, а через это – к преодолению неадекватных болезненных реакций [Консторум С. И., 1962].

Здесь можно отметить патогенетическую психотерапию как психотерапию отношений [Мясищев В. Н., 1973], которая заключается в перестройке личности больного неврозом на основе действенного осознания причин и процесса развития болезни и перестройки отношения больного к патогенным факторам заболевания [Мясищев В. Н., 1966]. Данный процесс направлен на формирование у больного правильного отражения действительности и правильного отношения к ней [Мясищев В. Н., 1965].

Оздоровление человека благодаря применению патогенетической психотерапии реализуется в три этапа. На первом изучается история формирования личности, на втором выясняется сущность конфликта, причем в результате психоаналитической работы больной должен установить ассоциативные связи между обстоятельствами патогенной ситуации и особенностями его болезненных отношений. На третьем этапе осуществляется реконструкция нарушенных отношений [Зачепицкий Р. А., Яковлева Е. К., 1960]. В данном процессе важное значение имеет мобилизация защитных механизмов личности и дезактуализация переживаний болезни [Иванов Н. В., 1973, 1974].

Современное состояние психотерапии определяется такими направлениями, как диагностика и психотерапия неврозов в условиях специализированного отделения [Карвасарский Б. Д. и др., 1979; Карвасарский Б. Д., 1980], классификация методик психотерапии [Мяжков И. Ф., 1967; Липгарт Н. К., 1974], в том числе и с учетом этапа развития болезни [Лакосина Н. Д., 1975]; механизмы действия рациональной психотерапии [Панков Д. В., 1974], гипнотерапия [Платонов К. И., 1962; Рошнов В. Е., 1974], внушения наяву и самовнушения [Бурно М. Е., 1974], аутогенная тренировка [Свядоц А. М., 1961; Панов А. Г. и др., 1973], поведенческая терапия [Слуцкий А. С., 1979]; методики психотерапии при истерическом неврозе [Тулицын Ю. Я., 1973], неврозе навязчивых состояний [Асатиани Н. М., 1974], психастении [Бурно М. Е., 1974] и логоневрозе [Шкловский В. М., 1966]; групповая психотерапия неврозов [Либих С. С., 1967, 1974; Гройсман А. Л., 1969; Карвасарский Б. Д., Мурзенко В. А., 1975; Исурина Г. Л., Мелик-Парсаданов М. Ю., 1979] и ее модификации [Вольперт И. Е., 1972]; психология малых групп [Свенцицкий А. Л., 1966; Кузьмин Е. С., 1967; Волков И. П., 1970; Парыгин Б. Д., 1971], психологическая теория коллектива [Петровский А. В., 1975, 1979]; проблемы восприятия человека человеком в процессе межличностных отношений [Бодалев А. А., 1965, 1975]; семейная психотерапия, направленная на изменение межличностных отношений и устранение эмоциональных нарушений в семье [Мягер В. К. 1973; Мягер В. К., Мишина Т. М., 1976]; методика сближения представлений больного о “настоящем” и “желаемом” “Я” [Иовлев Б. В. и др., 1976], существенного повышения самооценки [Карвасарский Б. Д. и др., 1977], проблемы стойкости фрустрационных реакций [Винкина И. А., 1976], неравномерной динамики личностных изменений в процессе групповой психотерапии [Исурина Г. Л., 1979]; методы реабилитации (ресоциализации) больных [Кабанов М. М., Карвасарский Б. Д., 1978].

5. МОДЕЛИ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИИ, МЕДИЦИНЫ И ПСИХОТЕРАПИИ

РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИИ

(1) На начальном этапе развития человечества принцип партиципации, психизации сущего соединял субъекта и объекта психологического (магического) исследования.

(2) Далее можно говорить о психоаналитическом этапе, где наблюдается раздельность субъекта и объекта, разорванность человека, что мы находим в З. Фрейда, понимавшего человека как конгломерат “инстанций личности”, постоянно враждующих друг с другом.

(3) Наступает эпоха развития синтетических психологий, таких, как гештальт-психология, в сфере которой находит свое воплощение принцип душевно-духовного единства. Гуманистическая психология показала, что целостность человека, наличие субличностей (в гештальт-психологии) или “отчужденного опыта” не несет в себе коренного непреодолимого противоречия.

РАЗВИТИЕ МЕДИЦИНЫ

(1) Сначала явление болезни связано с религиозным чувством, когда болезнь понималась как посылающаяся богами (принцип партиципации, заражение, симпатии). При этом медицина и религия сначала представляют нечто единое, когда врач и жрец были одним лицом, а лечение можно уподобить гомеопатическому влиянию.

(2) Потом врач начинает противопоставляться жрецу, а страдания и болезни низводятся из сферы сверхчувственного в плоскость банально-естественного, при этом врачебное искусство приобретают новое значение, ибо единое духовное явление – болезнь – расщепляется на разнообразие болезней. Суть болезни теряет связь с духовностью человека, и лечение теперь осуществляется не как психическое влияние, а как технологический акт со стороны врача, что реализуется в современной аллопатической медицине.

(3) Однако в конце концов, органическое и психическое направления лечения начинают сближаться, когда сама болезнь начинает пониматься как позитивная приспособительная реакция организма, на первый план выходит духовно-моральный аспект личности, выступающий главным фактором болезни.

РАЗВИТИЕ ПСИХОТЕРАПИИ

(1) Актуализировался так называемый мистически-иницирующий, правополушарный тип психотерапии, которая использует метод глубокого погружения в измененные состояния сознания (например, шаманизм). Психотерапевт здесь являл собой медиумический канал процесса инициации.

(2) Развитие дидактично-директивного метода психотерапии, ориентированного на представление о больном как о пассивном существе, чье участие в процессе психотерапии сводится к восприятию влияния, исходящих из терапевта (владеющего определенной харизмой) и, по возможности, требует полного подчинения распоряжениям текста психотерапевта.

(3) На первый план выходит процесс либерализации психотерапии, который разворачивался путем стимуляции собственной активности пациента, имеющей спонтанный, произвольный характер. В конечном итоге третий этап развития психотерапии начинает стыковаться с первым, когда развитие получают спиритуалистично-медиумические методы, которые обнаруживают эффект “океанического сознания” (трансперсональная психотерапия Ст. Грофа, имитация шаманских обрядов и др.).

Как видим, мы находимся на третьем этапе развития психотерапии, который, в силу актуализации принципа целостности и единства человека и мира предполагает построение целостной психотерапевтической парадигмы.

6. НОВАЯ ПАРАДИГМА ПСИХОКОРРЕКЦИИ "ДЕТЕЙ ДОЖДЯ" И "ДЕТЕЙ СОЛНЦА"

Одной из иллюстраций новой психотерапевтической парадигмы выступает новая парадигма психокоррекции "детей дождя" и "детей солнца", которая представляет собой один из видов *психологической помощи* (среди них – психологическое консультирование, психологический тренинг, психотерапия) как деятельности, направленной на исправление особенностей психологического развития, не соответствующих оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия; а также деятельности, направленной на формирование у человека нужных психологических качеств для повышения его социализации и адаптации к изменяющимся жизненным условиям.

В отечественной психотерапии и психокоррекции наиболее полно и широко разработаны В.Н. Мясшцевым, Р. А. Зачеписким, Е.К.Яковлевой, Б.Д. Карвасарским, В.Е. Рожновым, И.З.Вельвовским, А.Т.Филатовым, С. С. Либихом, М.Э.Телешевской, Н.Д. Лакозиной, М.Е. Бурно и др. Классификация этих методов представляет значительные трудности. Рассмотрим классификации психокоррекции [*Зачепиский, 1983; Караян, Сыромятников, 2006*].

В целом, психокоррекция – направленное психологическое воздействие на те или иные структуры психики с целью обеспечения полноценного развития и функционирования личности. Психокоррекция может быть реализована в русле разных подходов: в психоаналитическом подходе психокоррекционная работа направлена на смягчение симптомов внутреннего конфликтного взаимодействия между "Я" и "Оно" через преодоление неадекватных психологических защит; в гуманистическом подходе психокоррекция понимается как создание условий для позитивных личностных изменений: личностного роста, самоактуализации; деятельностный подход связывает психокоррекцию с формированием системы действий и четкой структуризации деятельности.

Проблема соматического и психического здоровья детей является наиболее актуальной проблемой современности. В этой связи с этим важными выступают системные исследования, направленные на разработку методологических основ коррекционной педагогики. В частности, заслуживают внимания информационная концепция здоровья [*Вознюк, 2012-2017*], концепция психокоррекции детей с нарушениями аутистического спектра [*Скрипник, 2012*].

Новая парадигма психокоррекции, в рамках которой обнаруживаются новые перспективные и эффективные методы психокоррекционной работы с детьми с синдромом Дауна, а также с детьми-аутистами, базируется на концепции функциональной асимметрии полушарий головного мозга человека [*Брагина, Доброхотова, 1988*].

Кратко очертим эту *концепцию функциональной асимметрии полушарий головного*. Как свидетельствуют исследования, полушария (функции которых реализуют пространственно-временную организацию мозга, связанную с особенной дифференцированностью материи, когда формирование мозга стало возможно на основе эволюции пространства и времени [*Брагина, Доброхотова, 1988, с 146*]) можно рассматривать психофизиологическим фокусом человеческого организма, поскольку с их функциями прямо или косвенно связаны такие стороны человеческого существа, как механизмы целеполагания и поиска (выбора) способов достижения цели], энергетическая и информационная регуляция поведения, эмпатия и рефлексия, экстраверсия и интроверсия, произвольная и произвольная сферы психической деятельности, первая и вторая сигнальные системы, сила и слабость нервных процессов, их лабильность и инертность, возбуждение и торможение, "Я" и не-"Я", эрготропные и трофотропные функции организма, симпатическая и парасимпатическая ветви вегетативной нервной системы, сознательный и подсознательный аспекты высших психических функций, пассивный и волевой стиль жизнедеятельности, прошлая и будущая жизненные перспективы, холодные и горячие цвета, ритм и мелодия и др. [*Балонов; Голубева, 1980, с. 44-53, 138; Немчин, с. 78-80; Херсонский, 1983*].

Нужно отметить, что в онто- и филогенезе живого существа наблюдается постепенное нарастание полушарной асимметрии, наибольшее выражение которой достигается в зрелом возрасте. Потом полушарная асимметрия постепенно нивелируется. Обнаруживается состояние функционального синтеза полушарий, когда пожилой человек, обогащенный жизненным опытом и оставаясь личностью, по сути превращается в ребенка с его пластической психикой и непосредственностью восприятия мира и в плане хрональном все более начинает обращаться к прошлому времени, когда асимметрия прошлого и будущего, приобретенная в начальном онтогенезе, в максимальной степени достигает в зрелом возрасте и нивелируется в позднем возрасте человека [*Брагина, Доброхотова, 1988, с. 62, 163, 176; Психологический словарь, 1987, с. 23*]. По существу, старый человек превращается в ребенка, с его пластичной психикой и эмоциональностью, сохраняя при этом личностное начало.

Экспериментально подтверждено, что полушария, с одной стороны, функционально тормозят, а с другой – взаимодополняют друг друга, обнаруживая частичную независимость, когда возможно параллельное функционирование полушарий на промежуточных стадиях переработки информации.

В целом можно констатировать, что развитие человека идет от правополушарного аспекта психики к левополушарному, а от него – к полушарному синтезу. Если принять к сведению, что правое полушарие функционирует в настоящем времени с обращенностью к прошлому, а левое – в настоящем

времени с обращенностью к будущему [Брагина, Доброхотова, 1988, с. 140], то можно утверждать, что развитие человека естественным образом идет от прошлого к будущему, а от него – к синтезу прошлого и будущего, когда пространственно-временная дихотомия бытия нивелируется и человек освобождается от извечно довлеющего над ним “проклятия Кронаса”. Данная эволюционная парадигма универсальна, ибо она выражает общий принцип движения как формы бытия материи, которое реализуется как процесс смены дискретности и континуальности в развитии тех или иных предметов и явлений.

Эволюция человека в онто- и филогенезе проходит от ПП (являющегося в генетическом отношении более древним, чем ЛП) к ЛП, а от него к их функциональному синтезу [Психологический словарь, 1983, с. 23]. Последний имеет место в состоянии медитации, где, как свидетельствуют энцефалографические исследования, наблюдается функциональная синхронизация полушарий, то есть полушария выступают единым целым [Murphy, Donovan, 1985].

На уровне социальных процессов полушарная динамика реализуется в виде циклически сменяемых правополушарной и левополушарной фаз жизнедеятельности социума, когда в социально-психологической жизни общества наблюдаются периодические процессы – колебания между доминированием настроений, типичных для правого (20-25 лет) и левого (20-25 лет) полушарий [Тульviste, 1988].

В связи с этим можно также говорить о трех типах людей (в их конституциональном и психопатологическом измерениях), аффективно-когнитивные особенности которых коррелируют с отмеченными выше тремя полушарными стратегиями познания и освоения мира.

В психологии полушарный дуализм отражается в феномене, именуемом “конституциональной осью”, полюсами которой выступают противоположные кречмеровские типы – шизотимный и циклотимный (астенический и гиперстенический). Интересно, что в самом названии “циклотимный” заложено отношение этого типа человека к сфере циклического детерминизма (ср. с циклическими психозами), в то же время как понятие “шизотимный”, то есть “расщепленный” дает нам намек на отношение этого типа людей к сфере классической линейной (дискретной) причинности.

Данные корреляции в психиатрии находят воплощение в понятии “психопатологическая ось” [Ганнушкин, 1964], которая координирует отношения между двумя полярными типами психических патологий – шизофренией и циклическими психозами, соотносящимися с функциями полушарий [Спрингер, 1983; Flor-Henry, 1978].

Для шизофрении характерна “эмоциональная тупость и холодность аффективной жизни... шизофреническую форму мышления называют часто символической, имея в виду ту ее особенность, что она ничего не берет в буквальном смысле, а все в иноказательном” [Выготский, 1984, с. 62-63]. В связи с этим можно говорить об аутизме шизоидов, которая проистекает из отсутствия у них “аффективного резонанса” к чужим переживаниям.

Можно сказать, что шизофренику присуще множественное, расщепленное левополушарное абстрактно-логическое мировосприятие в его крайнем патологическом выражении, что проявляется в стремлении человека, который находится под властью этой патологии, все классифицировать, схематизировать, атомизировать.

Для второго типа патологии характерно крайнее выражение целостного предметно-образного, чувственно-экспрессивного правополушарного мирозерцания, что проявляется в тенденции все “тоталлизировать”, кристаллизовать в форме сверхценного тотального представления или идеи.

Такое понимание позволяет говорить о

1) расщепленном дискретно-множественном (“вещественном”, линейнопричинном) левополушарном и

2) целостном континуально-синтетическом (“полевом”, циклопричинном, то есть целостнопричинном) правополушарном типах отражения мира в их крайнем, патологическом выражении.

При этом, как пишет Л.С. Выготский, “расщепление рассматривается как функция, в одинаковой мере присущая болезненному и нормальному сознанию, поэтому как функция психологическая по своей природе, функция, которая оказывается в такой же мере необходимой при абстракции, при произвольном внимании, при образовании понятий, как и при возникновении клинической картины шизофренического процесса” [Выготский, 1984].

Подобным же образом и для правополушарного, целостно-континуального, эмпатического отражения мира характерны различные психические “уровни” (норма, акцентуация, патология), которые в своей сути имеют общую психофизиологическую основу. Так, П.Б. Ганнушкин, характеризуя черты конституционно-депрессивных лиц, пишет, что за их “угрюмой оболочкой обычно теплится большая доброта, отзывчивость и способность понимать душевные движения других людей; в тесном кругу близких, окруженные атмосферой сочувствия и любви, они проясняются: делаются веселыми, приветливыми, разговорчивыми, даже шутниками и юмористами, для того, однако, чтобы, едва проводив своих гостей или оставив веселое общество, снова приняться за мучительное копание в своих душевных ранах” [Ганнушкин, 1964].

Таким образом, можно говорить о дихотомических структурах психологических и социальных явлений, одна из важнейших из которых иллюстрирует информационную теорию эмоций П.В.Симонова,

которая гласит, что эмоция (как правополушарный феномен) есть результат реакции человека на недостаток актуальной информации (левополушарный феномен).

В. М. Дильман говорит о трех главных гомеостазах организма (*энергетическом, адапционном и регулятивном*) [Дильман, 1968, 1983, 1986, 1987], которые, как полагает исследователь, являются причиной трех "нормальных" болезней (*гиперадаптоз, ожирение, климакс*) и вытекают из трех взаимосвязанных свойств организма: способности к *репродукции* (продолжения рода), к *регуляции* потока энергии (обмен веществ) и *адаптации* (приспособления).

С данной триадной схемой можно сопоставить триадную же эстетическую дифференциацию: символизм, романтизм, классицизм.

В этой связи интерес представляет спектральная модель полярных *психодинамических состояний человека*, разработанная В. Л. Леви в книге "Искусство быть собой" [Леви, 1991, с. 36]:



Рис. 3. Спектр переходов состояний психики, согласно В.Л.Леви

Приведенные выше, а также некоторые другие дихотомии, можно проиллюстрировать на рисунке, где они обнаруживают фрактальное подобие.

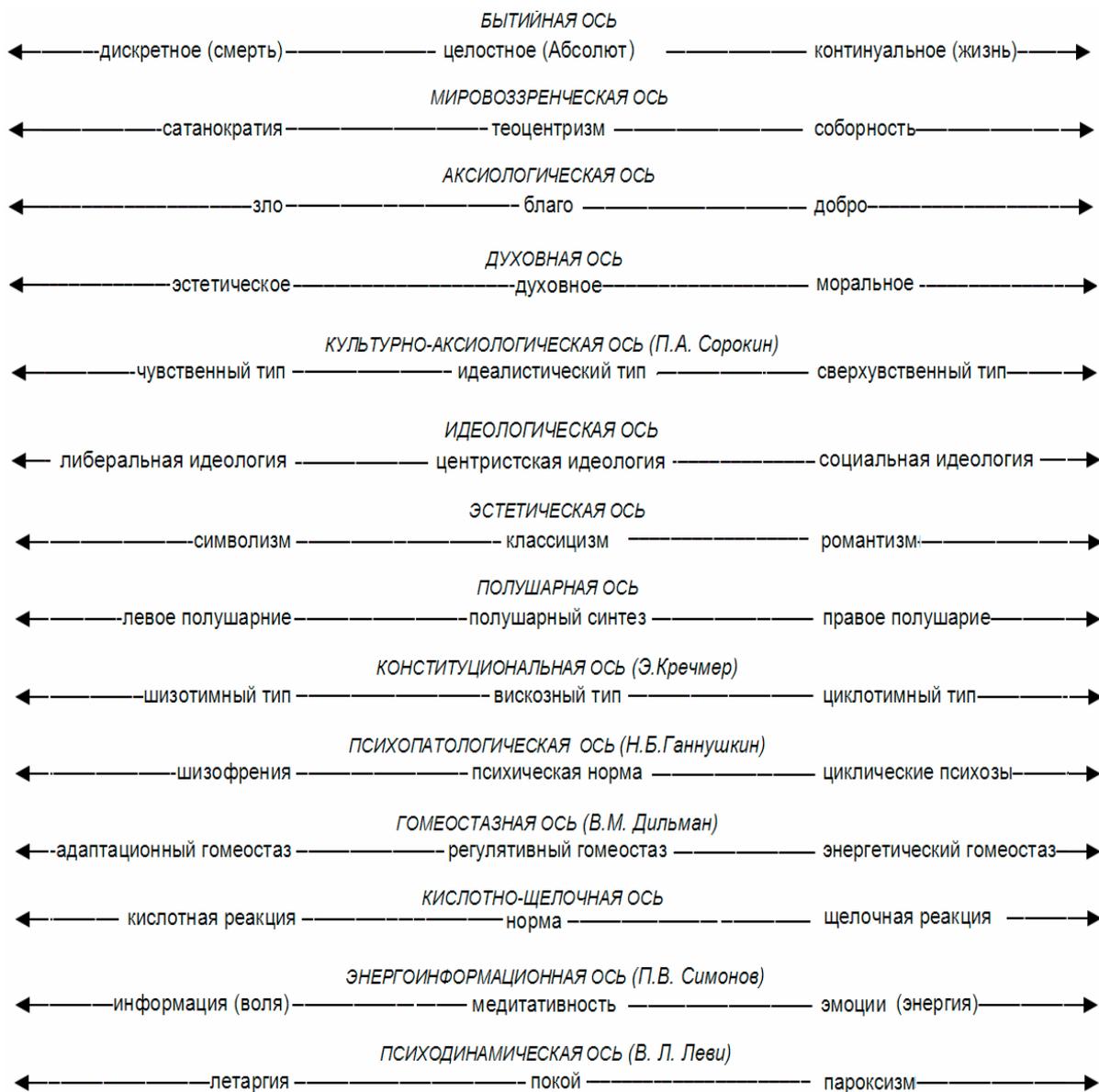


Рис. 4. Согласованность осей, отражающих разные аспекты человека

Проведенный анализ позволяет очертить

*ТРИ ЭТАПА РАЗВИТИЯ ПОЛУШАРНЫХ СТРАТЕГИЙ ГОЛОВНОГО
МОЗГА ЧЕЛОВЕКА В КОНТЕКСТЕ ПСИХИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ*

(1) Правое полушарие, многозначная логика. Правое полушарие – эмоционально-образное, подсознательное, пассивное, реализует опыт человека, ориентируется на высоковероятностные информационные сигналы, соотносится с полем как "высоковероятностной" сущностью (поле вездесуще). Ориентируется на прошлое. Правополушарное доминирование приводит к циклоидной акцентуации, циклическим психозам (маниакально-депрессивный психоз, эмоциональная насыщенность поведения)

(2) Левое полушарие, однозначная, классическая (абстрактно-логическая) логика. Левое полушарие – абстрактно-логические, сознательное, активное (левое полушарие организует волевое усилие), ориентируется на низковероятностные информационные сигналы, соотносится с веществом как "низковероятностной" сущностью (вещество – редкость во Вселенной). Ориентируется на будущее. Левополушарное доминирование приводит к шизоидной акцентуации, шизофрении ("расщепление", "линейность мышления", эмоциональная холодность).

(3) Полушарный синтез, парадоксальная (диалектическая, многозначная) логика, данное состояние реализуется в акте медитации, которое актуализирует вечное настоящее, мысли и чувства "уравновешиваются".

Рассмотренные концепция функциональной асимметрии полушарий, психопатологическая и конституциональная оси выступают важным методологическим основанием понимания взаимоотношения аутичных расстройств (левополушарного феномена) и болезни Дауна (правополушарного феномена), а также путей их компенсаторной коррекции и даже терапии, поскольку современные исследования указывают на то, что в онтогенезе развитие различных функций организма реализуется не только "снизу вверх", но и "сверху вниз", когда развитие высших функций стимулирует перестройку (и гармонизацию) базальных [Лебединский, 1985].

Соответственно, *болезнь Дауна*, которую можно считать правополушарным феноменом, корректируется и *излечивается* (специалистам известны редчайшие случаи такого излечения) благодаря развитию у ребенка противоположных левополушарных форм психической активности.

В связи с этим отметим, что в 1866 году английский ученый Д.Л.Даун описал болезнь, которая в том числе проявляется в специфическом внешнем виде, по которому ученый назвал эту болезнь "монголоидной идиотией", отметив ее "ориентальный" характер: как показали исследования В.В. Аршавского, у представителей народов, живущих в Северо-Восточных районах Евразии, в состоянии бодрствования относительно усилена активность правого полушария [Ротенберг, 1984]. То есть у народов, у которых активизированы правополушарные функции высшей нервной деятельности, первую скрипку играют когнитивные функции правого полушария, что сказывается, в том числе и на иконическом характере их письменности.

При таких условиях психокоррекция "детей солнца" предполагает активизацию левополушарного начала психической активности (через формы сенсорной активности, присущие левому полушарию – ритм, холодная цветовая гамма и др.), в том числе предполагает развитие у них личностного начала благодаря созданию такого социально-педагогической и тренингово-терапевтической среды, которая позволяет ребенку-солнца осознавать себя через развитие рефлексии, механизмов целеобразования (устремленность в будущее – ср. с методом "завтрашней радости" А.С. Макаренко), расширение социально-ролевого репертуара.

Дети с аутичными формами жизнедеятельности реализуют состояние укоренения в левополушарной психической активности. Соответственно, эта проблема корректируется благодаря активизации у "детей дождя" правополушарной активности со всеми терапевтическо-тренинговыми следствиями, которые из этого проистекают.

Кроме того, объемлю, что для того, чтобы разобраться в причине и сущности аутизма, следует проанализировать условия его актуализации.

Известно, что аутизм напоминает нам фазовые состояния психики, в частности парадоксальную фазу, при которой организм реагирует на слабые сигналы больше, чем на сильные.

Таким образом, с аутистом (психика которого, возможно, функционирует на уровне парадоксальной фазы) можно наладить контакт на уровне слабых сигналов. Примером может быть то, как врач сидел около такого больного несколько часов, прежде чем установил с ним контакт.

Еще одно наблюдение. С аутистом можно наладить контакт, если заинтересовать его чем-то. Бодхитхарма посетил адепта, пребывающего уже несколько месяцев (а может и лет) в медитативном состоянии и не реагирующего на внешние сигналы. Тогда Бодхитхарма принялся тереть один кирпич о другой. После довольно продолжительной такой процедуры адепт спрашивает Бодхитхарму: "что ты делаешь?". "Я хочу отполировать нижний кирпич до блеска", – был ответ. "Но это невозможно!" – воскликнул адепт. На что Бодхитхарма ответил: "Я скорее отполирую кирпич, чем ты достигнешь состояния просветления, находясь в медитации". Вскоре адепт поступил в ученики к Бодхитхарме.

Можно привести и еще одно подобное наблюдение. Как гласит легенда, в одном монастыре жил один адепт, который погрузился в медитацию и исчез в облаке над монастырем. Какой-то монах решил

увидеть адепта. Он рассыпал зерно по двору монастыря и принялся наблюдать, что из этого выйдет. Наконец над монастырем в облаке показался адепт, пребывающий в медитативной позе, который воскликнул: "Какой это дурак рассыпал зерно?". После чего адепт снова исчез в облаке.

Известно, что аутичные дети могут быть излечены при помощи общения с животными.

Мы рассмотрели психокоррекцию согласно механизмам сдвига психической активности в сторону право- и левополушарной активности. Но можно еще говорить о нейтрально-медитативном механизме гармонизации, выступающем универсальным психокоррекционным средством. В связи с этим рассмотрим *каллиграфическую методику творческого развития и оздоровления личности*.

Если в советских школах чистописание (каллиграфию) в конечном итоге исключили из учебных программ, то в Японии и Китае каллиграфия получает второе рождение.

"В 80-х годах крупнейшая японская компания, занимающаяся выпуском бытовой и профессиональной электроники, – начиная переходить к нанотехнологиям, провела во многих странах любопытный эксперимент. Искали, какие методики можно использовать в данном регионе и в данной культуре для подготовки специалистов будущего в разных направлениях. Программа длилась долго. Её финансировали более 10 лет.

Когда собрали данные, организаторы эксперимента были потрясены. Всем требованиям в наибольшей мере отвечала каллиграфия. Поэтому компания рекомендовала ввести каллиграфию с 1-го по 11-й класс во всех школах и вузах, независимо от специализации образовательного учреждения. Чтобы сформировать те самые качества, необходимые будущим специалистам в области инновационных технологий.

Вот ещё один интересный факт из современной японской жизни. Многие крупные фирмы Японии приглашают в обеденный перерыв учителей (сенсеев), которые занимаются с сотрудниками каллиграфией по полчаса в день. Руководители компаний считают это весьма недешёвое занятие полезным не только для здоровья, но и для развития творческого потенциала специалистов. И ведь никто не сможет поспорить с тем, что японцы – самая работоспособная нация, к тому же самая продвинутая и креативная в области инновационных разработок. Безусловно, здесь заслуга не только каллиграфии. Но совершенно очевидно, что это – следствие бережного отношения японцев к своей истории, традициям и корням, духовному и физическому здоровью нации.

Китайские же специалисты раскрывают эту тему в ещё более неожиданном ракурсе. В своей статье "Каллиграфия и здоровье" доцент Пекинского института графической коммуникации Юань Пу рассказывает о влиянии каллиграфии на мозговую активность в целом и даже на продолжительность жизни.

Считается, что из всех видов произвольных действий акт письма – наиболее сложный и трудоемкий. Положение пальцев, ладони и запястья для правильного обхвата пера, правильное положение запястья и руки в воздухе при письме, движения пером, – все это не только тренирует мышцы рук и нервы, но и затрагивает все части тела: пальцы, плечи, спину и ноги.

Каллиграфические упражнения по своей сути напоминают гимнастику цигун, которая "изменяет телосложение, двигает суставы".

Этот процесс влияет на психическое и физическое здоровье, развивает тончайшие мышцы рук, стимулирует работу мозга и воображение. Процесс письма также восстанавливает дыхание.

Каллиграфия заставляет правую мозговую долю чувствовать правильность линий, структуру симметрии, ритм и темп, развивает внимательность, наблюдательность и воображение.

Юань Пу пришел к выводу, что студенты, которые изучают каллиграфию, гораздо быстрее остальных воспринимают и запоминают информацию. А то, что каллиграфия продлевает жизнь, – научно доказанный факт. Современный каллиграф Су Цзусиань прожил 110 лет, Дон Шупин жил до 94 лет. Создатель шрифта Ци Гун, современный каллиграф, бывший член Китайской ассоциации каллиграфов, прожил 95 лет.

Другой китайский специалист, профессор Генри Као, делает ещё более смелые выводы на основе проведенных исследований: практически нет таких болезней, которые нельзя было бы вылечить каллиграфией. Результаты показывают, что пациент, практикующий занятия каллиграфическим письмом, испытывает расслабление и эмоциональное спокойствие, выражающиеся в равномерном дыхании, замедлении пульса, снижении кровяного давления и уменьшении мускульного напряжения. Улучшаются ответная реакция, способность к дифференциации и определению фигур, а также способность к ориентации в пространстве.

Практические и клинические исследования показали положительное влияние лечения каллиграфическим письмом при поведенческих расстройствах пациентов, страдающих аутизмом, синдромом нарушенного внимания, дефицита внимания и гиперактивностью.

Более того, развивалась способность к логическому мышлению, рассуждению у детей с небольшой умственной отсталостью; также укреплялась память, улучшались концентрация, ориентация в пространстве и координация движений у пациентов с болезнью Альцгеймера.

В то же время методика была успешно применена к больным с психосоматическими расстройствами при гипертонии и диабете и таких психических заболеваниях, как шизофрения, депрессия и неврозы: у них улучшался эмоциональный фон.

Для сравнения: в современной российской школе на такой предмет, как правописание, выделяется один час в неделю, а во времена Императорского Царскосельского лицея Александр Сергеевич Пушкин занимался каллиграфией 18 часов в неделю.

Но не только на Востоке и в Европе изучают влияние каллиграфии на здоровье. О её воздействии на человеческий организм уже давно знают и отечественные специалисты. В течение 15 лет в Петербурге работала школа каллиграфии, созданная группой энтузиастов для детей с отклонениями в умственном развитии. Образовательный процесс в ней основывался на русских методических материалах XIX века. Основной принцип этого процесса заключался в следующем: прежде чем заниматься науками, искусством и ремеслами, необходимо с помощью каллиграфии заложить крепкий фундамент – основу, состоящую из трёх важных элементов: терпения, умения работать и волевого импульса.

Ученикам запрещалось с 1-го по 11-й класс пользоваться шариковой ручкой. Любой урок начинался с 15 минут занятий каллиграфией. Результат был очевиден уже к 7–8-му классу. Специалисты, глядя на письменные работы учеников, не верили, что так могли писать дети, к тому же с психическими и физическими отклонениями, настолько красивой, четкой и упорядоченной была форма письма.

У этих детей раскрывались способности к математике, поэзии и искусству. После окончания школы многие из них поступали в лучшие вузы Петербурга, получали гранты на обучение за границей. Некоторым ребятам в итоге снимали инвалидность.

Художники дают каллиграфии разнообразные поэтические сравнения и определения. Одни видят в искусно прописанных буквах застывшую музыку и её ритм, другие – пластику танца" (subscribe.ru/group/formula-schastyia/12500868/).

Один из важнейших аспектов каллиграфической методики обучения связан с тем, что во время написания иероглифов и слов ребенок **задерживает дыхание, что выступает физиологической основой медитации.** Требуется всего одна-две минуты замедленного дыхания, чтобы увеличить волевой резерв, -- что вполне доступно при любом волевом испытании. Нейробиологи обнаружили, что, когда вы просите мозг медитировать, он учится не только лучше медитировать, но и приобретает целый набор важных навыков самоконтроля, включая внимательность, собранность, умение справляться со стрессом, контроль над импульсами и самосознание. Люди, которые регулярно медитируют, не просто успешней в этих сферах. Со временем их мозг начинает работать как отлаженная волевая машина. У них больше серого вещества в префронтальной коре и в зонах мозга, отвечающих за самосознание.

7. ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ

Феномен психологической защиты, выступающий фундаментальным регулятором социально-личностной активности человека, связан с изменением системы внутренних ценностей личности, направленной на снижение уровня субъективной значимости соответствующего переживания с тем, чтобы свести к минимуму психологически травмирующие моменты. Р. М. Грановская считает, что функции психологической защиты по своей сути противоречивы: с одной стороны, они способствуют адаптации человека к собственному внутреннему миру, но при этом, с другой, – могут ухудшить приспособленность к внешней социальной среде. В психологии известен эффект *незавершенного действия*, который заключается в том, что всякое препятствие ведет к прерыванию действия до тех пор, пока препятствие не будет преодолено или человек не откажется от его преодоления. В работах многих исследователей показано, что незаконченные действия формируют тенденцию к их завершению, при этом, если прямое завершение невозможно, человек начинает совершать замещающие действия. Таким образом, механизмы психологической защиты можно понимать и как специализированные формы замещающих действий [Грановская, 1988].

Рассмотрим в кратком изложении механизмы психологической защиты ([Мак-Вильямс, 2007]; Безносюк, Соколова, 1997; Блюм, 1999; Вассерман, Петрова, 2000; Грановская, 1988; Грановская, Никольская, 1999; С.А. Зелинский, <http://psyfactor.org/lib/zelinski2-06.htm>), которые мы с целью их структурализации по фрактальному принципу дифференцировали на три группы по шесть элементов. При этом можно увидеть, что действие этих механизмов обнаруживает право-, лево- и межполушарный характер. А сама *терапия данных механизмов защиты схожа в представленной выше терапией "детей дождя" и "детей солнца"*: правополушарные механизмы защиты нейтрализуются активизацией левополушарных функций и наоборот.

(1) Правополушарные механизмы

Правополушарные механизмы психологической защиты предполагают иррациональный путь решения проблем, при этом обратный процесс – отреагирование (разрядка) – терапия, связанная с актуализацией вытесненных негативных эмоциональных состояний и их осознанием, то есть здесь присутствует движение от иррационального к рациональному.

Отрицание – отрицается информация, которая выступает стрессорным фактором, ее игнорирование, избегание – контроль и ограничение информации об источнике пугающего психологического воздействия либо в искаженное восприятие подобного воздействия, его наличия или характера.

Вытеснение (репрессия, подавление) – информация забывается, вытесняется.

Изоляция (отчуждение) – негативные ("недолжные", неприемлемые) эмоции блокируются сознанием, то есть это удаление эмоциональной составляющей происходящего из сознания.

Регрессия (соматизация) – возврат в прошлое, в котором травмирующая проблема утрачивает свой стрессорный потенциал.

Реактивность – трансформация ненависти в любовь и обратно, чувства обвинения других в чувство самообвинения, защита от запретных импульсов, с помощью выражения в поведении и мыслях противоположных побуждений.

Сопроотивление – настойчивое и последовательное сопротивление индивида негативным нежелательным явлениям.

Обратный процесс, который высвобождает импульсы данной группы защитных механизмов и одновременно является фактором их целостности – **отреагирование (разрядка)**, которое предполагает реализацию вытесненных состояний. Термин "отреагирование вовне" используется в основном для описания поведения, обусловленного бессознательной потребностью справиться с тревогой, ассоциированной с внутренне запрещенными чувствами и желаниями, а также с навязчивыми страхами, фантазиями и воспоминаниями [Aichhorn, 1936; Fenichel, 1945].

Проигрывая пугающий сценарий, пациент, бессознательно испытывающий страх, оборачивает пассивное в активное, превращает чувство беспомощности и уязвимости в действенный опыт и силу, независимо от того, насколько болезненна драма, которую он разыгрывает [Weiss, Sampson & the MZPRG, 1986]. То, что отреагируется вовне, преимущественно саморазрушительно или преимущественно способствует росту, или может быть в некоторой степени и тем, и другим. То, что заставляет отреагировать вовне, не является ни плохим ни хорошим, но такова бессознательная и пугающая природа импульсов, толкающая человека к действию компульсивным, автоматическим образом, который отличает поведение при отреагировании вовне.

Существует несколько навязчивых ярлыков, созданных аналитиками для обозначения обычно бессознательных типов поведения, которые подпадают под общий заголовок отреагирования. Сюда входят, например, эксгибиционизм, вуайеризм, садизм, мазохизм, перверсии и все понятия, содержащие приставку "контр": контрфобия, контрзависимость, контрвраждебность и так далее. Все эти тенденции,

когда они относятся к действиям, понимаемым как защитные, дают основание предполагать лежащий в их основе страх или другие непризнанные негативные чувства.

Интерес представляет раннее наблюдение З. Фрейда – мыотреагируем то, чего не помним – по-прежнему остается пронизательным, особенно, если допустить, что причиной, по которой мы чего-то не помним, является нечто чрезвычайно болезненное, переходящее из состояния невозможности вспомнить в состояние отыгрывания в данный момент.

В той мере, в какой определенная категория людей полагается наотреагирование при решении своих психологических дилемм, эта группа подпадает под категорию *импульсивных личностей*. Подобная классификация вводит в заблуждение, так как подразумевает простую готовность сделать что-либо, чего хочется, прямо сейчас. Психотерапевтический опыт подвел многих серьезных клиницистов к убеждению: то, что может выглядеть как спонтанность или неосложненная импульсивность, часто является бессознательно и чрезвычайно сложно мотивированным поведением, которое может наивно и беспорядочно выражать все, что угодно.

Люди с истерической организацией личности известныотреагированием своих сексуальных сценариев; людей со всеми видами зависимости можно рассматривать какотреагирующих отношение к предмету своего предпочтения (в таких случаях, конечно, химическая зависимость может усложнить то, что уже было психологической зависимостью); люди с компульсиями, по определению, являютсяотреагирующими, когда уступают внутреннему давлению и вовлекаются в свои определенные компульсивные действия; социопаты вновь и вновь проигрывают сложные паттерны манипуляций. Таким образом, эта защита может проявляться во многих резко отличающихся клинических случаях.

(2) *Левополушарные механизмы*

Левополушарные механизмы психологической защиты предполагают рациональный путь решения проблем, при этом обратный процесс – инстинктуализация – есть выход из рациональных левополушарных схем поведения и освоения действительности в область правополушарных аспектов.

Рационализация – ошибочное “умное” объяснение собственных иррациональных и несознательных идей, желаний, поступков, которые в действительности вызваны причинами, признание которых грозило бы потерей самоуважения.

Интеллектуализация – стремление контролировать эмоции и импульсы на основе рациональной интерпретации ситуации.

Морализация – поиск способа убедить себя в моральной необходимости происходящего.

Расщепление (компартаментализация, раздельное мышление) – разрыв между мыслями и эмоциями (хорошо – плохо)

Аннулирование (ритуализация, возмещение) – уничтожение непреемленных мыслей, действий. Это также и бессознательная попытка “отменить” эффект негативного события путём создания некоего позитивного события.

Ограничение деятельности, которая не дает самоуважения и самоутверждения.

Обратный процесс, который высвобождает импульсы данной группы защитных механизмов и одновременно является фактором их целостности – сексуализация¹⁰, а точнее, **инстинктуализация**. Некоторые авторы включают сексуализацию в концепциюотреагирования, поскольку ее действие обычно принимает форму отыгрывания. Однако целесообразно представить ее отдельно, частично из-за того, что сексуализация возможна безотреагирования вовне (процесс, который более точно можно было бы назвать *эротизацией*), а частично из-за того, что понятие с таким общим и интересным смыслом заслуживает особого внимания.

Изначально З. Фрейд полагал, что в основе всех видов человеческой деятельности фактически лежит базальная сексуальная энергия – сила, которую он описывал как либидо (позже в своих теоретических изысканиях, находясь под впечатлением от размеров человеческой деструктивности, он решил, что агрессивные стремления являются столь же фундаментальными и мотивирующими). Одним из следствий его биологической, базирующейся на влечениях, психологической теории явилась тенденция рассматривать сексуальное поведение как выражение *первичной* мотивации, ни из чего не происходящей и ни от чего не зависящей.

Клинический опыт и исследовательская работа [Stoller, 1968, 1975, 1980, 1985; Money, 1980, 1988] показали, в каких масштабах сексуальная фантазия и активность используются как защита для управления тревогой, сохранения самоуважения, нивелировки стыда или отвлечения от чувства внутренней умерщвленности. Люди могут сексуализировать любой опыт, бессознательно стремясь превратить ужас, боль или другое переполняющее чувство в восторг. В аналитической литературе этот процесс называется также *инстинктуализацией*. Детским страхом смерти, который испытал ребенок, оставшийся один, ужасом перенесенного насилия над ним или другого страшного несчастья можно управлять психологически посредством превращения травматической ситуации в жизнеутверждающую.

¹⁰ По мнению Вильгельма Райха, в основе любой тревоги лежит сексуальная доминанта: “сексуальность и тревога – идентичные и противоположно направленные возбуждения; они представляют собой свое базовое противоречие в вегетативной жизни, имеющее единственно физическое происхождение” (В. Райх. “Анализ характера”).

Изучение людей с необычными сексуальными наклонностями часто открывало опыт детских переживаний, которые превосходили способность ребенка справиться с ними и вследствие этого были трансформированы в самоиницированную сексуализацию травмы. Например, в работе Столлера о сексуальных мазохистах [Stoller, 1975] обнаружилось, что многие из тех, кто говорил о необходимости испытывать боль для достижения наивысшего эротического наслаждения, перенесли внутренние болезненные вмешательства при лечении в детском возрасте.

Многие люди используют сексуализацию для того, чтобы преодолеть и сделать более приятными некоторые печальные события в нашей жизни. Для людей разного пола имеются различия в том, что они склонны сексуализировать: для женщин более характерно сексуализировать зависимость, а для мужчин – агрессивность. Некоторые люди сексуализируют деньги, другие – грязь, третьи – власть и так далее. Многие из нас сексуализируют процесс обучения; эротичность присутствия талантливого учителя была отмечена со времен Сократа. Тенденцией людей эротизировать свою реакцию на кого-либо, представляющего власть, можно объяснить тот факт, почему политики и другие избранники имеют так много сексуально доступных поклонников и почему возможность сексуального насилия и сексуальной эксплуатации так велика среди влиятельных и известных людей.

Возможность того, что люди, находящиеся в слабой позиции, оборачивают свою зависть, враждебность и страх в сексуальный сценарий, в котором компенсируют соответствующий недостаток официальной власти обращением к очень личной власти эротики, составляет одну из социально значимых причин, по которой необходимо иметь законы и договоренности, защищающие тех, кто является зависимыми от других (работник от нанимателя, студент от учителя, сержант от лейтенанта и так далее).

При этом считается, что сексуализация не является по своей сути проблематичной или деструктивной. Человеческие индивидуальные сексуальные фантазии, паттерны ответов и практика, вероятно, в большей степени индивидуальны, чем большинство других психологических аспектов нашей жизни. Что одного человека может зажечь, другого оставляет холодным. Так, если женщина сексуализирует опыт, полученный от того, что кто-то держит ее за волосы (даже если истоки ее поведения лежат в детстве и представляют собой защитное сексуализирование таскания за волосы ее жестокой матерью), и ее сексуальный партнер любит перебирать пальцами ее волосы, она, вероятно, не будет обращаться к психотерапевту. Но если женщина сексуализирует переживание страха перед насилующим, вновь и вновь вступая в отношения с мужчинами, которые ее бьют, то ей следует обратиться за помощью.

(3) Межполушарные механизмы

Межполушарные механизмы психологической защиты предполагают процессы переноса, выхода, трансценденции человека из проблемной сферы. При этом обратный процесс – медитация – предполагает актуализацию нейтрального межполушарного состояния. В целом, ***медитация в силу срединно-нейтрального характера медитативного состояния, выступает универсальным психотерапевтическим (как и терапевтическим) способом гармонизации и коррекции проблемных состояний человека.***

Проекция – перенос на других своих чувств.

Идентификация – перенос себя на другой объект.

Интроекция – перенос на себя черт других людей.

Замещение (сублимация, компенсация) – перенос действий (потенциала) на другой объект

Смещение (вымещение, замещение) – переключение внимания, в бытовом смысле "поиск козла отпущения".

Реверсия – поворот поведенческого сценария в другую сторону.

Обратный процесс, который высвобождает импульсы данной группы защитных механизмов и одновременно является фактором их целостности – ***медитация***, в которой соединяются ментальные и эмоциональные содержания поведения.

8. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ УНИВЕРСАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ПСИХОТЕРАПИИ

В основе понимания структуры психофизиологической сферы организма человека лежит как концепция функциональной асимметрии полушарий головного мозга, так и структура волны, выступающая универсальным объяснительным принципом.

Структура волны, которая является универсальной моделью реальности, обнаруживает три основополагающие состояния, выражаемые в трех волновых модусах: максимум волны, минимум волны, нуль функции. Таким образом, крайними состояниями целостного процесса выступают полюса, а нулем – срединное состояние процесса. Если говорить о человеке, то исходя из разрабатываемой концепции, можно сделать вывод о трех психических измерениях человека, которые целесообразно соотнести с тремя формами постижения бытия – *чувственным, рациональным и медитативным* [Урманцев, 1993], то есть правополушарным, левополушарным и их функциональным синтезом.

Следует также сказать, что в целом **правополушарная** (ПП) стратегия восприятия, мышления и освоения мира человеком является инстинктивно-интуитивным, эмоционально-образным, конкретно-экспрессивным, целостно-синкретическим миропониманием, которые формирует многозначно-метафорический лингвистический и мотивационно-смысловой контексты отражения действительности, пробуждая к жизни такие формы общественного сознания, как искусство и религия.

Левополушарная (ЛП) стратегия, напротив, выступает лично-волевым, абстрактно-логическим, понятийно-концептуальным, дискретно-множественным мировосприятием, которое способствует формированию однозначного лингвистического и мотивационно-смыслового контекста отражения окружающего мира и пробуждает к жизни науку и философию.

Как уже отмечалось, эволюция человека в онто- и филогенезе проходит от ПП (являющегося в генетическом отношении более древним, чем ЛП) к ЛП, а от него к их функциональному синтезу [Психологический словарь, 1983, с. 23], который имеет место в состоянии медитации [Murphy, Donovan, 1985].

Если представить данную схему в контексте волнового процесса повышения и падения энергии-информации применительно к конституциональной типологии Э. Кречмера, то получим следующую модель, иллюстрирующую процессы:

1) повышения энергии (что одновременно реализует процесс понижение информации) от среднего шизотимного к практическому,

2) и повышения информации (что одновременно реализует процесс понижение энергии) от практического к шизотимному:

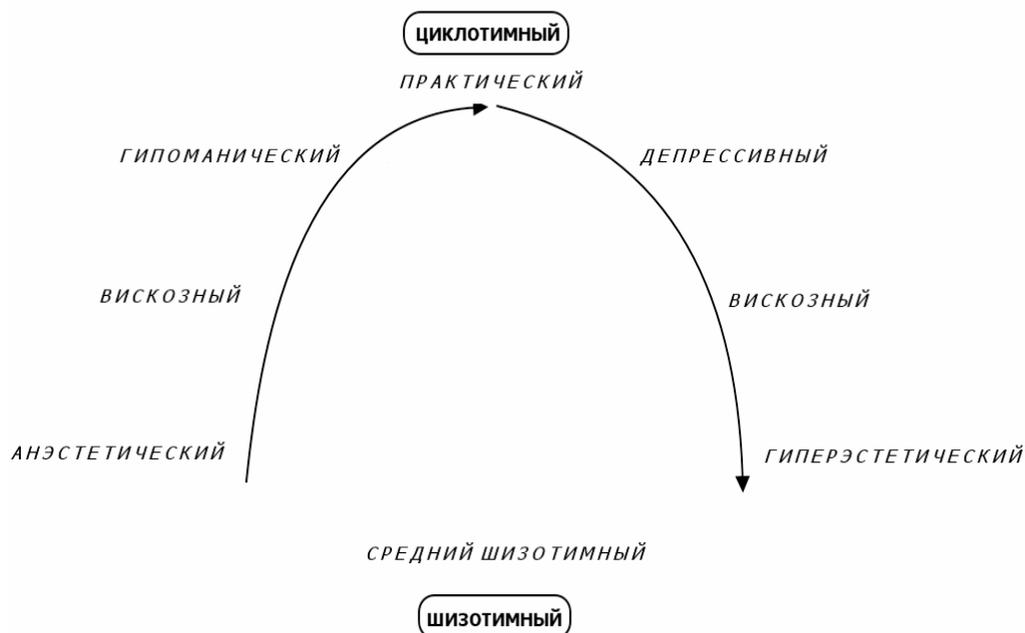


Рис. 5. Кречмеровская типология как феномен энергетической динамики

Данная типология согласуется с нашей темпераментальной моделью, показывающей, как психотипы человека взаимно координируются. В павловско-гипократовской классификации различают четыре темперамента, которые И.П. Павлов называет типами высшей, нервной, деятельности: 1 – живой тип (сангвиник), характеризующийся большой силой возбудительного и тормозного процессов, их

уравновешенностью и высокой подвижностью (тип сильный, уравновешенный, подвижный); 2 – спокойный тип (флегматик), обладающий высокой силой и достаточной уравновешенностью возбудительного и тормозного процессов, но малой их подвижностью (тип сильный, уравновешенный, инертный); 3 – безудержный тип (холерик), имеющий сильный возбудительный процесс при слабом тормозном (тип сильный, но неуравновешенный), 4 – слабый тип (меланхолик), отличающийся малой силой возбудительного и активного тормозного процессов.

Сангвиник, таким образом, является человеком решительным, энергичным, быстро возбудимым, подвижным, впечатлительным, с ярким внешним выражением эмоций и легкой сменой их.

Это живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Обычно сангвиник обладает выразительной мимикой. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно. Если работа неинтересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.

Флегматик же – спокойный, медлительный, со слабым проявлением чувств, трудно переключается с одного вида деятельности на другой.

Он неспешен, невозмутим, имеет устойчивые стремления и настроение, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою неспешность прилежанием.

Холерик, напротив, вспыльчивый, с высоким уровнем активности, раздражительный, энергичный, с сильными, быстро возникающими эмоциями, ярко отражающимися в речи, жестах, мимике.

Это быстрый, порывистый, однако совершенно неуравновешенный, с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый тип. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвиника. Холерик обладает огромной работоспособностью, однако, увлекаясь, безалаберно растрчивает свои силы и быстро истощается.

Меланхолик имеет низкий уровень нервно-психической активности, унылый, тоскливый, с высокой эмоциональной ранимостью, мнительный, склонный к мрачным мыслям, с угнетенным настроением, замкнут, пуглив.

Склонный к постоянному переживанию различных событий, он остро реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он зачастую не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, эмоционально раним.

Отметим, что "чистые" темпераменты в жизни встречаются редко, обычно комбинация свойств более разнообразна. Более поздние исследования Б. М. Теплова и В.Д. Небылицына позволяют сделать вывод о наличии большего количества типов высшей нервной деятельности при различном комбинировании и различном удельном весе основных типологических характеристик личности. При этом можно говорить о промежуточных типах (сангво-флегматик, сангво-холерик, флегмо-меланхолик), а также о смешанных (например, флегматик с чертами сангвиника и холерика и т.д.), что позволяет теоретически дифференцировать 120 типов, основанных на 4 вариациях по силе нервных процессов, 3-х – по уравновешенности и 10-ти – по степени подвижности.

Для более полного обоснования универсальной классификации болезней рассмотрим концепцию П.В. Симонова [Симонов, Еришов, 1984, с. 56-62; Симонов, 1987, с. 486-523; 1990], полагавшим, что главными структурами, позволяющими производить прогнозирование событий с учетом доминирования в потребностно-мотивационной сфере, являются **фронтальный неокортекс, гиппокамп, миндалевидный комплекс и гипоталамус**, предлагает следующую схему функциональной специализации структур мозга, принимающих участие в генезисе эмоциональных реакций:



Рис. 6. Схема функциональной специализации структур мозга, принимающих участие в генезисе эмоциональных реакций (по П.В. Симонову)

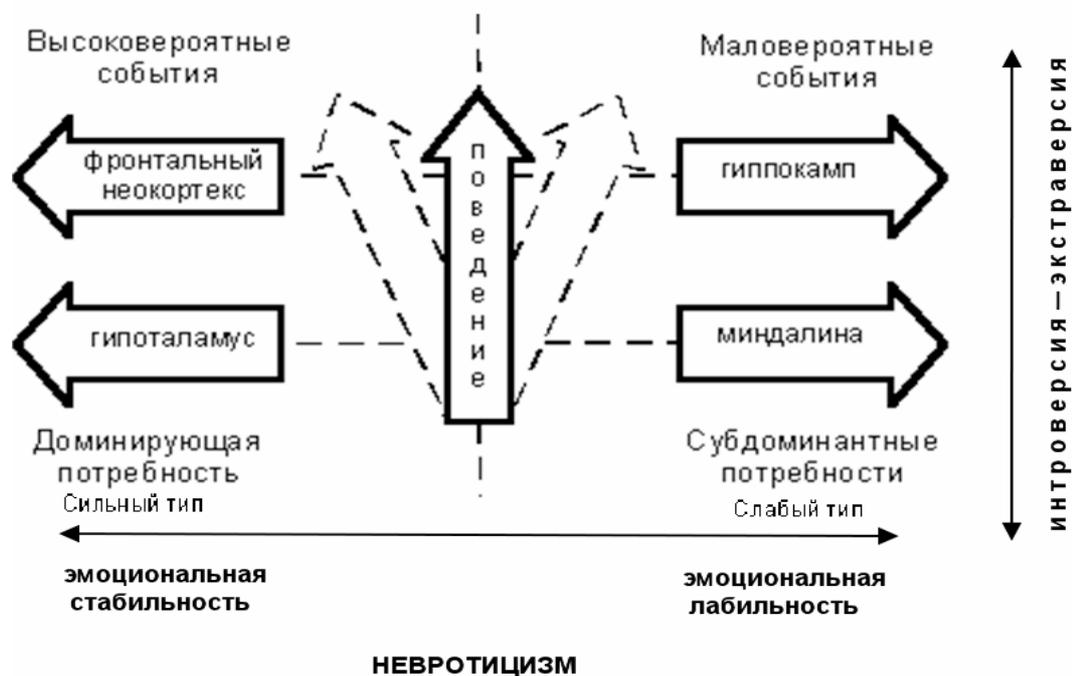


Рис. 7. Гипотетическая схема зависимости параметров интро-экстраверсии и невротизма от индивидуальных особенностей взаимодействия четырех мозговых структур (по П.В. Симонову)

В этой связи кратко рассмотрим информационную теорию эмоций П. В. Симонова, который писал, что "...эмоция есть отражение мозгом человека и животных какой-либо актуальной потребности (ее качества и величины) и вероятности (возможности) ее удовлетворения, которую мозг оценивает на основе генетического и ранее приобретенного индивидуального опыта" [Симонов, "Эмоциональный мозг", 1981, с. 20].

В общем виде правило возникновения эмоций, по П.В.Симонову, выражается в виде формулы:

$$\mathcal{E} = f [П, (Ис - Ин), \dots],$$

где \mathcal{E} – эмоция, ее степень, качество и знак;

П – сила и качество актуальной потребности;

(Ис – Ин) – оценка вероятности (возможности) удовлетворения потребности на основе генетического и ранее приобретенного индивидуального опыта;

Ин – информация о средствах, которые, как предполагается, необходимы для удовлетворения потребности;

Ис – информация о средствах, которыми располагает субъект в данный момент.

При этом в арсенал средств достижения цели – удовлетворения актуальной потребности – входят: знания и навыки субъекта, энергетические ресурсы организма, время, необходимое для организации соответствующих действий, и т. п. Понятие "потребность" П. В. Симонов определяет так: "...потребность есть избирательная зависимость живых организмов от факторов внешней среды, существенных для самосохранения и саморазвития, источник активности живых систем, побуждение и цель их поведения в окружающем мире" [Симонов, "Эмоциональный мозг", 1981, с. 31].

Возникновение эмоций зависит и от других факторов, однако все они обуславливают лишь различные оттенки эмоций, в то время как необходимыми и достаточными являются, по мнению П.В. Симонова, потребность и вероятность ее удовлетворения.

Таким образом, эмоция есть функция потребности и информированности субъекта. Если $П = 0$, то эмоция не возникает. И чем больше П, тем интенсивнее реализуется эмоция. Потребность же всегда отрицательна по отношению к организму. Поэтому на знак эмоции влияет оставшая часть формулы.

При этом высокая вероятность удовлетворения потребности, т. е. $Ис > Ин$, порождает, как полагает П. В. Симонов, положительные эмоции, а низкая вероятность удовлетворения потребности, т. е. $Ин > Ис$, ведет к возникновению отрицательных эмоций.

П.В.Симонов экспериментальным путем установил, что в генезисе эмоциональных состояний и в потребностно-информационной организации поведения человека в сторону минимизации или максимализации эмоционального состояния участвуют четыре упомянутые мозговые структуры.

При этом благодаря работе фронтальной коре поведение человека ориентируется на сигналы высоковероятных событий, в то время как на сигналы с низкой вероятностью их подкрепления реагирует гиппокамп. Данные две структуры составляют "информационную" подсистему мозга.

"Мотивационная" подсистема, которая содержит миндалину и гипоталамус, осуществляет выделение наиболее острой доминирующей потребности: гипоталамус выделяет мотивационную доминанту, а миндалина обеспечивает организацию баланса между конкурирующими потребностями. Эти две подсистемы оказывают взаимное влияние друг на друга.

При этом оценка вероятности внешних событий зависит от силы и качества доминирующей потребности, в то же время эта оценка влияет тормозящим или возбуждающим образом на силу потребности. Гиппокамп и миндалина связаны с низкой вероятностью удовлетворения потребности, что в информационных категориях приведенной выше формулы выразится как $Ин > Ис$. Гипоталамус и фронтальная кора связаны с высокой вероятностью удовлетворения потребности, т.е. $Ис > Ин$.

Как видно из модели П.В. Симонова, достаточно четырех структур для организации поведения по выделению доминирующей потребности с учетом вероятности ее удовлетворения. Проведенные исследования дают основания П. В. Симонову полагать, что индивидуальные особенности функционирования этих структур лежат в основе типов нервной деятельности, а в случае патологии определяют характер невротических состояний.

Так, преобладание системы "*гипоталамус – фронтальный неокортекс*" характеризует тип сильный экстравертированный, ориентированный на выбор доминирующей потребности и учитывающий осознанно наиболее вероятные события; преобладание же системы "*миндалины – гиппокамп*" характерно для слабого интровертированного типа с симптомами нерешительности и склонностью к переоценке несущественных событий. Преобладание системы "*гипоталамус – миндалина*" также характерно для интравертов, а "*фронтальный неокортекс – гиппокамп*" – для экстравертов.

Исходя из приведенных выше соображений, исследователи делят вывод, что вероятнее всего, у холерика доминирует система "*фронтальный неокортекс – гипоталамус*", обеспечивая при этом в поведении холерика выбор доминирующей потребности при высокой вероятности ее подкрепления.

У меланхолика, напротив, система "*гиппокамп – миндалина*" ориентирована на фиксацию субдоминантной потребности при маловероятном ее удовлетворении, что вызывает у него состояние перманентной фрустрации.

Что касается так называемых "средних типов" – сангвиника и флегматика – то здесь нет окончательной ясности, поскольку, с одной стороны, результаты ряда экспериментов говорят в пользу преобладания у сангвиников, как и у меланхоликов, системы "*гиппокамп – миндалина*", а у флегматиков, как у холериков – "*фронтальный неокортекс – гипоталамус*" (П.В.Симонов).

С другой стороны, теоретический анализ позволяет сделать вывод о преобладании у флегматика системы "*фронтальный неокортекс – миндалина*" с реагированием только на высоковероятные события без особого выбора какой-либо потребности из более или менее равнозначных, а у сангвиника – "*гиппокамп – гипоталамус*", создающей возможность генерализованных реакций на маловероятные события при выборе доминирующей потребности (Н.Н. Данилова) [Данилова, 2001].

Если принять к сведению, что, как полагает П.В. Симонов, правое полушарие ответственно за потребностно-мотивационную сферу, а левое – за выбор средств достижения цели (и в то же время левое и правое полушарие обеспечивают соответственно информационную и энергетическую регуляцию поведения человека), то модель П.В. Симонова можно интерпретировать в контексте нашей концепции целостности.

Уместно отметить еще и то, что, как пишет П. В. Симонов, воля ("антипотребность") и потребность являются в определенном смысле антагонистами, ибо механизмы их актуализации прямо противоположны.

Интересен вывод П. В. Симонова о том, что в основе типов нервной системы лежат **нормальные особенности функционирования структур головного мозга человека**.

Так *меланхолик* склонен к нерешительности, тревоге, боязливости при обостренной чувствительности к малозначительным сигналам (что соответствует функциональным особенностям гиппокампа).

Холерик – одержим стремлением к удовлетворению доминирующей потребности, мало считаясь с одновременно существующими мотивами (гипоталамус).

Флегматик характеризуется тем, что его активность могут возбудить только сигналы очень важных и высоковероятных событий (фронтальный неокортекс).

Сангвиник обладает склонностью к положительным эмоциям, высокой любознательности, пренебрежением к неудачам (миндалина).

Следует отметить, что отображательные стратегии полушарий обуславливаются, вследствие единства мира, всеобщей материальной дихотомией Вселенной. Материя концептуально дифференцируется на два полярные виды – вещество и поле. Вещество, которое имеет массу покоя и характеризуется определенной структурой, которая является дискретно-множественной формой, соотносится с информацией, как принципиально множественно-структурной сущностью, которая отражается левым полушарием. Поле же, которое не имеет массы покоя и является как бы движением в

чистом виде, есть континуально-целостной сущностью, соотносящейся с энергией как мерой движения, которая отражается правым полушарием. Этот вывод кажется вполне обоснованным, если принять к сведению тот признанный психологами факт, что эмоции связаны с потребностно-инстинктивной сферой человека [Magdaуолл, 1984], а потребности, в свою очередь, являются энергетической сущностью [Drown, 1953; Madsen, 1965]. Вот почему правое полушарие можно назвать субстратом потребностно-энергетической, а левое – информационно-волевой регуляции человеческого организма.

Данный вывод на функции полушарий достаточно близок к информационной теории эмоций П. В. Симонова [Симонов, 1984, 1987], поскольку можно полагать, что правое полушарие воспринимает высоковероятностные (энергетические), а левое – низковероятностны (информационные: информация в рамках теории информации определяется как мера частотности тех или иных событий, которые "несут" в себе тем больше информации, чем более редкими они являются) сигналы среды.

В психической структуре меланхолика, который, как пишет П. В. Симонов, чувствителен к малозначительным (маловероятным) сигналам, первую скрипку играет левое полушарие; для понимания сущности меланхолика может помочь мысль Ф. Кликса о том, что чем более тонкими являются необходимые различия, тем сильнее потребность в более дифференцированных способах передачи информации. Познание и информация, уровень когнитивного развития, который достигнут, и тонкости передаваемого сообщения взаимно обуславливают друг друга [Кликс, 1983, с. 90].

В то время у флегматика, активность которого могут возбудить сигналы высоковероятных событий, преобладает активность перехода от правого к левому полушарию.

Состояние перехода от лево- к правополушарному психологическому модусу характерно, вероятно, для холерика, а состояние активности правого полушария – для сангвиника.

Состояние полушарного синтеза характерно для процесса интеграции всех предыдущих состояний, когда мыслитель и художник (лево- и правополушарная сущности) объединяются в одном лице.

Таким образом, четыре психические модуса могут коррелировать как с четырьмя типами полушарной активности, так и с четырьмя типами неврозов, которые П. В. Симонов связывает с нарушением одного их отделов головного мозга человека.

Мы полагаем, что, поскольку полушария выступают своеобразным психосоматическим фокусом человека, четыре типа неврозов отвечают одному из рассмотренных модусов.

Так укоренение в фазе перехода от право- к левополушарной активности (ПП → ЛП) отвечает, мы полагаем, неврозу навязчивых состояний, который указывает на циклический характер психических процессов (именно активность правого полушария связана с циклоидным типом человека, который соотносим с циклическими неврозами), что свойственно правополушарным состояниям.

Укоренение в состоянии левополушарного модуса (ЛП) отвечает психастении (состоянию страха, неуверенности, колебания), что вытекает из особенностей левополушарного реагирования на малозначимые низковероятные стимулы среды.

Укоренение в фазе перехода от правого к левому модусу (ПП → ЛП) отвечает истерии (демонстративности переживаний), ибо в данном случае мы имеем тенденцию развития эмоционального правополушарного состояния (или суггестивного состояния: как полагают некоторые исследователи, правое полушарие активно в состоянии гипнотического транса [Каструбин, 1995]), которое при его сочетании с ролевым, эгоцентрическим левополушарным поведением предполагает реакцию демонстративно-истерического, экзальтированного характера.

Укоренение в состоянии правого модуса (ПП) отвечает неврастению (перенапряжению), поскольку в данном случае наивным является развитое правополушарное состояние эмоционального возбуждения, что приводит к истощению эмоциональных ресурсов психической деятельности.

Следует отметить, что активность правого полушария соотносится с нервными процессами возбуждения, а левого – и торможения [Голубева, 1980], при этом у неврастенических больных баланс нервных процессов сдвинут в сторону процессов торможения, а у больных неврозами навязчивых состояний – в сторону процессов возбуждения [Немчин, 1983, с. 97], что поясняется вышеизложенными соображениями [см. Собчик, 1990].

Если принять к сведению, что, как полагает П.В. Симонов, правое полушарие ответственно за мотивационную сферу (целеполагание), а левое – за выбор средств достижения цели [Симонов, 1987] (и в то же время левое и правое полушарие обеспечивают соответственно информационную и энергетическую регуляцию поведения человека [Ананьев, 1963]), то схему П.В. Симонова можно интерпретировать в контексте нашей концепции.

Приведем *темпераментальную модель человека*, которая включает схему соответствия типов высшей нервной деятельности, свойств нервной системы, индивидуальных типологических особенностей и других параметров.

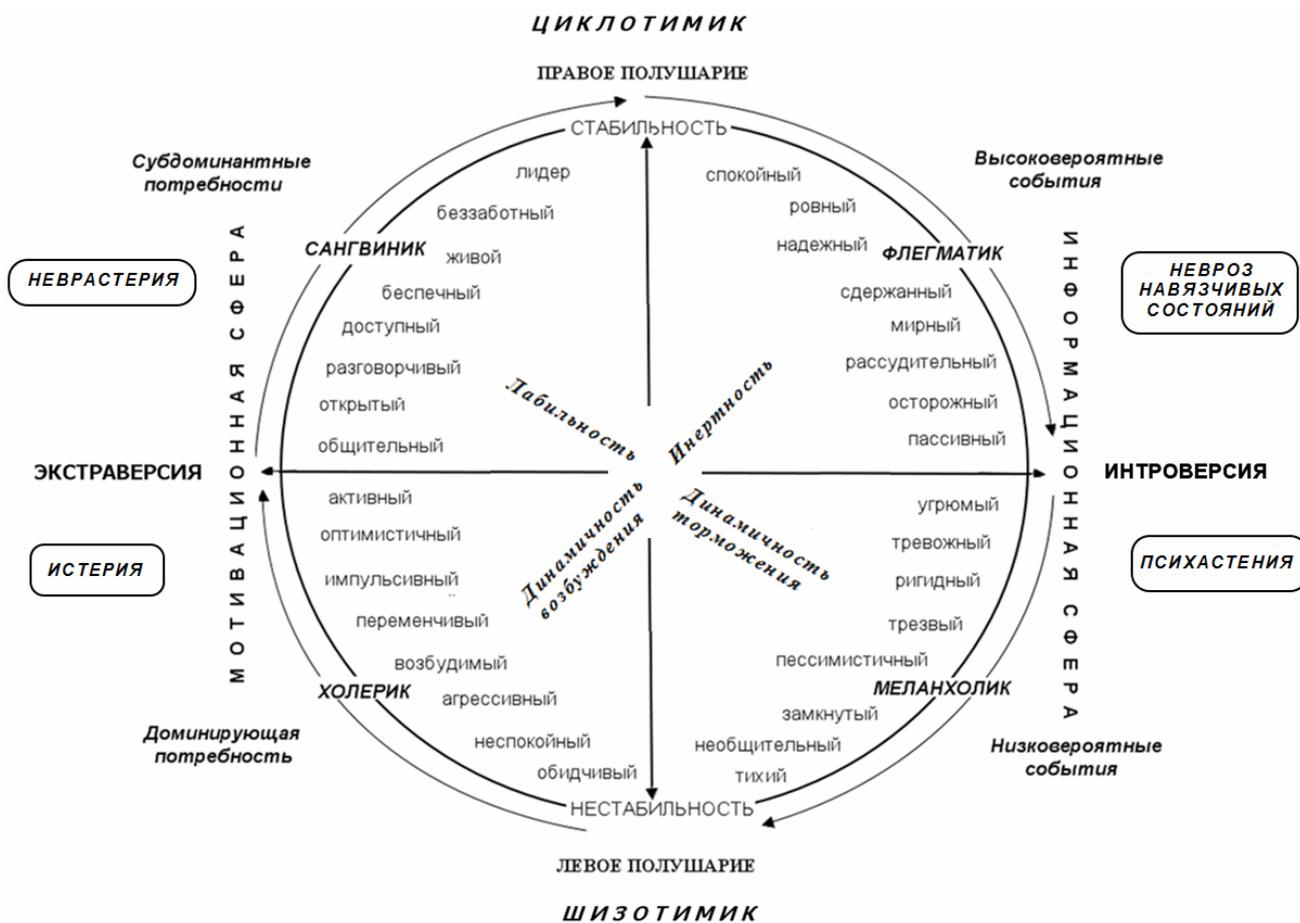


Рис. 8. Темпераментальная модель человека

Четыре психотипа, как и четыре типа неврозов соотносятся с четырьмя острыми аффективными реакциями [см. Патопсихологические исследования, 1981]: интрапунитивные (представляют собой разряд агрессии путем аутоагрессии – нанесение себе вреда), экстрапунитивные (разряд аффекта путем агрессии на окружающее), имунитивная реакция (разрядка путем бегства от аффективной ситуации), демонстративные реакции (когда аффект разряжается в "спектакль").

Нужно сказать и то, что холерик и сангвиник занимают место на восходящей ветви синусоиды, то есть соответствуют развитию процессов экстравертации, разворачивания вширь, устремлению вперед. А флегматик и меланхолик, занимающие место на нисходящей ветви синусоиды отвечают развитию процессов интровертации, уходу в себя, назад. Данная ориентация в целом соответствует исследованиям психологов [см. Обозов, Щекин, 1990, с. 130].

Таким образом, человек как система, обладающая внутренней средой и способная реагировать на внешнюю среду, обнаруживает два универсальных аспекта.

1. Мотивационную сферу, которая отражает потребностный уровень организма, то есть ту внутреннюю ситуацию организма, которая является выразителем его потребностей и которая выступает движущим фактором, направляющим поведение организма во внешней среде.

2. Информационную сферу, которая связана со стимулами, то есть с событиями (согласно теории информации) внешней среды.

Потребности мотивационной сферы и события информационной по сути являются одним и тем же – событиями, ситуациями, при этом потребности есть ситуации внутренней среды, а события – внешней.

Как события (нечто внешнее), так и потребности (нечто внутреннее) характеризуются тем, что они актуализируются на потребностной и информационной шкалах. Конечными точками первой шкалы являются доминантная потребность и субдоминантные потребности. Доминантная потребность объемляет весь организм и устремляет в специфическом направлении его поведение. Субдоминантные потребности выступают неким множественным полем потребностей, в которых организм отдает предпочтение той или иной потребности.

Конечными же точками информационной шкалы выступают высоковероятное событие и маловероятные события. Высоковероятное событие предстает как нечто периодическое и циклическое, в поле которого организм проявляет автоматизмы, то есть действует инстинктивно на базе безусловнорефлекторной деятельности высшей нервной системы.

Маловероятные же события как достаточно неперидические и непредсказуемые факты реальности активизируют развитие произвольной сфере организма как диалектической системе

условных рефлексов, заставляя при этом организм учиться реагировать на внешнюю среду нетривиальным образом.

В целом существуют две антагонистические и одновременно взаимно дополнительные стратегии восприятия и освоения человеком действительности – **циклотимный** (правополушарный) и **шизотимный** (левополушарный).

Правополушарный тип (циклотимик) характеризуется доминированием нервных процессов возбуждения, что соответствует максимуму энергии, а также минимуму информации – информационной определенности событий.

Данная определенность обнаруживается, *во-первых*, потому что энергия как поле (не имеющее массы покоя и являющееся движением как мерой энергии) вездесуща, поэтому-то и события в таком вездесущем модусе как бы происходят со стопроцентной вероятностью. Их информационная емкость приближается к нулю. Таким образом, правое полушарие ориентируется на негативную энтропию, **упорядоченность**.

Во-вторых, как известно [Брагина, Доброхотова, 1988], правое полушарие функционирует с опорой на прошлое, то есть на уже прошедшие, актуализированные события, вероятность которых, таким образом, приближается к ста процентам, а информационная емкость, соответственно, к нулю.

В-третьих, правое полушарие, являясь генетически более древним, чем левое, реализует инстинктивно-непроизвольные, автоматические функции ¹¹, что, по понятным причинам, предполагает ориентацию на высоковероятные (низкоинформационные) события. Таким образом, правое полушарие организует **мотивационно-потребностный** аспект поведения.

Такая повторяемость событий дает основание говорить о **циклическом** экзистенциальном модусе правого полушария, что проявляется в циклически протекающих процессах, патологически реализующиеся в маниакально-депрессивном психозе, в котором маниакальная эйфорическая фаза (мания как раз и предполагает циклический принцип укоренения в том или ином стереотипе) сменяется депрессивной.

Левополушарный тип (шизотимик) характеризуется доминированием нервных процессов торможения, что соответствует максимуму информации и минимуму энергии – информационной неопределенности событий.

Данная неопределенность обнаруживается по целому ряду оснований.

Во-первых, потому что информация как структурно-вещественное образование как вещество (имеющее массу покоя) строго локальна, а поэтому событийна, то есть имеет событийную природу. Кроме того, вещество во Вселенной, в отличие от поля, не вездесуще, а локально, редко (занимает ничтожный процент материи Вселенной), когда информационный вес вещества стремится к бесконечности – тем более, что вещество генерируется за счет флуктуаций физического (фотонного) вакуума, что превращает вещественные образования в некий мираж (на Востоке – это *иллюзия Мая*). Таким образом, левое полушарие ориентируется на позитивную энтропию, **хаос** (который, как известно, обладает интегральными свойствами, реализуя целостность вещественных образований).

Во-вторых, как известно, левое полушарие функционирует с опорой на будущее, то есть на то, что в событийном плане еще не наступило. Таким образом, спрогнозированные события будущего в теоретическом пределе имеют информационную емкость, приближающуюся к бесконечности.

Такая событийная редкость, неопределенность, хаотизированность дает основание говорить об **атомизированно-расщепляющем** модусе левого полушария, что проявляется в шизотимной установке, которая патологически реализуется как шизофрения.

В-третьих, левое полушарие, организующее волевое усилие и регулирующее непроизвольные функции, предполагает ориентацию на низковероятные (высокоинформационные) события ¹². Таким образом, левое полушарие организует **целесолагательный** аспект поведения.

Полушарное функциональное единство реализуется в настоящем (нейтральном) временном модусе. При этом взаимодействие полушарий протекает по принципу когерентно-последовательной смены состояний возбуждения и торможения, энергии и информации, что можно понимать и как процессе энергоинформационного обмена (отдачи и приема энергии и информации).

При этом на уровне левого полушария, направленного в будущее, психические процессы реализуются в русле целесообразности, информационной избирательности, что на потребностном уровне проявляется в виде реализации доминирующей потребности.

На уровне же правого полушария, направленного в прошлое, психические процессы реализуются в интегративной событийной плоскости, что на потребностном уровне проявляется во множестве потребностей (субдоминантных потребностей в силу их неизбирательного характера).

¹¹ П.В.Симонов (1990) отмечает, что по мере превращения задачи в стереотипную деятельность начинает доминировать правое полушарие, ответственное за реализацию врожденных и приобретенных автоматизмов, в то время как левое полушарие активизируется в процессе анализа новых ситуаций и активном поиске оптимальных решений.

¹² Как показывает изучение мышления на основе принципов квантовой физики, основным свойством формального мышления, реализуемого на уровне левого полушария, является его ориентированность на анализ потенциально возможного, гипотетического. "Проявление такой ориентировки состоит в склонности человека подвергать исследованию все мыслимые возможности с помощью комбинаторного анализа переменных факторов задачи" [Цехмистро, 2002, с. 291].

Взаимодействие полушарий, таким образом, обнаруживает определенную энергоинформационную динамику, представленную на рисунке.



Рис. 9. Энергоинформационная картина полушарных взаимодействий

Правополушарный (циклотимный) тип комфортно себя чувствует в состоянии характерного для него повышенного эмоционально-энергетического тонуса, поэтому и любые неопределенные события, которые, согласно информационной теории эмоций П.В.Симонова, должны активизировать эмоции, для циклотимика (у которого эмоции уже активизированы) предстают как непроблемные, то есть их неопределенность попросту не воспринимается как актуальная. Таким образом, максимум энергии циклотимика означает минимум информации, то есть минимум событийной неопределенности. Отсюда ориентация циклотимика на событийную непроблемность, а также и возможная маниакальность поведения.

Однако в силу цикличности циклотимика рано или поздно его ожидает обеднение эмоциональных ресурсов, он вступает в депрессивную фазу пониженного эмоционально-энергетического тонуса, не характерную для данного типа. Это состояние и воспринимается как депрессия, особенно в условиях, требующих повышения эмоций (что для него трудно сделать, отсюда страдания) – в этом случае человек начинает реагировать на недостаток информации, то есть на неопределенность внешней среды. Это делает страдающего человека открытым неопределенности мира. Со временем данное состояние естественным образом сменяется на свою противоположность, что можно ускорить, если увеличить эмоционально-физические нагрузки человека. Наверно именно потому депрессия лечится лишением сна.

Данное состояние приближает депрессирующего человека к **шизотимному левополушарному** типу, который также характеризуется пониженным эмоционально-энергетическим тонусом. Однако такое состояние для шизотимика привычно. Более того, оно для него комфортно, поскольку отсутствие эмоционального возбуждения (то есть, доминирование у циклотимика процессов торможения) на фоне нормально протекающих психофизиологических процессов может восприниматься шизотимиком в русле положительных эмоций.

В силу этого шизотимик способен все события (даже и определенные) воспринимать как неопределенные, он направлен на высокоинформационные (низковероятные, редкие) события. Он открыт неопределенности, на которую эмоционально не реагирует. Что позволяет ему реагировать на эти события ментальным образом – изучать и анализировать их.

Отметим также, что в силу энергодефицита шизотимик способен получать энергию (в виде пищи, а также в процессе энергетического "вампиризма – именно поэтому шизотимик конституционально отвечает астеническому типу Э. Кречмера) и отдавать информацию – в виде волевых эманаций, что реализуется на уровне социального управления.

Для **циклотимного, правополушарного человека** мир предстает единством многообразия, когда за множеством явлений стоят единая (божественная) Сущность, единые законы и закономерности, ибо правополушарный тип ориентируется на часто протекающие события, теоретическая интерпретация которых и позволяет вычленять законы и закономерности.

Мир, таким образом, наполняется определенным смыслом, проистекающим из обобщенных структур реальности. При этом следует понимать, что смысл нечто кристаллизуется на основе способности человека сводить это нечто к более общим пространственным и временным (целевым) категориям.

Циклотимик – существо эмоциональное, энергетический донор, у которого развиты нервные процессы возбуждения, симпатика – отсюда способность к сопереживанию (эмпатии) и житейская мудрость, проистекающая из способности вставать на точку зрения других людей и не отделять внутреннее от внешнего, "Я" от не-"Я", что формирует **альтруистическую жизненную установку**.

В этом плане циклотимик настроен на принцип "справедливости для всех" и взаимодействует по принципу положительной обратной связи.

Ориентируясь на обобщенные структуры реальности, циклотимик уверенно накапливает жизненный опыт, поскольку, пребывая в эйфорической и депрессивной фазах, легко отделяет общее от частного, главное от второстепенного, дифференцируя частые и редкие события.

С другой стороны, естественный процесс отдачи энергии циклотимиком, то есть реализация его эмоциональности, приводит к снижению эмоционального тонуса. В данном случае наблюдается естественный колебательный (циклический) процесс повышения и понижения эмоционального напряжения циклотимика (интересно, что смысл слова "циклотимик" вытекает из слова "цикл", "циклический", то есть колебательный).

В данном случае циклотимик на короткое время превращается в **шизотимика**, который в силу стойко пониженного эмоционального (энергетического) тонуса настроен на восприятие мира по правилу отрицательной обратной связи, реализующей принцип "свободы для каждого".

Шизотимик в силу пониженной эмоциональности (согласно теории П. В. Симонова) ориентирован на низковероятные высокоинформационные (редкие) сигналы (события), когда даже низкоинформационные (частые) события могут превращаться для него в редкие. Поэтому такой человек как правило не отделяет частого от редкого. В итоге редкие (самые невероятные) события могут представлять для него высоковероятными (вполне возможными), в результате чего шизотимик трудно накапливает жизненный опыт, отделяющий частое от редкого, главное от второстепенного. Такая способность воспринимать редкие события наравне с частыми может сделать шизотимика шизоидным маньяком, для которого какие-то крайне редкие события могут казаться частыми, то есть могут ожидать "с минуты на минуту".

Способность комфортно воспринимать редкие высокоинформационные сигналы утверждает способность шизотимика к абстрактному мышлению, выхолащивающему конкретность мира, сводящему конкретные вещи к абстрактным категориям, что лишает этот мир целостности на уровне конкретной материальности. Такая абстрактность мира делает его относительным, а поэтому расщепленным, нежизненным, что и определяет расщепляющее мировосприятие шизотимика.

Расщепляющая позиция шизотимика формирует у него **эгоцентрическую установку**, отделяющую внутреннее от внешнего, "Я" от не-"Я". А неспособность отделять частое от редкого делает затруднительным накопление жизненного опыта, который как раз и есть свойство различать частое от редкого.

Это может приводить к различным заболеваниям, например остеохондрозу, когда шизотимик, поднимая тяжелый предмет, воспринимает его как легкий (в силу отсутствия опыта по отличию тяжелого и легкого), о чем в книге *"Видеть–предвидеть–действовать"*, пишет И. М. Фейгенберг [Журавлев, 1977; Фейгенберг, Иванников, 1978; Фейгенберг, 1986].

Эгоцентрическая установка шизотимика, которая проявляется в том числе и в стойком противостоянии "Я" и не-"Я", приводит к обеднению его энергоресурсов, к развитию установки на (энергетический, или психологический) вампиризм, что активизирует "вампирический канал" получения энергии и приводит к ослаблению естественных физиологических механизмов генерации энергии. Наверное поэтому у шизофреников фиксируется повреждение эритроцитов, функции которых связаны с генерацией энергии на основе усвоения кислорода.

Отметим также, что изучение эмоциональной сферы у людей разной типологии привело к представлению о доминировании различных эмоций у людей разных темпераментов: доминирующей эмоцией **сангвиника является радость, холерика – гнев, меланхолика – страх, тоска**, а для **флегматика наиболее характерно спокойное безэмоциональное состояние** (П. В. Симонов). Исходя из изложенного выше становится понятным, что флегматик, то есть циклотимик в депрессивной стадии, характеризуется страхом, а "спокойное безэмоциональное состояние" характеризует его в состоянии высокого эмоционально-энергетического тонуса, когда все сигналы внешней среды воспринимаются как высокочастотные, то есть не проблематичные. При этом меланхолика больше характеризует тоска, печаль.

Исходя из динамики эмоциональных состояний, можно привести такие соответствия в цепи эмоциональных состояний (**гнев – радость – страх – печаль – гнев**):

*гнев-радость (сангвиник),
радость-страх (флегматик),
страх-печаль (меланхолик),
печаль-гнев (холерик).*

В связи с этим приведем классификацию **эмоциональных состояний**:

Страсть – глубокое, интенсивное и очень устойчивое эмоциональное состояние, захватывающее человека целиком и полностью и определяющее все его помыслы, стремления и поступки.

Фрустрация – глубоко переживаемое эмоциональное состояние, возникшее под влиянием неудач, имевших место при завышенном уровне притязаний личности.

Стресс – эмоциональное состояние, внезапно возникающее у человека под влиянием экстремальной ситуации, связанной с опасностью для жизни или деятельностью, требующей большого напряжения.

Аффект – быстро возникающее и бурно протекающее кратковременное эмоциональное состояние, отрицательно влияющее на психику и поведение человека.

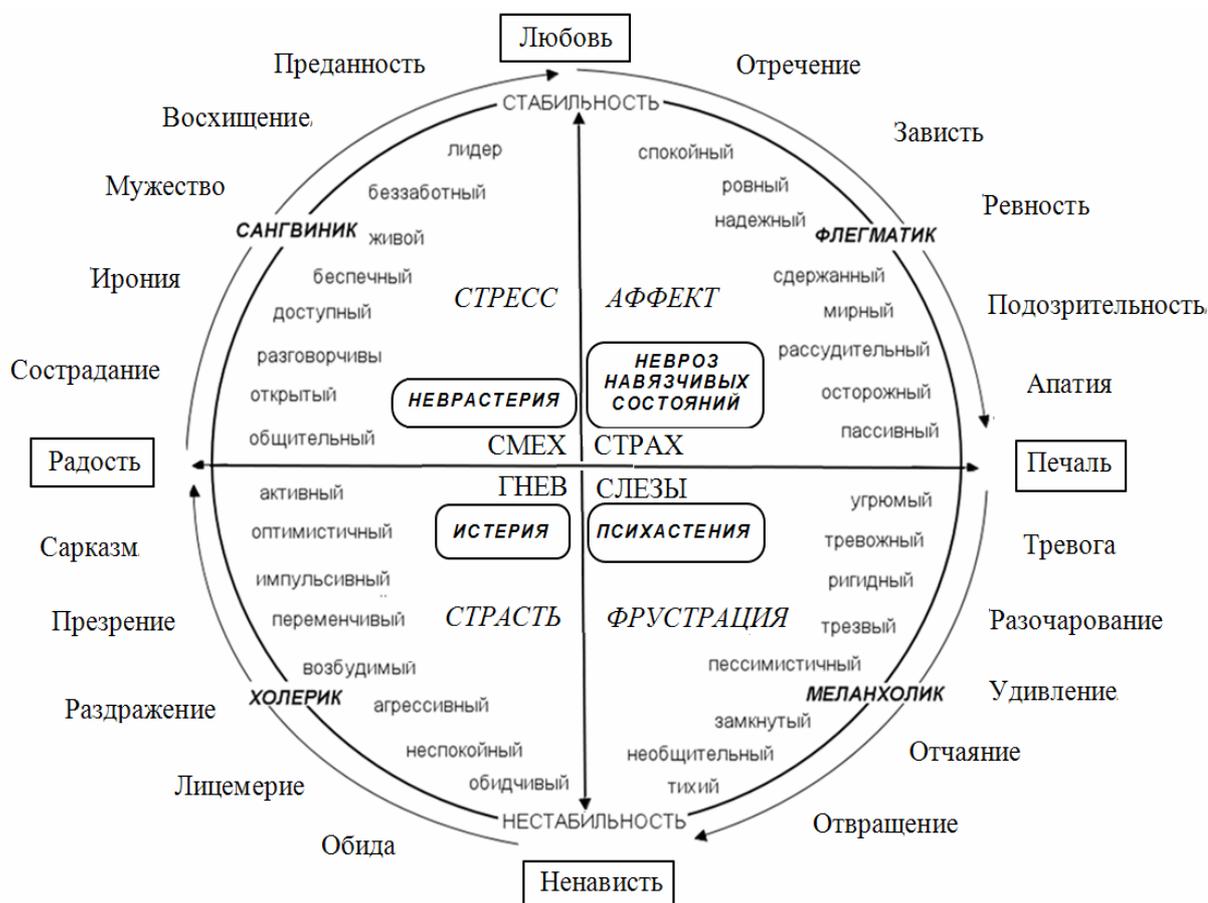


Рис. 10. Эмоциональные состояния

Изложенное выше находит подтверждение в экспериментальных данных о преимущественной роли левого полушария в генезе положительных, а правого – отрицательных эмоций, часто "безотчетных".

Важно также отметить корреляцию между функциональной межполушарной асимметрией в плане положительно-отрицательных эмоциональных состояний и доминированием альфа-ритма.

Так, как пишет В.Л. Деглин, при выключении правого полушария настроение пациента улучшается только при доминировании альфа-ритма в ЭЭГ левого полушария, равно как и ухудшение настроения при инактивации левого полушария достигается также при доминировании альфа-ритма, но уже в ЭЭГ правого полушария.

Ряд клинических наблюдений свидетельствует о различных тенденциях в нарушениях эмоциональной сферы у больных с право- или левополушарными поражениями головного мозга (Н.Н.Брагина, Т.А.Доброхотова). Так, если при поражении левого полушария у больных существенно повышается тревожность, то при правополушарных дисфункциях больные становятся беспечными и легкомысленными, что может определяться относительно жесткой связью правого полушария с потребностно-мотивационной сферой и с порождением целей, а левого – с реализацией средств для достижения целей (В.П. Симонов).

Поэтому у человека с поражением левого полушария на базе наличной потребности определяется цель, но при отсутствии средств для ее достижения прогнозируется низкая вероятность удовлетворения и возникает фрустрация и тревога; в случае же поражения правого полушария построение целей затрудняется; диапазон потребностей суживается, а средства для достижения цели при этом оказываются

в избытке, что и порождает положительно эмоциональные ощущения вплоть до эйфории. При этом левополушарный прогноз осознается и вербализуется, а правополушарный остается неосознанным, на уровне интуиции (П.В.Симонов).

Демонстрация слайдов различного эмоционального содержания отдельно в правое или левое поле зрения вызывает более быстрое реагирование правого полушария на печальные события, а левого – на радостные. То же самое имеет место при распознавании мимики грустной и радостной. При этом правое полушарие реагирует быстрее, чем левое, на эмоциональные события, независимо от знака эмоции.

9. СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ К СОЗДАНИЮ УНИВЕРСАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ПСИХОТЕРАПИИ

Современность как левополушарная сущность¹³, как определенный результат культурно-психологической сублимации правополушарных импульсов, представляется З. Фрейду обществом, репрессирующим сексуальность, К. Юнгу – рациональной эпохой, где нет места символам и ритуалам, а неофрейдистам – как нивелирующее индивидуальность индустриальное общество. К. Хорни прямо обвиняет культуру в том, что она невротизирует личность [Хорни, 1993, с. 216], а Э. Фромм описывает картину “дегуманизованного общества 2000 года” [Фромм, 1993, с. 239]. На фоне этих настроений обнаруживается тяга к медитативно-созерцательному Востоку, которая воплощается в психотерапевтическую ориенталистику, которой отдалилась такие разные личности, как К. Юнг, С.Гроф, Й. Шульц, М.Босс и другие.

Современная цивилизация так или иначе реализует модус **закрытости человека** (как левополушарное состояние), который может проявляться во фрейдовском положении о “запруде либидо” [Фрейд, 1994, с. 131], в проблеме скованности [Schultz-Henke, 1940], окаменелости как одной из форм тревоги [Laing, 1976, p. 39], в мизофобических расстройстве как результате “остановки внутреннего становления”, когда “загрязнение” может пониматься через метафору “заболачивания” [Gebattel, 1938; Wyss, 1970, s. 279], в виде “мышечного панциря” (В.Райх), “телесного зажима” [Лоуэн, 1997; Райх, 1997]. Как пишет А. И. Сосланд в одной из наиболее глубоких книг по психотерапии “*Фундаментальная структура психотерапевтического метода, или как создать свою школу в психотерапии*”, “судорожное экзистенциальное движение, натякающееся на неподатливые преграды, – вот корень невротической этиологии [Сосланд, 1999, с. 325].

С другой стороны, противоположный аспект закрытости – **открытость** (как правополушарное состояние), может пониматься как патологический процесс в психотерапевтической концепции, где речь идет об утрате идентичности, имеющей место вследствие быстрого перехода от одной внешней роли или состояния к другой [Сосланд, 1999, с. 181]. Данное состояние можно гармонизировать и подвергать терапии, помимо прочего, и благодаря методу ситуационной **транстерминации**, который основывается на изоляции пациента в одиночестве на длительное время [Карвасарский, 1985, с. 157–161]. Лечение открытых состояний можно осуществлять и **кайнотерапией**, созданной М. Абросом, что предполагает терапию новизной, которая, как утверждается, является фундаментальным стремлением человека [см. Сосланд, 1999, с. 300]. Считается, также, в XX веке, определяемом как “золотой век кайнэрастии” (М.Аброс), исчезла истерия, сопровождающаяся параличами и измененными состояниями сознания. Здесь, как полагает А.И. Сосланд, новизна выбивает почву у истерии, так как лишает ее ролевого статуса. Можно также сказать, что депрессия как правополушарное состояние (характеризующееся устремленностью в прошлое) выражает феномен “редукции антиципации” [Сосланд, 1999, с. 307], как невозможность приобщиться к новизне (левополушарному состоянию, устремляющему человека к будущему).

Закрытость А.И.Сосланд трактует и как принцип воли к власти. Как писал А. Адлер, “очень легко понять разного рода душевные побуждения, признав в качестве самой общей их предпосылки то, что они имеют перед собой цель *достижения превосходства*” [Адлер, 195, с. 27, 61–74]. В лечении патологий данного состояния может использоваться и так называемый фрустрационный метод “сведения с ума” (см. также “метод контролируемого помешательства” **психологического айкидо**), когда контакт осуществляется одновременно на двух различных уровнях отношений (официальный и интимный, например), когда наблюдаются неожиданные переключения с одной эмоциональной “длины волны” на другую и перескакивание с одной темы разговора на другую [Searles, 1965, p. 257–260].

Тут можно говорить про мышечный “панцирь”, описанный В. Райхом [Райх, 1997], который отвечает напряжением на разного рода конфликты между личностью и окружением, когда мышечные зажимы отражают характер этих конфликтов. Поэтому двигательная активность в контексте методик телесно ориентированной терапии может быть окрашена в соответствующие метафоры, когда прыжки через препятствия и поднятие тяжестей могут преподноситься пациенту как преодоление запретов или внутренних конфликтов, что, в свою очередь, может освобождать человека от мышечных зажимов, полученных в стрессорных состояниях.

В этой связи можно привести терапевтический метод лечения болью, когда на коже человека выявляются болевые зоны, воздействуя на которые удается излечить человека от определенной болезни, находящей проекцию в этих зонах: “Аристотель говорил: жизнь требует движений, – объясняет он. – Мы же пришли к более общему выводу: жизнь требует напряжений. Болезнь, воспалительный процесс – это адаптивный механизм природы, который перестраивает организм в соответствии с изменяющимися

¹³ Ее Р. Лэинг описал так: сумасшествие “является разумной реакцией на безумное социальное окружение”.

условиями окружающей среды. Эволюция идет по пути напряжений, а не по слепому, случайному отбору наиболее удачливых видов, которым вроде бы уже и не надо напрягаться..." [Дмитрук, 1989, 1991; Копылов, 1985].

Отметим, что регенерация органов в контексте одной из мало известных медицинских методик, происходит на основе постоянного изъязвления раны и ее постоянного заживления, когда постоянно поддерживается "заживляющий" тонус организма.

Лечение закрытого левополушарно-вербального состояния может использовать принципы *волапюк-терапии* [см. Сосланд, 1999, с. 332 и сл.]. Ее автор, английский лингвист и психотерапевт Джорж Серф, создатель более 30 искусственных языков. Термин "воляпюк" (от англ. *world speak* – мир говорит) был предложен немецким лингвистом А. Шлейхером для обозначения изобретенного им искусственного языка. Дж. Серф вел в Оксфорде семинары по интерлингвистике. Одна из его студенток вышла замуж и вынуждена была прервать занятия в семинарах и Оксфорде. Через некоторое время она попала в психиатрическую клинику с картиной острого психотического приступа. В клинической картине наряду с развернутым синдромом психического автоматизма существенное место занимали непонятные для врачей словесные новообразования, которые были расценены ими как типичные для шизофренического процесса неологизмы. Все современные методы лечения ее дали результатов. Когда Дж. Серф навестил свою бывшую студентку и разговаривал с ней на одном из искусственных языков, эффект оказался поразительным. Больную вскоре выписали из клиники. Она стала сотрудником терапевтической группы, сформированной Дж. Серфом. Оказалось, что употребляя придуманные языки, люди становятся веселее, контактнее. По-Серфу родной язык – язык обыденного сознания, язык повседневный, рутинный. Все беды и несчастья имеют место в контексте употребления этого языка. Постоянная тенденция, которую психиатры всех времен отмечали у душевнобольных, – это тенденция к образованию так называемых неологизмов. "Болезнь, – писал Дж. Серф, – сама проделывает над языком ту работу, которую каждому следовало бы проделывать в норме. Мы передаем наши компенсаторные языковые возможности болезни, в то время как задача заключается в том, чтобы этими возможностями овладеть". Он обратил внимание на богатство неологизмов, на разнообразие лингвистического спонтанного творчества у маленьких детей. Цитируя известное изречение М. Хайдеггера "Язык есть дом бытия", Дж. Серф использовал принцип языкового карнавала в творчестве языка. Основные моменты волапюк-терапии сводятся к следующему. Инструкция, которую получают все участники группы после краткого теоретического введения, предписывает все говорить на языке, которого в природе не существовало и который они спонтанно генерируют. Свои чувства, ощущения следует выражать только посредством слов, которых нет в природе. Каждый их участников излагает свою проблему, после чего ему задают вопросы. На родном языке может говорить только терапевт, ведущий группу. Он время от времени переходит на волапюк, включаясь во внутрigrупповую дискуссию. Котерапевт может говорить только на волапюке, оживляя и провоцируя участников группы. Жесты разрешаются. Структура формирующего волапюка может служить в качестве проективного теста. В частности выделяется четыре основных типа пациентов: глогольщики (в порождаемом ими тексте преобладают глаголы), субстантивисты (существительные), наречники, междометники.

Терапевтический эффект *волапюк-терапии* можно объяснить тем, что множество стрессорных ситуаций, в которые попадает человек, реализуются как информационный процесс¹⁴, имеющий место в состоянии активности левого вербального полушария. Поэтому многочисленные стрессы человека находят отражение в функционировании родного языка, который сопутствует человеку в его жизнедеятельности. Освобождение от диктата этого родного языка благодаря искусственным языкам – абракадабре, или же благодаря мантрам (непонятным человеку словам), может освобождать человека от стрессов. Кроме того, активизация тех аспектов языка (например, молитв, песен, стихов), с которыми у человека связаны положительные эмоции, может приводить к облегчению стрессового фона человеческого существования.

В лечении левополушарного (мужского) закрытого состояния можно использовать и так называемую *плеромотерапию* (pleroma – др. греч. полнота, завершение), способную генерировать женственное правополушарное состояние полноты, континуальности, мягкости, податливости. Данная терапия была создана Валерией Роштадт [см. Сосланд, 1999, с. 321 и сл.], которая полагает, что маскулинное экзистенциальное движение всегда носит характер некоего напора и направлено на преодоление барьеров. Маскулинное направлено на динамическое продвижение вперед, нацелено на прорыв на некоем узком участке, и в этом проявляется его фаллоцентризм. Маскулинное, согласно В. Роштадт, создает надрывы и судороги, отсюда все невротические конфликты. Как крайнюю степень маскулинного мировоззрения В. Роштадт расценила теорию *кайнотерапии* известного французского

¹⁴ Данный вывод находит подтверждение в информационной теории эмоций П. В. Симонова, согласно которой человеческие эмоции происходят из недостатка актуальной информации об окружающем мире, что связано с функцией левого вербального полушария. И если дефицит информации есть выражение ситуативной неопределенности (что порождает у человека состояние неуверенности в сегодняшнем и завтрашнем дне), то неопределенность мира как в большом, так и малом рождает эмоциональные реакции, могущие порождать фрустрации и стрессы – главный бич нашего существования, если данные стрессы приобретают хронический характер (как показали исследования, хронические стрессы приводят к преждевременному старению организма [Фролькис, 1988, с. 118]).

психотерапевта М. Арброта. Никогда еще, по ее словам, фаллоцентрический подход, устремленный в дурную бесконечность пустой новизны, не получал столь радикального выражения.

Никогда еще, по ее словам, фаллоцентрический подход, устремленный в дурную бесконечность пустой новизны, не получал столь радикального выражения. Роштадт утверждала, что подобное бессубстанциональное учение могло произрасти только на культурной почве “деградировавшей до последней степени вероятия”. Она писала: “Так называемая кайнотерапия сама по себе – тяжелый симптом болезни общества. Те, кто ее практикуют, во главе с ее создателем нуждаются в терапии намного больше, чем их пациенты”.

Необходимость агрессивного левополушарного мужского освоения мира диктует неизбежность его расщепления на отдельные фрагменты, когда нарушается принцип энергии – континуальность. Мужскому взгляду на мир, который является энергозатратным, не достает целостности, он страдает незавершенностью, отсутствием фундаментального ощущения *плеромы* (полноты). Фемининное по своей этиологии является маммацентрическим и вагиноцентрическим и это обуславливает совершенно другие взаимоотношения личности и мира. Маскулинная невротизация общества должна быть скорректирована феминизацией. Если мужское предполагает изначальную разорванность, незавершенность, то женское исходно существует в изначальной полноте. Фемининная целостность может и должна победить какие угодно разрывы и барьеры. Не имеет смысла разбираться с конкретными клиническими обстоятельствами. Все равно никто и никогда не сможет сказать, почему именно один пациент заболевает обсессивным неврозом, а другой – язвенной болезнью. Выбор пациентом симптома или синдрома не поддается терапевтическому анализу, его следует принимать как данность. Самое главное – помещение симптома в рамки некоего крупного контекста, расширение мира личности, включение пациента с его проблемами в плерому. С этой точки зрения следует пересмотреть весь объем психотерапевтического знания. К примеру, релаксация, используемая так или иначе во многих известных методах, по своей природе – фемининная практика. К сожалению, авторы-мужчины полностью извратили ее исконную сущность, придав ей характер канализированного действия. Релаксация по своей природе наделена недифференцированными, аморфными, космоподобными, океаническими, то есть специфически женскими центрами, присущими ей от природы. Не ставя перед собой задач освоения тотального психического пространства, авторы аутотренинга или разнообразных систем саморегуляции строят ее по парциально-туннельным принципам, направляя психическое движение по определенным, узким каналам. Например, рекомендуется концентрироваться на отдельных группах мышц, вызывать в воображении конкретные образные представления. Гипноз в этом смысле тоже представляет собой фаллоцентрированную практику. Вообще вся психотерапия развивается в сторону вытеснения маскулинных ударно-форсированных практик (вроде классического гипноза, протренинга Э. Кречмера и др.) фемининными попустительскими.

Психотерапия должна тем или иным путем двигаться в сторону плероматизации. Одним из важных двигателей в этом направлении может стать *метафора*. Метафора осуществляет расширение психического пространства, и в этом ее главное достоинство. Однако просто использование метафор не является достаточным. Отдельная метафора производит терапевтический прорыв только на узком участке. Действительно важным делом, осевым моментам терапии может стать только особое состояние сознания. В. Роштадт обозначила его как *метафорическое сознание*. Оно является плероматическим, расширяющим духовное, интеллектуальное, экзистенциальное пространство. Метафорическое сознание – фемининно. Выработку этого сознания В. Роштадт посвятила специальную технику.

Рабочая инструкция такова: в небольшом пространстве, скажем в кабинете, здесь и там разбросаны предметы: детские игрушки, предметы утвари, очень подходят всякие альбомы для детей, в частности детские учебники иностранных языков, где все предметы изображены крупно, наглядно, ярко. Инструкция, которая ставится перед пациентом, – это как можно быстрее спонтанно выработать какую-либо метафору по отношению к тому или иному предмету или рисунку, или группе предметов. По ходу дела терапевт поощряет пациента, давая оценки его метафорам с точки зрения их адекватности, меткости, художественности”. При этом всячески подчеркивается творчески-игровой характер работы.

Оптимальным считается такое состояние сознания, когда в ответ на предлагаемый ему стимул пациент быстро “выстреливает” зрелой красивой метафорой, причем эта метафора отличается, как сказать, высоким качеством, то есть она адекватна, спонтанна, высокохудожественна. Это состояние сопровождается некоей творческой эйфорией, раскованностью, полетом мысли. В. Роштадт утверждает, что метафорическое сознание вырабатывается у 74-86 % пациентов, причем обычно на это уходит 3-5 трехчасовых сессий.

Дальнейшее достижение состояние плеромы реализуется через флюидотерапию, в которой используются “ушаты здоровья”, или “флюидные чаны” – приспособление, представляющее собой углубление в полу, похожее на бассейн. Здесь достигается интенсивный телесный контакт всех участников лечебной процедуры.

Рассмотрим подробнее *плеромотерапию* [Сосланд, 1999, с. 322 и сл.]. Как полагает А.И. Сосланд, европейский философско-мировоззренческий дискурс складывался в новейшее время под исключительно сильным влиянием фаллоцентрического мировоззрения, каковое находит свое выражение в декартовом противопоставлении субъекта и объекта, в фихтеанском активном Я, в

трансцендентальной воле Шопенгауэра, в воле к власти Ф. Ницше, в их психологических последователях, таких, как З. Фрейд, А. Адлер, и др. Крушение системы европейских ценностей после двух мировых войн есть на самом деле крушение фаллоцентрического мировоззрения. Нет никаких сомнений в преемственности по линии Декарт – Шопенгауэр – Р. Вагнер – О. Вейнингер – Гитлер (Освенцим). Как известно, катастрофа произошла при движении европейской культуры по этому пути. Известное высказывание Т. Адорно о невозможности существования культуры после Освенцима следует перетолковывать, а именно как констатацию немислимости именно маскулинноориентированной культуры. Подавление фемининного как условие существования культуры неизбежно должно уйти в прошлое. Безусловно, это не должно быть связано с приходом так называемого матриархата как общественной формации. Самое главное – это внутренние перемены в правильном направлении у представителей обоого пола..

Вагинально- и маммоцентрическое мировоззрение предполагает картину мира с отсутствием границ, препятствий, натуги. “Если фаллоцентрическое по своей природе ограничено, напряжено и порывисто, то фемининное – упруго и плавно” (писала В. Роштадт в книге “*Универсальной фемининного*”). Маскулинное, согласно В. Роштадт, создает надрывы и судороги, отсюда все невротические конфликты. Мужское экзистенциальное движение направлено на разрыв ткани существования. Результат этого движения – пустоты и разрушения, порождающие потребность заполнять их, чинить, восстанавливать.

Наоборот, фемининное смягчает надрывы, сшивает разрывы, сглаживает швы и вводит их в русло плавного, спокойного, естественного, ненатужного движения. Женское и так несет в себе весь мир и его целостность, в то время как мужское концентрируется на парциальном. Эта парциальность компенсируется беспокойством, порождающим экзистенциально-двигательную активность. Она призвана компенсировать невозможность относиться к миру как к изначальному целому. Маскулинное движение по-фаустовски направлено в сторону гегелевской дурной бесконечности. В присутствии фемининного это бесплодное натужно-жадное фаллоцентрическое стремление выглядит кричаще нелепым и откровенно бессмысленным. Смысл путешествия Одиссея придает только многолетнее ожидание Пенелопы.

Фемининное рассматривает окружение как заведомо, аксиоматически дружественное пространство. В отличие от фаллоцентрической “хищной бдительности” маммацентрическое мировоззрение предполагает “доверие к бытию”, отсутствие желание его покорять, разрывать на куски. Женское неизменно готово принять в себя, поделиться частью своей экзистенции.

Фемининный поворот в мировоззрении связан с феноменологическим и экзистенциалистическим движением в философии. Феноменологический, а в особенности фундаментально-онтологический дискурс М. Хайдеггера покончил с противопоставлением мира и индивида, и бытие предстало в нем как лишенное внутреннего противопоставления единство. Именно маскулинно обусловленное положение дел имел в виду М. Хайдеггер, когда описывал такие модусы “мирности” мира, как заметность, навязчивость и назойливость.

Фемининное по своей природе консервативно. Оно коренится в приверженности основам, очагу, почве. Если к природным мужским стихиям относятся огонь и воздух, то к женским - твердь (земля) и вода как стихии вечности, медленной флюидности. Подлинным движением является то, что совершается медленно.

Одна из проблем новейшей истории – диффамация и форсированная депримация всего фемининного. Обустроенная “под мужчину” культурная Среда унижает женщину, пытается всячески ее принизить, лишить достоинства и свободы. Философская фенофобия новейшего времени началась, как известно, с радикально маскулинного дискурса Шопенгауэра. Начиная с рецептов обращения с женщинами в духе ницшеанского “когда идешь к женщине, не забудь взять с собой плетку”, кончая скудоумно-презрительными мифами о неспособности женщин к наукам и искусствам (название книги известного невропатолога конца XIX века П. Мебиуса “О филологическом слабоумии женщины” говорит само за себя) все маскулинноориентированные идеологии пытались оправдать фаллоцентрическое господство. Крайнюю степень такого мировоззрения воплотил в своей книге “Пол и характер” несомненно душебольной м мыслитель Отто Вейнингер, который после шумного скандального успеха своей книги покончил самоубийством. Фаллоцентрический социум всегда пытался подчинить женщину диктату собственного судорожно-беспокойного существования.

Различие в мировоззрениях дает основания для создания концепции невроза как патологии, возникающей на стыке маскулинного и фемининного. Судорожное экзистенциальное движение, натягивающееся на неподатливые преграды, – вот корень невротической этиологии. Напротив, плавное, нескованное, принимающее, обволакивающее движение – прообраз терапевтической стратегии.

Самый радикальный поворот от мужского фаллоцентрического мировоззрения совершил знаменитый немецкий социолог Фердинанд Теннис. В своей книге “*Община и общество*” (“*Gemeinschaft und Gesellschaft*”) он описал два способа организации человеческого сосуществования, основанные на различных силах. Прообразом общины является традиционная организация жизни в деревнях, прообразом общества – современная городская жизнь. Община основана на кровных, близких, сущностных связях, в то время как общество – на связях несущностных, фиктивных. В основе общины

лежит так называемая сущностная воля (Wesenswille), которая является “психологическим эквивалентом телесности”. Она воплощается в формах склонностей, привычки и памяти. В основе “общества” лежит “воля интереса” (Kurtwille), выражающаяся в формах умышленности, произвола и понятий. Община основана на сущностной воле, самости (Selbst), обладании (Besitz), основе и почве, семейном праве. Общество основано на “воле интереса”, личине (Person), состоянии, деньгах и обязательном праве. Если “сущностная воля” проявляется в наслаждении и счастье, то “воля интереса” – в корысти, тщеславии, жадности, честолюбии. Если самость является естественным органическим единством, то личина проявляет себя внешними необязательными свойствами, выступая как юридическое лицо, например.

Ф. Теннис ясно подчеркивает, что по природе своей женщина ближе к индивиду, ведомому “сущностной волей”, в то время как мужчина – к ведомому “волей интереса”. Маскулинизированная женщина, управляемая “волей интереса”, это, безусловно, “позднейший феномен”. Женщину определяет настроение, нрав, совесть (Gesinnung, Gemuet, Gewissen), в то время как мужчину – старание, обоснованность, сознательность (Bestrebung, Berechtigung, Bewusstheit). Женское определяет сферу “теплого, мягкого, влажного” и безусловно естественного.

Социология Ф. Тенниса, подчеркивает В. Роштадт, является на самом деле теорией, исключительно сподручной для психотерапевтического употребления. В самой постановке вопроса (“сущностная воля” против “воли интереса”, фемининное против маскулининого) помещается готовая терапевтическая стратегия. Маскулинизированная женщина должна быть скорректирована феминизацией. Если мужское предполагает изначальную разорванность, незавершенность, то женское исходно существует в изначальной полноте. Фемининная целостность может и должна победить какие угодно разрывы и барьеры. Не имеет смысла разбираться с конкретными клиническими обстоятельствами. Все равно никто и никогда не сможет сказать, почему именно один пациент заболевает обсессивным неврозом, а другой – язвенной болезнью. Выбор пациентом симптома или синдрома не поддается терапевтическому анализу, его следует принимать как данность. Самое главное – помещение симптома в рамки некоего крупного контекста, расширение мира личности, включение пациента с его проблемами в плерому.

С этой точки зрения следует пересмотреть весь объем психотерапевтического знания. К примеру, релаксация, используемая так или иначе во многих известных методах, по своей природе – фемининная практика. К сожалению, авторы-мужчины полностью извратили ее исконную сущность, придав ей характер канализированного действия. Релаксация по своей природе наделена недифференцированными, аморфными, космоподобными, океаническими, то есть специфически женскими центрами, присущими ей от природы. Не ставя перед собой задач освоения тотального психического пространства, авторы аутотренинга или разнообразных систем саморегуляции строят ее по парциально-туннельным принципам, направляя психическое движение по определенным, узким каналам. Например, рекомендуется концентрироваться на отдельных группах мышц, вызывать в воображении конкретные образные представления. Гипноз в этом смысле тоже представляет собой фаллоцентрированную практику. Вообще вся психотерапия развивается в сторону вытеснения маскулинизированных ударно-форсированных практик (вроде классического гипноза, протреники Э. Кречмера и др.) фемининными попустительскими.

Психотерапия должна тем или иным путем двигаться в сторону плероматизации. Одним из важных двигателей в этом направлении может стать *метафора*. Метафора осуществляет расширение психического пространства, и в этом ее главное достоинство. Однако просто использование метафор не является достаточным. Отдельная метафора производит терапевтический прорыв только на узком участке. Действительно важным делом, осевым моментам терапии может стать только особое состояние сознания. В. Роштадт обозначила его как *метафорическое сознание*. Оно является плероматическим, расширяющим духовное, интеллектуальное, экзистенциальное пространство. Метафорическое сознание – фемининно. Выработку этого сознания В. Роштадт посвятила специальную технику.

Рабочая инструкция такова: в небольшом пространстве, скажем в кабинете, здесь и там разбросаны предметы: детские игрушки, предметы утвари, очень подходят всякие альбомы для детей, в частности детские учебники иностранных языков, где все предметы изображены крупно, наглядно, ярко. Инструкция, которая ставится перед пациентом, – это как можно быстрее спонтанно выработать какую-либо метафору по отношению к тому или иному предмету или рисунку, или группе предметов. По ходу дела терапевт поощряет пациента, давая оценки его метафорам с точки зрения их адекватности, меткости, художественности”. При этом всячески подчеркивается творчески-игровой характер работы.

Оптимальным считается такое состояние сознания, когда в ответ на предлагаемый ему стимул пациент быстро “выстреливает” зрелой красивой метафорой, причем эта метафора отличается, как сказать, высоким качеством, то есть она адекватна, спонтанна, высокохудожественна. Это состояние сопровождается некоей творческой эйфорией, раскованностью, полетом мысли. В. Роштадт утверждает, что метафорическое сознание вырабатывается у 74-86 % пациентов, причем обычно на это уходит 3-5 трехчасовых сессий.

После того как достигнуто зрелое состояние метафорического сознания, пациент подготовлен к тому, чтобы работать со своими проблемами. Теперь, собственно, и начинается психотерапевтическая работа. Вначале идет метафорическое интервью, которое занимает чаще всего 2-3 сессии. Пациент

описывает свое состояние, свои проблемы с помощью быстро творимых спонтанных метафор. Вопросы, задаваемые терапевтом, тоже “метафорогенные”. Задаются вопросы не столько по ходу дела, сколько вопросы, продиктованные метафорической логикой. Например, “На что это, по-вашему похоже?” “Чему это можно уподобить?” или “Подыщите, пожалуйста, сравнение”. Примем, метафорическое внимание уделяется как состояниям, которые переживал когда-либо пациент, так и персонажам его истории.

После выработки метафорического сознания и интервью начинается основная процедура - метафорический диалогический нарратив. Эта техника заключается в совместном придумывании метафор-историй. Одна из историй описывает исходное (проблемное или патологическое) состояние пациента, вторая – желаемое (построение метафорической утопии). Клиент и терапевт ведут диалог, постоянно используя метафоры. Построение повествования происходит строго в очередь. Очень хорошо, когда сюжет отстоит как можно дальше по времени и географической дистанции, выглядит экзотическим отстраненным. Очень часто диалог строился так, что фразы, подаваемые клиентом, обрисовывают проблему, в то время как фразы терапевта эту проблему пытаются разрешить. В. Роштадт считала, что такой подход очень наивен. Например:

Пациент: Джон потерял в тот день все свои рыболовные снасти и боялся выйти из своей хижины на рыбалку, зная, что ждать ему нечего.

Терапевт: но он быстро сообразил, что может наделать удилещ из кольев, окружающих хижину, леску – из телеграфных проводов, поплавки – из шепок, и к вечеру снова ловил рыбу, как ни в чем не бывало, зная, что за проданные излишки он сможет закупить снасть лучше прежней.

Зрелый плероматерапевт никогда не должен сразу подавать спасительную метафору. Наоборот, поначалу лучше развить “мазохистский” сюжет пациента, довести историю до катастрофы, после чего подсказать пациенту выход.

По инструкции любые комментарии, имеющие отношение к сочиняемой истории, строго воспрещаются. Они откладываются на потом и становятся предметом последующего шеринга.

В. Роштадт выделяет три типа нарративного поведения пациента: творческое развитие истории, торможение развития и уход, когда пациент пытается придать сюжету нарочито нелепое продолжение.

“Метафорическое сознание, – пишет В. Роштадт, – это своего рода карнавальное сознание; ни навязчивости, ни депрессии, ни расщепления в карнавале не существовало и существовать не может”.

В. Роштадт описывает вторую технику – *флюидотерапию*. Она основана на сосем других принципах и приемах. В. Роштадт считает, что до сих пор в забвении находилось самое действенное средство для изменения состояния сознания, а именно эротика”. Здесь она оговаривается: “Мы проводим жесткую черту, отделяющую эротическое от сексуального. Это разделение полностью находится в русле идеологии нашего метода. Всякому ясно, что эротическое в большей степени женское, сексуальное же в большей степени мужское. Собственно сексуальное, как процедура, изменяющая состояние сознания, по вполне понятным причинам, не годится никуда. Это сексуальное – генитально-коитальное – является самодовлеющим делом, не оставляющим никакого пространства ни для чего другого”.

Разрабатывая флюидотерапию, В. Роштадт обращается к самым началам психотерапии, к приемам Ф. Ф. Месмера, а именно, к известному “ушату здоровья”. Это приспособление представляло собой углубление в полу, похожее на небольшой бассейн где располагались пациенты. “Интенсивный телесный контакт сразу всех участников процедуры друг с другом одновременно может быть достигнут только таким образом. Именно так все ощущают наиболее тесную причастность к происходящему”. Флюидом следует считать метафору, которая определяет общее состояние клиента. Его трудно уловить, оно повсюду в поле личности. Оно в словах и движениях, в жалобах и в разговорах. Флюид - это нечто такое, что мы определяем по выражению глаз и тембру голоса. Он может быть разреженным и упругим он может подходить данному человеку или восприниматься как нечто чуждое.

По инструкции флюидотерапии все участники групповой сессии, одетые только в тонкие прозрачные балахоны, укладываются вместе в так называемый “флюидный чан”, причем, укладываются кучей, так чтобы было тесно, сразу вступая в телесный контакт. Инструкция предписывает “медленные взаимные прикосновения, объятия с одновременным строгим запретом попыток открытого сексуального контакта и откровенных ласк”. “После – все что угодно, во время сессии – абсолютно ничего”. Сессия строится вокруг работы с проблемами отдельного пациента, который излагает их всем участникам группы. Терапевт сидит на краю чана и, направляя процесс постоянно отслеживает “перетекание флюидов”. К числу главных рабочих задач относится адекватное распределение флюида в пространстве как одного пациента, так и всей группы.

По замыслу В. Роштадт флюид есть некая тонкая телесно-духовная ткань, вроде ауры, инстинктивно улавливаемая всеми участниками действия. Ее общие характеристики – плотность, прозрачность, интенсивность. Отрицательные патологические признаки – колкость, угловатость, истончение, обглоданность, дырявость, окаменелость. Положительными же признаками следует считать пушистость, мягкость, упругость, плавность, блеск и др. Отдельные положительные и отрицательные характеристики могут улавливаться и формулироваться в зависимости от групповой реальности.

Во флюидном чану происходит “ортопедия флюида”. Это происходит по-разному. Пациенту, рассказывающему о своих проблемах, другие рассказывают что-нибудь о своих же, причем так, что этот рассказ выглядит “проясняющей метафорой” или подсказкой выхода, что оговаривается в специальной вводной инструкции. При этом важен телесный контакт – поглаживания (но никак не маскулинный силовой массаж), объятия. Участниками определяются телесные корреляты симптомов, описываемых протагонистом. Эти корреляты могут не соответствовать тем жалобам, которые он предъявляет флюидоориентированные действия, производимые в чану, начинаются с диагностики состояния флюида. Отслеживая рассказ и флюидные изменения по ходу повествования, другие участники процесса, по мере необходимости, производят такие действия, как заглаживание, продувание, впрыск, уплотнение, умягчение, или что-либо такое, что изобретателя по ходу работы. Теория плероматерии предполагает, что патологические процессы всегда приводят к возникновению определенного рода пробелов, дыр, пустот во флюидной материи психотерапия призвана заполнить эту пустоту.

Нахождение в чану, в телесной куче придает всей ситуации характер “поля интенсивности” изменение потоков этого поля и определяет в значительной степени действенность метода. Флюидотерапия в чану объединяет вербальное и невербальное, телесное и духовное. Все происходит на интимных, мягких обертонах. Основное настроение здесь – эротическая фемининная томность, когда не наблюдается никаких маскулинных резкостей, натужности, грубости не допускается под страхом отстранения от работы. Завершается все это пребывание в чану игрой в “кучу малу”, после чего, как и полагается, традиционный шеринг.

Проект В. Роштадр следует рассматривать как в высшей степени синтетический. Он, по замыслу его автора, объединяет в себе множество принципов других терапий. Как известно, плероматерапия получила большое распространение, причем известно, что пациенты-мужчины предпочитали технику метафорического сознания, а пациенты-женщины – флюидотерапию.

Можно говорить об *универсальных приемах психотерапии*, заключающиеся в активизации состоянии полушарного синтеза, обнаруживающего феномен нуля, нейтральной граничной сущности, в сфере которой и реализуется процесс гармонизации и устранения психических “излишков и недостатков”. Здесь можно говорить о мягких и жестких медитативных практиках. Одна из последних называется *танатоаналитическая экстатическая терапия (Рао-терапия)*. Она была создана в середине XX века Джаном Рао, который основывается на исследования А.Н. Веселовского. В традиционных обществах, как полагает А.Н. Веселовский, сакральное действо было синтетическим, то есть одновременно культурно-религиозным, театральным и терапевтическим. “Задача психотерапевта, – полагал Д. Рао, – восстановить единство религии (или культурного действия), терапии и искусства. Самое главное в психотерапии – это не пребывание в здесь и сейчас, как нам твердят представители многочисленных школ, а бегство из здесь и сейчас. Бегство “отсюда” есть одновременно подлинный путь к себе. Я не имею ничего общего с так называемыми эзотериками. Для меня важен человек в своей сути, к которой мы не можем прийти иначе, чем через экстаз” [см. *Сосланд, 1999, с. 315*]. “Самое важное для нас, – пишет он далее, – это переживание смерти без действительного умирания. Такой опыт помогает приручить смерть. В этой жизни мы умираем множество раз, то быстро и резко, то медленно, не замечая этого. Если мы сделаем это один раз почти по-настоящему, то избавимся от всех смертей сразу” [Сосланд, 1999, с. 315].

Групповая сессия Рао-терапии обычно начиналась с карнавално-танцевального действия, что позднее стали использовать терапевты другого известного направления, с мощной секцией ударных инструментов. Под курение благовоний, при нарастании темпа музыки все участники группы приходили в особое экстатическое состояние. Все это доходило до массовой пляски с выкриками (наподобие тех, что происходят при радении пятидесятников и хлыстов), с так называемыми глоссалиями и т.п. все это составляло только подготовительную часть танатотерапии. Самая важная процедура в рамках метода была обнаружена Джана Рао неожиданно, эмпирически, прямо во время одной экстатической сессии. Один из пациентов, придя в иступленное состояние, принялся душить другого участника группы. Поскольку все остальные были заняты своим собственным экстазом, поначалу на это никто не обратил внимания. Когда же все опомнились, то бедняга был уже без дыхания. В себя он пришел только после интенсивных реанимационных процедур. Придя в себя, он сообщил (и этот эффект оказался впоследствии устойчивым) о разительных положительных изменениях в своем состоянии. Поначалу ставя эксперименты на себе самом и своих сотрудниках, а потом все дальше и шире вводя это в практику, Джана Рао стал осуществлять процедуру, которую обозначил как “техника летального экстаза”.

Итак, летальный экстаз осуществлялся посредством длительного удушья, вводящего пациента в состояние клинической смерти, с интенсивными реанимационными процедурами после него. У танатотерапевтов первоначально возникали большие осложнения с законом, и для того, чтобы от них избавиться и получить разрешение на танатоанализ, Джана Рао обязался держать в соседней комнате реанимационную бригаду. Все, кто изъявлял желание принять курс. Должны были предварительно пройти медицинское обследование для выявления возможных противопоказаний. За все время существования танатотерапии был зафиксирован только один летальный исход, причем этот единственный, действительно умерший, попал на Рао-терапию посредством обмана. Он так хотел пройти

это популярное лечение, что скрыл от обследовавших его докторов тяжелую декомпенсированную форму сахарного диабета, фальсифицировав результаты анализа.

Сам Рао, прошедший через 400 летальных экстазов, строго запрещает повторять кому бы то ни было свой опыт только количества ради. Также он предостерегал против болезненного пристрастия к процедуре.

В ходе исследовательских работ Рао описал *технику и стадии летального странгуляционного экстаза*.

Первую стадию он обозначил как эйдетический ментизм (ментизм – скачки мыслей). Речь идет о многократно описанном феномене, когда, например, в момент казни перед жертвой быстро пронесится вся жизнь в наглядных образах. Однако. Как отмечает Рао, данный феномен встречается только у 20 % пациентов. Впоследствии он стал расценивать это как крайне благоприятный прогностический признак.

Вторая стадия – физиологическая. Как хорошо известно, в момент казни через повешение часто происходит или мочеиспускание, или дефекация, ил оргастические явления как у мужчин, так и у женщин. В некоторых культурах задержка дыхания используется как сексуально стимулирующий фактор, что достигается удушением подушкой, длительное стягивание горла петлей. Мочеиспускания и дефекация считались признаком менее благоприятным.

Третья стадия – имагинативная, или стадия переживания визуальных образов (или онейроидный театр). Она возникает на фоне полной потери сознания и заключается в том, что пациенту перед внутренним взором являются различные картины. Содержание и сюжеты этих картин могут вызвать у него различные оценки и эмоции, и это является решающим. Это могут быть живые люди, с которыми он вступает в диалог. Взаимоотношения с этими персонажами могут быть самые разные. В качестве наиболее распространенных Рао выделяет два типа. Первый тип – апекйлетический (угрожающий) тип взаимоотношений с воображаемыми персонажами, когда встретившиеся по ходу видений экстатику люди ему угрожали или преследовали. Второй тип – актиноболический (лучеиспускательный) сопровождается видениями гедонистического характера. Например, встреченный по ходу видения незнакомый старец с отчетливыми харизматическими признаками (нимб, сияние) передает свое сияние экстатику. Человек может видеть картины из прошлого.

Четвертая стадия – просветление. Все образы исчезают и перед внутренним взором пациента оказывается только светлое пустое пространство. Классификация Рао выделяет в этой стадии два типа – эфирный и туннельный. Если просветление охватывает все пространство, открывающееся перед внутренним взором, то это эфирное просветление. Если же наблюдается некий светлый туннель, окруженный более темной частью, то речь идет о туннельном типе просветления. Эфирный тип свидетельствует о просто хорошем качестве странгуляционного экстаза, сулящем избавление от соматических страданий. Туннельный же тип просветления указывает на обретение новых духовных перспектив, окружающих новый путь, который в просветленном видении и выглядит как туннель. Четвертая стадия никогда не сопровождается неприятными ощущениями, экстатики испытывают комфорт и успокоение.

Клинический опыт Рао и его сотрудников говорит о том, что если достигла только вторая стадия (физиологическая), когда пациент после пробуждения и не рассказывает о своих видениях, то процедуру следует повторить. Повторение процедур можно проводить до тех пор, пока не будут достигнуты третья и четвертая стадии.

Здесь важны *изменения, сопровождающие экстатическую терапию*.

Первый тип изменений – психосоматический, когда происходит излечение от психосоматических болезней, не носящих запущенного характера.

Второй тип изменений – психологический. Пациенты после процедуры становились намного более спокойными и уравновешенными. Они переоценивали свое отношение жизни и свой жизненный путь, меняли свои ценности. Тексты, слышанные ими в имагинативной фазе, воспринимались как откровения.

Третий тип изменений – экзистенциальный, который сопровождается изменением мировоззрения. Мир при этом воспринимается по новому, человек как бы просыпается от сна серой обыденной жизни. При этом, по словам Рао, никто и никогда после путешествия не менял своего отношения к миру в дурную сторону. Это изменение Рао обозначил как метафизическое просветление.

Четвертый тип – трансперсональный, самый немногочисленный. Здесь речь идет о том, что у людей появлялись ясновидческие и телекинетические способности, такие. Как умение читать через барьеры, предсказание будущего и т.д.

В связи с этим рассмотрим *трансперсональную терапию Ст. Грофа*, которая позволяет вводить человека в особые измененные состояния сознания, названные трансперсональными, так как они позволяют трансцендировать (преодолевать) рамки пространства и времени нашего феноменального мира. Данные состояния могут возникать спонтанно в результате стрессов, потрясений. Ст. Гроф на протяжении 40 лет изучал измененные состояния сознания, вызываемые психоделиками (наркотиками). Затем он изобрел свой метод инициирования измененных состояний, базирующийся на изучении религиозного опыта постижения Высшей реальности. Данный метод был назван голотропным дыханием, то есть форсированным дыханием, совершаемым в наиболее быстром темпе под особую ритмичную

психоделическую музыку. В результате того, что через некоторое время (сеанс голотропного дыхания может продолжаться до 3–4 часов) биологическое время человека ускорится в результате ускорения органических процессов, вызванных быстрым дыханием, а также в результате достижения состояния самогипноза, человек все более погружается, регрессирует вглубь своей жизни вплоть до рождения и ниже, переживая ее как бы заново. В процессе такого переживания все стрессы, все негативные моменты человеческой жизни получают повторную актуализацию, что приводит к освобождению от них. Дело в том, что человек существует в спектре различных временных измерений. Пребывание в утробе матери характеризуется очень быстрым протеканием физиологических процессов: порез на коже эмбриона заживает в течение считанных секунд. Потом скорость протекания физиологических процессов, определяемых характер биологического времени организма, замедляется. Основная характеристика жизни человека – стрессогенность. То есть человек постоянно попадает в те или иные стрессорные ситуации, которые можно охарактеризовать как неотреагированности. Они остаются глубоко под спудом человеческой психики и высвобождаются, актуализируются при соответствующих условиях, когда происходит совпадение скоростных интервалов биологического времени человека. Голотропная терапия позволяет ускорять биологическое время человека и регрессировать его в прошлое, прочерчивая всю его прошедшую жизнь. Многие стрессогенные ситуации переживаются заново в осознанном режиме, когда левополушарное состояние осознания “соприкасается” и нейтрализует правополушарное состояние, характерное для стресса. Происходит взаимная аннигиляция правого и левого аспектов человека, что сопровождается терапевтическим эффектом.

Трансперсональное состояние сознания позволяет нам не только получить доступ ко всем уголкам своей жизни в прошедшем и зачастую в будущем, но и преодолеть пространственно-временные ограничения нашего обыденного сознания. Созданное Ст. Грофом направление изучения человека и Вселенной является научным и в целом принято психологами и психиатрами.

Трансперсональные переживания обладают зачастую характеристиками, заставляющими сомневаться в большинстве фундаментальных предпосылок материалистической науки и механистического мировоззрения. Любое непредвзятое изучение трансперсональной области психики приводит к заключению, что эти наблюдения представляют собой серьезный вызов ньютоно-картезианской (классической) парадигме западной науки. Люди, пережившие эпизоды пребывания в утробе или зачатия, элементы сознания тканей, органов или клеток, приобретают при этом с точки зрения медицины сведения относительно анатомии, физиологии и биохимии соответствующих процессов. Переживания воспоминаний предков, опыта расового и коллективного бессознательного, прошлых воплощений также часто содержат точные детали архитектуры, одежды, оружия, искусства, социальной структуры и религиозной практики соответствующих культур и периодов или даже сведения о конкретных исторических событиях. Люди, переживающие филогенетические эпизоды или отождествление с существующими формами жизни, находят их не только подлинными и убедительными, но также получают много сведений относительно психологии животных, этологии, их специфических привычек и особенностей репродуктивного цикла. В некоторых случаях это сопровождается архаической мышечной инервацией, не характерной для человека, или даже сложными действиями, такими, как исполнение брачного танца.

Люди, переживающие эпизоды отождествления с растениями или их частями, часто сообщают важные сведения о происходящих в них процессах – прорастании семян, фотосинтезе в листьях, роли ауксина для роста, обмена воды и минералов в корневой системе, об опылении. Часто встречается и убедительное чувство сознательного отождествления с неживой материей или неорганическими процессами – водой в океане, огнем, молнией, деятельностью вулканов, ураганами; с золотом, алмазами, гранитом и даже со звездами, галактиками, атомами и молекулами. Такого рода переживания тоже могут иногда приносить точную информацию о различных природных процессах.

Особая категория трансперсональных переживаний – телепатия, парапсихологическая диагностика, ясновидение, яснослышание, предвидение будущего, психометрия, внетелесные переживания и др. становится предметом экспериментальных исследований. Это единственный тип трансперсональных феноменов, который обсуждается в академических кругах, хотя, к сожалению, с немалой долей предубежденности.

Философские трудности еще более усугубляются тем, что в необычных состояниях сознания отображение материального мира переплетается с содержанием, которое с точки зрения западного человека не принадлежит объективной реальности. Можно упомянуть здесь юнговские архетипы – мир божеств, демонов, демиургов, героев, наделенных сверхчеловеческими способностями, и сложные мифологические, легендарные эпизоды. Однако даже такие переживания могут давать точную информацию о религиозном символизме, фольклоре и мифологических структурах в различных культурах, ранее неизвестных человеку.

Существование и природа трансперсональных переживаний нарушают некоторые наиболее фундаментальные предположения механистической науки. Они требуют признания таких кажущихся абсурдными представлений, как относительность и условность всех физических границ, непространственные связи Вселенной, коммуникация посредством неизвестных средств и каналов, память без материального субстрата, нелинейность времени, сознание, связанное со всеми живыми

организмами, в том числе с низшими животными, растениями, одноклеточными и вирусами, и даже неорганической материей.

Многие трансперсональные переживания включают недоступные непосредственно органам чувств человека события макрокосма и микрокосма или периодов, предшествующих возникновению Солнечной системы, формированию Земли, появлению живых организмов, развитию центральной нервной системы, появлению *Homo sapiens*. Все это ясно указывает на то, что каким-то необъяснимым пока образом сознание человека содержит информацию обо всей Вселенной, или обо всем существовании. Человек обладает потенциальным эмпирическим доступом к любой ее части и в некотором смысле является всей космической сетью, будучи одновременно ничтожно малой ее частью, отдельным и незначительным биологическим существом.

10. УНИВЕРСАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПИИ

10.1. ГРАНИЦА КАК ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЙ ФЕНОМЕН И СМЫСЛ БЫТИЯ ЧЕЛОВЕКА И МИРА

Поскольку универсальной структурой (моделью) человека и мира может считаться *философская модель реальности*, в основе которой лежит принцип дифференциации на внутреннее и внешнее (Я и не-Я, человек и мир, субъект и объект), совершаемой при помощи *границы* (их отделяющей и одновременно соединяющей), – постольку любая познавательная проблема, в том числе и проблема обоснования универсальной психотерапевтической парадигмы, должна решаться в контексте представленной выше философской модели реальности.

Центральным и регулятивным компонентом этой триадной модели (внутреннее – граница – внешнее) выступает принцип границы.

Граница имеет *парадоксальное содержание*, ибо невозможно сказать определенно, какому из двух полярных членов триады она принадлежит – первому, второму, им обоим одновременно, либо ни тому, ни другому (А.Ф.Лосев [Лосев, 1983]). В гештальттерапии данный парадокс реализуется в соотношении *фона и фигуры* (феномен Е.Рубина), когда невозможно сказать, чему принадлежит граница – предмету или фону.

В силу такой *универсальной природы* граница (а в более общем понимании – любое граничное явление) есть категория, отражающая целостность, связь, отношение, которое, как полагал А.И.Уемов, составляет предметы из элементов [Уемов, 1963]: как писал Гегель, конечность в том и заключается, что именно благодаря границе предмет может соотноситься с другим предметом.

Граница как сфера связи и взаимодействия субъекта и объекта (которые воплощают два любых взаимодействующих противоположных начала) имеет парадоксальное содержание, ибо она может принадлежать:

- 1) как объекту,
- 2) так и субъекту,
- 3) первому и последнему одновременно,
- 4) ни тому, ни другому.

Эти четыре альтернативы индийской и буддистской логики в буддизме отождествляются с четырьмя уровнями постижения реальности человеком: "На первой и второй стадиях иллюзию преодолевает соответственно субъект и объект... На третьей стадии отбрасываются и субъект, и объект, но различие между ними все еще остается. Этот уровень отрицания относится к состоянию сознания в предельно напряженном созерцании. Только на четвертой стадии достигается отсутствие всех противопоставлений субъекта и объекта. Реальность осознана в ее окончательном единстве" [Дюмулен, 1994, с. 142, с. 234–235].

Граница как нейтральный парадоксальный элемент выступает системоформирующей креативной сущностью бытия и соотносится главной характеристикой мышления (полагающегося в основе *Homo sapiens*) – дипластией.

Способность человека видеть противоречия и оперировать ими означает его открытость парадоксу, хаосу, абсурду, что реализуется в фундаментальном свойстве психики – дипластии (способность человека соединять противоположные когнитивно-эмоциональные состояния¹⁵). Состояние дипластии в аспекте познавательных процессов моделируется при помощи ориентальной (буддистской или индийской) логики четырех альтернатив, где в сфере отношений логических терминов утверждения и отрицания обнаруживаются **четыре логически равнозначные альтернативы**:

- 1) либо *утверждение*;
- 2) либо *отрицание*;
- 3) *и то, и другое одновременно*;
- 4) *ни то, ни другое*. [Урманцев, 1993; Дюмулен, 1994, с. 234; Игноллс, 1975].

¹⁵ В мышлении человека главным аспектом выступает *дипластия* – присущий только человеческому сознанию феномен отождествления двух элементов, которые одновременно исключают друг друга [Брагина, Доброхотова, 1988, с. 10], что проявляется в таких психологических феноменах, как энантиосемия (двойственность, парадоксальность смыслов), "операциональная интеграция" [Горелов, 1987, с. 79; Петров, 1982], бисоциация (или бисоциациативность, которая, в отличие от ассоциативности, является способностью человека к созданию абсолютно новых, нетривиальных связей; это соединение того, что никогда еще не было соединено через интеграцию нескольких элементов и формирование из них новой целостности), что реализуется в таких языковых фигурах, как, например, оксиморон – "живой мертвец", "сильная слабость", "гениальная тупость" и др.

Человек, владеющий логикой четырех альтернатив, на вопрос, требующий однозначного ответа, даст четыре. Так, например, если мы зададим такому человеку основной вопрос философии о первичности материи или сознания, то можем услышать четыре равнозначных ответа:

- 1) с одной стороны, материя первична,
- 2) с другой – сознание;
- 3) кроме того, и материя, сознание одновременно первичны;
- 4) однако, может быть, что ни материя, ни сознание являются первичными.

Таким образом, можно говорить о двух "уровнях" дипластии, когда на первом уровне сознание и психика человека способны удержать в единстве две противоположности (3. и то, и другое), а на втором – удерживаются не только каждая из противоположностей в отдельности (1. утверждение + 2. отрицание), но также каждая из них, говоря философским языком, снимается (4. ни то, ни другое).

Как видим, второй уровень дипластии – есть воплощение дипластии в наиболее полном виде, что позволяет человеку мыслить не только парадоксально-многозначным, но и одновременно – абстрактно-логическим однозначным образом, проводя дифференциации и различия, фиксируя причинно-следственные зависимости.

В плане четырех альтернатив можно говорить о четырех состояниях организма в сфере границы с внешней средой, о которых пишет творец гештальттерапии, Ф. Перлз, который утверждает, что обнаруживается *процесс постоянного давления на границу* как со стороны организма, так и среды:

- 1) проекция – прорыв границы изнутри, когда внутренние представления перемещаются на внешние объекты,
- 2) при интроекции происходит все наоборот;
- 3) конфлюэнция предполагает открытость границы,
- 4) а дефлексия – отгороженность от мира, когда границы закрыты [Перлз, 1997].

Таким образом, работа с границей (пограничными ситуациями) оказывается основополагающей психотерапевтической стратегией, которая в данном случае предполагает актуализацию *границного промежуточного медитативного состояния*, которое в силу своего нейтрального гармонизирующего статуса решает все проблемы психотерапии¹⁶.

В конкретно-научном аспекте данное граничное состояние получает детальную разработку на уровне концепции функциональной асимметрии полушарий головного мозга человека.

10.2. ИНТЕРПРЕТАЦИЯ УНИВЕРСАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ НА УРОВНЕ КОНЦЕПЦИИ ФАМ

Существуют три способа, или уровня, отражения и освоения человеком действительности:

- 1) конкретно-чувственный, эмоционально-образный, правополушарный, "открытый";
- 2) абстрактно-логический, теоретический, левополушарный, "закрытый";
- 3) парадоксально-медитативный, сочетающий первые два способа (энцефалографические исследования показывают, что в медитативном состоянии – "промежуточном" между сном и бодрствованием – полушария мозга, выступающие в обычном состоянии по отношению друг к другу, в известном смысле, функциональными антагонистами, функционально взаимно согласуются), когда в одном индивиде сочетаются две полярные стратегии отражения и освоения действительности – художественная и мыслительная. Здесь человек предстает гармонической личностью,

¹⁶ "Как обычно регулируется *протекание психической жизни*? Тревога, с которой сталкивается субъект, может быть переработана либо через изменение поведения, когда психическое возбуждение получает больше поддержки за счет расширения зоны осознания, либо с помощью психических защит, которые зону осознания сужают и тем самым подавляют тревогу. На невротическом уровне развития психические защиты реализуются через смысловую, то есть символическую сферу. Например, мы вытесняем то, что оказывается неприемлемым или объясняем то, что не имеет объяснения. Если высшие психические защиты невротического регистра не справляются, тогда им на помощь приходят защиты более грубого порядка, которые имеют дело с несимволизированным аффектом. Эти примитивные защиты являются последней линией обороны перед тем, как личность погрузится в состояние первобытного аффективного хаоса, из которого она появилась. Травматическое событие, таким образом, оказывается той ужасной катастрофой, которая ставит личность перед возможностью глубокого регресса, вплоть до состояния психической дезорганизации. Травма пробивает личностную организацию насквозь, это событие высочайшей интенсивности, которое невозможно переработать силами невротических защит, которое превосходит ресурсы символизации. Травма в психическом измерении представлена несимволизированным аффектом, который можно остановить только с помощью *пограничных реакций*. В противном случае регрессия может дойти до шизоидного уровня, на котором единственным действующим "механизмом защиты" является отказ от жизни, то есть психическая смерть. Чтобы этого не происходило, травматический аффект должен быть изолирован от самости с помощью расщепления". – М.Г. Пестов ("Психологическая газета, 11.07.2017).

характеризующейся балансом противоположностей, а отсюда – колоссальной мощью, ибо, как отмечает П. Вайнцвайг, *гармония как баланс противоположностей несет в себе огромное напряжение, а поэтому и колоссальную мощь* [Вайнцвайг, 1990, с. 35].

С позиции парадоксального миропонимания, претендующего на отражение полноты Истины как “единства противоположностей” (С. Б. Церетели), мир открывается как подлинная и одновременно парадоксальная сущность, интегрирующая такие дихотомические категории, как единое и множественное, однозначное и многозначное, конкретное и абстрактное, чувственно-экспрессивное и абстрактно-теоретическое, экстравертированное и интравертированное, простое и сложное, субъективное и объективное, потенциально-возможное и актуально-действительное... не дифференцируются.

Первый уровень постижения бытия есть уровень художественного мирозерцания, свойственного не только художникам, но и дикарям, детям. С позиции данного уровня мир постигается и осваивается многозначно и симультанно, как некое конкретно-чувственное целое, отражается прямо, непосредственно, метафорически, наивно, упрощенно и многозначно, в духе полного доверия и *открытости*, с позиции “здесь и теперь”, динамически, континуально-непрерывным образом, религиозно-мифологически [Пучинская, 1996], сакрально-ритуальным способом, в русле всеобъемлющей “космической симпатии” древнегреческих философов, эмпатически, когда человек сливается со средой своего существования, а субъект и объект познания приводятся к единству, обнаруживая принцип альтруизма – идеологию приспособления к миру посредством изменения самого себя. С позиции такого чувственно-художественного восприятия мира вся жизнь человека сакрализуется, утрачивается принципиальное различие между поступками и ритуальными действиями, а мир представляется в виде некой сверхценной сущности.

Второй уровень постижения бытия — уровень мыслительно-рационального миропонимания, свойственный ученому, взрослому человеку, нашему современнику и характеризующийся рационально-прагматическим, опосредованным, инструментально-манипуляционным, однозначным подходом к рассмотрению феноменов действительности. С позиции данного уровня мир отражается и осваивается дискретно-множественным, дискурсивно-концептуальным, схематичным, мертвенным образом как некое множество, отражается непрямо, опосредовано, сложно, в духе скептической рефлексии, *закрытости*, статичности, научно-теоретически, банально-обыденным образом, в русле атомизированного, дробящего все на отдельные элементы анализа, что позволяет человеку выделиться из среды своего существования и кристаллизироваться в изолированную, личностно-индивидуальную сущность, разводящую субъект и объект познания по полюсам, отражающую мир принципиально биполярно-антиномическим способом, обнаруживая принцип эгоизма и возможность приспособливаться к среде путем ее изменения, путем волеизъявления как способности совершать выбор во множественно-дискретном мире, который предстает в виде схематичного набора онтологических сущностей, приведенных к выхолощено-абстрактным формам, познаваемым принципиально опосредовано.

Третий уровень постижения бытия представляет собой парадоксальное единство первых двух уровней, когда мир оказывается столь же многозначным, сколь и однозначным, столь же чувственно выражаемым, сколь и умопостижимым, столь же единым, сколь и множественным, как абстрактным, так и конкретным, одинаково реальным и нереальным, иллюзорным. Словом, *здесь мир воспринимается и осваивается парадоксальным образом в духе творческого, просветленно-эвристического миропонимания.*

Философский принцип единства мира позволяет нам заключить что, подобно тому, как развитие Вселенной идет от полевого плана (микромиира) к вещественному плану (макромиру), а от него – к их синтезу и выходу в область парадоксально-интегрального бытия (жизни) как единства энтропийной и неэнтропийной тенденций развития Вселенной, так и эволюция человека в онто- и филогенезе идет от правополушарного психического модуса (преломленного в рамках художественного, гиперстенического, циклотимного конституционального типа) к левополушарному (преломленному в рамках мыслительного, астенического, шизотимного конституционального типа), а от него – к их синтезу.

Отметим, что при значительном функциональном преобладании правого полушария человек воспринимает мир с полным доверием, в духе мистико-религиозного, мифологического мирозерцания; кроме того, в состоянии гипнотического транса активно правое полушарие [Каструбин, 1995], которое активно и в состоянии сна со сновидениями [Голубева, 1980, с. 44-53, 138; Красноперов, Панченко, 1991, с. 15]. Таким образом, есть все основания утверждать, что в состоянии гипнотического транса и быстрого сна активно правое, континуально-целостное полушарие головного мозга человека [Херсонский, 1991, с. 23-24]. При этом парадоксальная фаза сна (сна со сновидениями) актуализируется под знаком полового возбуждения [Psychology: The Science of Behaviour, p. 430], поскольку в состоянии быстрого сна имеет место активизация половой функции человека [Лаберж, 1996].

Поэтому психоаналитический подход имеет рациональное зерно: *если развитие человека идет от правого полушария к левому, то это означает, что человек при этом освобождается от уз актуальной данности, от сексуальности, эмоциональности и сомнамбулизма, когда возможность начинает доминировать над данностью, а человеческое существо при этом попадает в тенета дискретно-изолирующего левополушарного видения мира.*

Итак, человек начинает свой жизненный путь как правополушарное, созерцательное, “женское”, “открытое” существо, существующее в модусе “здесь и теперь” и принимая мир таким, каков он есть в соответствии с “принципом реальности”, который мы находим как у З. Фрейда, так и Ж. Пиаже. Потом человек возрастает до уровня “мужской” левополушарной рефлексии, что позволяет проложить границу между внутренним и внешним, на которой и строится “Я” как нечто автономно-дискретное, определенное, граничное и принципиально “закрытое”.

Открытость позволяет существовать в плане целостно-континуального, энерго-полевого, циклопричинного, динамичного, вечного, многозначно-парадоксального женственного космоса, формы которого характеризуются слитностью, непрерывностью, взаимным проникновением и отсутствием торжества суверенно-автономного, эгоцентрического начала. В человеческом организме этому модусу соответствуют подсознательные (бессознательные) правополушарные механизмы психики, доминирование которых характерно в той или иной степени для животного, дикаря, ребенка, мистика, юродивого, сомнамбулы, медиума, лица, находящегося в гипнотическом трансе, человека с пассивной жизненной позицией, приспособляющегося к внешней среде, отражающего и осваивающего мир в духе положительной обратной связи. В патологическом выражении этот модус дает нам мазохиста, а также человека, страдающего циклическими (“циклопричинными”) неврозами (в частности, маниакально-депрессивным психозом), эмоционально-лабильное существо с развитой первой сигнальной системой, способное сопереживать душевным движениям других людей, направленное на создание сверхценного образа или идеи, стремящееся тотализовать мир в виде единого сверхпринципа.

Закрытость предполагает существование в дискретно-атомарном, вещественно-информационном (информация – функция управления), манипулятивно-множественном, линейно-причинном, статическом, хрональном, однозначном космосе, который Н. О. Лосский назвал “психоматериальным царством вещественно непроницаемых форм”, характеризующихся дискретностью, изолированностью, ограниченностью, определенностью, принципом индивидуализма, способностью к взаимной манипуляции и волеполаганию, к выражению своего эгоцентрично-суверенного начала, к существованию в духе отрицательной обратной связи. В человеческом организме этому модусу соответствует сознательный левополушарный механизм психической активности, который характерен для интеллектуальных существ с активной жизненной позицией, приспособляющих внешнюю среду к своим желаниям. В патологическом выражении этот модус дает нам садиста, а также человека, страдающего шизофренией (“расщепленностью”, “множественностью” психики) – холодно-отстраненного, эмоционально-тупого существа с развитой второй сигнальной системой, стремящегося все классифицировать, детализировать, концептуализировать, схематизировать¹⁷.

Как видим, в целом эволюция человека и космоса в целом начинается от некоего “нейтрального” центра по пути расщепления его на правый и левый модусы (состояния открытости и закрытости), причем, левый модус представлен как потенциально-возможный, а правый – как актуально-действительный, как актуальная данность. Дальнейшее развитие идет от правого к левому, от “здесь и теперь” к осознанию будущего и способности предвосхищать будущее на основе аналитической рефлексии, присущей левому модусу, развитие которого в конечном итоге приводит к синтезу правого и левого.

Для того, чтобы достичь состояния этого синтеза правого и левого, необходимо левый, сознательный аспект привести в лоно правого, то есть трансформировать абстрактно-логические, опосредовано-однозначные, разорванные, дискретные схемы в многозначно-парадоксальный космос смысла. Данная схема находит свое отражение в динамике двух относительно противоположных сторон жизнедеятельности человека – *состояний сна и бодрствования*, которые диалектически переходят друг до друга и в целом коррелируют с активностью правого и левого полушария головного мозга человека [Красноперов, Панченко, 1991, с. 15].

Можно сказать, что *состояние бодрствования* в основном регулируется “доминантным” левым полушарием, организующим волевое усилие [Немчин, 1983, с. 78-80] и обеспечивающим реализацию произвольного, второсигнального аспекта человека, соотносящегося с его сознанием.

Правое полушарие, будучи генетически древнее левого, в состоянии бодрствования

¹⁷ “Взгляните на историю, подумайте о всех тех народах и цивилизациях, которые постигла гибель в период их самого бурного расцвета, на вершине достижений рассудка! Их не смогли спасти никакие обширные и достославные знания. Они были погублены деятельностью своего собственного рассудка, плоды которой были везде одними и теми же: бездуховность и ее материальное проявление – безнравственность, бесстыдство и распушенность в самом разнообразном обличье”. Только деятельностью рассудка, неспособного к постижению чужеродного ему Духовного естества, можно объяснить столь долгое и упорное неверие древних и новых народов, испытывающих постоянную нужду в материализации атрибутов Божественного: сначала это были деревянные и каменные идолы, золотые тельцы, позже – всевозможные изобразительные средства (живописи, скульптуры и архитектуры), взывание к Богу “явить Свой лик”, оживить мертвого, послать ангела и т.д. и т.п. Не в этом ли все существо рассудочной деятельности человека! Диктат телесного (мозга), за который мы сейчас так больно и тяжело расплачиваемся. Не это ли – ядовитая поросль Сатаны, лишившего человека познания через Дух, преградившего ему путь к Богу?! Вот вам и “явный враг” человека, о котором предупреждает Коран” [Коран, прим. к Суре 12 № 870, с. 710]; С.И. Сухонос (“Вечная душа: Пять вопросов к мировым религиям”, 2007, с. 11).

функционирует как диалектический антагонист левого, обнаруживая разворачивание биоритмической активности организма. В *состоянии сна* организм переходит в сферу непровольной, первосигнальной, подсознательной регуляции, при этом тут также обнаруживается функциональное обращение полушарий, когда “медленный сон” “регулируется” левым, а быстрый – правым полушарием [Голубева, 1980, с. 44-50, 138; Херсонский, 1991, с. 23-24].

Эти факты помогают углубить понимание психотерапевтической (и в целом витальной) роли полушарной динамики. В состоянии бодрствования человек, как в основном левополушарная сущность, формирует (воспринимает и конструирует) множественно-дискретную, линейно-причинную реальность, где каждый предмет отражается как опосредованный другими. Здесь человек предстает как расщепленное, множественное, противоречивое существо, как относительно неинтегрированный набор психосоматических состояний (которые часто не согласованы функционально), как индивид, характеризующийся состоянием “фундаментального неотреагирования”. То есть, выражаясь языком психоанализа, можно сказать, что здесь человек реализуется как конгломерат неотреагированностей – обрывочных незавершенных реакций, “вытесненных” в сферу бессознательного, континуальная природа которого позволяет “сжимать”, “складировать” линейные цепи отдельных реакций в целостно-циклическую упорядоченную психосферу. В дальнейшем, “сжатые неотреагированности” (“фрустрированная эмоциональная энергия”, “энграммы мозга” и др.) обнаруживают тенденцию к самопогашению в виде неадекватных реакций, некоторые из которых могут принимать вид творчества, а также формировать ценностные структуры.

Итак, левое полушарие, которое, в известной мере, доминирует в состоянии бодрствования, воспринимает мир знаково-символическим образом, а мир при этом представляется как во многом асимметричная, множественная сущность. Вот почему принципиальным психотерапевтическим “заданием” человека является сенсогенное (смыслонесущее) осознание и интеграция разрозненных элементов жизненного опыта, приведение их в синергетическое (целостное, энергоизбыточное, негэнтропийное) состояние, вне которого человек предстает как энергонедостаточное, энтропийное, неупорядоченное, расщепленное существо, испытывающее потребность в психотерапевтическом вмешательстве, главная лечебная идеология которого состоит в формировании условий для построения психосоматической целостности через *сенсогенную* (смыслонесущую) интеграцию стрессорных факторов, приведение знаково-вербальных моментов человека (отражающих соответствующий уровень дезинтеграции психики) к общему нейролингвистическому “знаменателю” [Бендлер, Гриндер, 1993].

То есть, множественно-символический, контрастно-дихотомический, противоречиво-антиномический левополушарный дух бодрственного состояния приводит к формированию противоречивых психологических состояний и установок, которые должны быть интегрированы в психосоматическое и ментальное единство путем гармонизации множественно-символического базиса человеческой психики, который можно назвать сознанием. ***Процесс этой гармонизации осуществляется через формирование цельного (парадоксального, нейтрального) мировоззрения человека, через интеграцию образов и идей, мыслей и действий, убеждений и поведения, сознания и подсознания.***

Таким образом, состояние бодрствования, где царит дух принципиального взаимного опосредования предметов и явлений (где все предстает в виде набора несвязанных до конца, незавершенных фрагментов и процессов действительности, до конца не осознанных и непонятных событий, линейно-энтропически незавершенных психических состояний) способствует развитию негармоничных, энергонедостаточных психосоматических состояний, которые “выравниваются” в фазе “быстрого сна” (сна со сновидениями), когда активно правое полушарие, выступающего психологическим базисом подсознательного и отражающего мир принципиально целостно – в функциональной сфере правого полушария мир предстает как нечто единое, а стрессорно-антагонистические состояния психики приводятся к гармонии, что и проявляется в форме сновидений, которые иллюстрируют сам процесс этого приведения (об интегративно-синтетической роли сна см.: [Crick, Mitchison, 1983; Hobson, McCarley, 1977]), когда отдельные звенья нашего дневного опыта начинают связываться нелогичным, циклопричинным, парадоксальным сновидческим образом, что иллюстрируется высказыванием И. М. Сеченова о сновидении как о “небывалой комбинации бывалых впечатлений”.

Здесь человек превращается в циклопричинную, энергоизбыточную, негэнтропийную сущность, обнаруживая феномен энергетической “подпитки”, “подзарядки”, а также психокоррекции, что имеет место не только в состоянии быстрого, но и медленного сна, где, как свидетельствуют некоторые исследования, человек не видит снов, но у него включаются “логические операции”, которые направлены на логико-символическое “согласование” фактов действительности.

Необходимо отметить, что “задания обучения, которые требуют значительной концентрации различных способностей (во время учебы, например), приводят к увеличению продолжительности “быстрого сна” [Лаберж, 1996, с. 216], что доказывает, что сон со сновидениями играет интегративную роль, связанную с механизмом “перепрограммирования мозга, направленного на разрушение границ между конфликтующими функциями” [Greenberg, Pearlman, 1974], то есть с механизмом, направленным на обеспечение взаимодействия сознания и подсознания [Лаберж, 1996].

Существуют данные, согласно которым здоровые люди видят сновидения (когда активно правое полушарие) в течение 54-76% всего периода сна, больные – примерно в 87-100% [Конечный, Боухал, 1983, с. 125].

Известен такой пример восстановления сил: один человек не нуждается во сне, так как способен восстанавливать силы посредством процедуры, заключающейся в том, что раз в сутки на два часа он погружает себя в просоночное медитативное состояние, в котором на своем внутреннем экране создает различные цветные спонтанные образы, то есть, по сути, видит осознанные сновидения. Это позволяет ему генерировать энергию и гармонизировать свою дневную жизненную активность.

Наши исследования также показывают, что если в течение дня человек был погружен преимущественно в автоматический режим жизнедеятельности, не требующий от него принятия решений и не активизирующий его индивидуально-личностный (левополушарный) модус, то количество сновидений у такого человека очень мало.

Как видим, правое полушарие выполняет роль негэнтропийного (антиэнтропийного) механизма, восстанавливающего энергию, когда, как показали современные исследования, сон со сновидениями¹⁸ выполняет роль *настройщика внутренних органов человека*, когда активна зрительная область мозга, а быстрый сон при этом имеет много общего с гипнотическим трансом.

Повторим, что в состоянии сна со сновидениями человек, во-первых, ощущает половое возбуждение, во-вторых, правое полушарие активно в состоянии гипнотического транса. Кроме того, в процессе полового контакта обнаруживаются гипнотические фазы. *Таким образом, в состоянии "быстрого сна", выступающего программирующим суггестивным фактором, у человека формируются психологические установки, которые во многом определяют его дальнейшее дневное поведение. Именно поэтому сюжеты сновидений могут выступать в виде пророчеств.* Как видим, мы, по сути, постоянно пребываем в состоянии "своеобразной постгипнотической драмы низшего уровня" [Психотерапия и духовные практики, 1998, с. 34]. **Отсюда можно заключить, что образно-метафорический аспект социальной действительности, преломленный в религии и искусстве, играет роль программатора человеческого поведения.**

Получается, что процесс сна со сновидениями предстает как программирующий суггестивный фактор будущего поведения человека, а с другой стороны, – есть следствием его прошлого поведения и функционирует как средство гармонизации психических и соматических процессов [Лаберж, 1996]. То есть, *причина (дневное существование) и следствие (сон со сновидениями) являются одним и тем же – "сновидением в сновидении" (когда причина и следствие меняются местами).* Данный вывод мы находим у Э. Берна [Берн, 1996, с. 192-206], который пишет, что структура детства выступает сценарием дальнейшей жизни человека.

Итак, фаза "быстрого сна" интегрирует разрозненные (фрустрационные) впечатления дня, которые являются таковыми именно в силу доминирования в бодрствующем состоянии функций левого полушария, подавляющего автоматизмы правого и препятствующего человеку вести себя спонтанно-естественным, "диким" образом. То есть в фазе "быстрого сна", характеризующегося активностью правого полушария, гармонизируются неотреагированности (явившиеся результатом дезинтегративной деятельности левого полушария), когда функции правого и левого полушарий (подсознания и сознания) приводятся к некоему единству и закрепляются в виде психологических установок, которые в бодрственном состоянии могут конфликтовать с активностью левого полушария и "проливаться" в мир в виде внешне немотивированных поведенческих актов.

Подчеркнем, что процесс гармонизации психосферы человека в состоянии быстрого сна обеспечивается правым полушарием, в рамках которого исчезает граница между внутренним и внешним, "Я" и "не-Я", когда агрессивные импульсы человека, обращенные вовне, перепрофилируются и обращаются на него же, что приводит к формированию "разрушительных" психологических установок, которые в бодрственном состоянии при известных условиях принуждают человека к аутоагрессии, то есть к немотивированной агрессии, направленной на самого себя.

Можно предположить, что **целостность организма, его саморегуляция, самонастрой реализуется на уровне правого континуального аспекта человека и одновременно на уровне нулевых (бифуркационных) трансформаций организмов и сред – у человека на уровне функциональной синхронизации полушарий.**

То есть, волны жизнедеятельности организма как результат процесса удовлетворения многочисленных потребностей, фиксирующего фазы подъема и спада тех или иных специфических форм активности, имеют функцию самонастройки организма (в нулевых фазах, выражающихся синусоидальными нулями функции) посредством обретения им статуса целостной биологической системы, все элементы которой сплавляются в одно симфоническое целое. При этом феномен существования предполагает актуализацию целостности (как антиэнтропийный процесс), а эта последняя достигается через постоянное изменение (движение) живых организмов.

Мы видим, что целостность как стабильно-устойчивое состояние достигается за счет

¹⁸ так называемый "быстрый сон", или РЕМ-фаза – от англ. *rapid eye movement* – быстрое движение глаз

нестабильности, как и состояния нестабильности, перехода одного в другое связываются в границах конкретных организменных систем посредством состояния целостности, вне которого существование дискретных, морфологически определенных форм жизни было бы невозможно. Здесь единое и дискретное, статическое и динамическое оказываются переходящими друг во друга диалектическим образом.

Все вышесказанное позволяет заключить, что функциональная гармонизация полушарий мозга как нулевое состояние является искомой целью психотерапии, обнаруживающей два принципиально различных подхода к лечению пациентов. С одной стороны, психотерапия жаждет сформировать спонтанно-естественную, творчески-интуитивную модель поведения, превратив человека в "самореализованного" индивида (А. Маслоу: "там, где было Я должно стать Оно"). С другой стороны, психотерапия стремится обнаружить подосознательно закрепленный фрустрационный момент в виде той или иной "патологической" установки и обеспечить ее устранение посредством повторного "проигрывания" фрустрационного момента через его осознание (З. Фрейд: "там, где было Оно, должно стать Я"). Как в первом, так и во втором случае правополушарный и левополушарный модулы человеческой психики приводятся к общему функциональному "знаменателю", что отвечает йогическому принципу: каждая мысль должна быть прочувствована, а каждое чувство – осознано.

Одним из примеров вышеприведенных психотерапевтических схем может служить метод "парадоксальной интенции" В. Франкла [Франкл, 1990, с. 50], когда негативная психологическая установка, закрепленная на уровне правого полушария, не только осознается, но и начинает приводиться в действие через волевое усилие, которое реализуется в сфере левополушарных механизмов. Тут можно говорить и про практику "осознанных сновидений", которая устраняет неврозы через контролируемое осознание аффективных ситуаций [Лаберж, 1996].

Контролируемые сновидения, где соединяются право- и левополушарные функции человека, позволяют человеку в бодрствующем состоянии воспринимать мир как иллюзию, как сон [Evans-Wentz, 1964], что, в свою очередь, позволяет ему вести себя спонтанным образом, используя ресурсы правого полушария (подсознания). В состоянии же быстрого сна человек может воспринимать реальность осознанно и контролируемо, достигая "самоинтеграции и внутренней гармонии" [Лаберж, 1996, с. 20-23], что достигается посредством слияния сна и бодрствования, сознания и подсознания.

Отметим, что если состояние бодрствования характеризуется доминированием левого, а "быстрый сон" – правого полушария, то данная закономерность наблюдается не у всех людей. Как показали исследования В.В. Аршавского, у представителей народов, которые живут в северо-восточных районах Евразии в состоянии бодрствования относительно усилена активность правого полушария [Ротенберг, Аршавский, 1984; Аршавский, 1980, 1988, 1988], что говорит о том, что у народов, находящихся на правополушарном, "сновидческом", религиозно-мифологическом уровне развития, первую скрипку играет правое полушарие, формирующее юнговские архетипы коллективного бессознательного, принципиально подобные схемам установок, кристаллизующихся в состоянии "быстрого сна", который по своим психофизическим параметрам имеет много общего с состоянием гипнотического транса.

Отметим, что состояние Нуля ("нуль-перехода") свободно от каких-либо физических "условностей", что отражается в феноме непричинного имплицативного согласования квантовых процессов и в других явлениях, обнаруживаемых наукой как формой общественного сознания. Отсюда проистекают паранормальные явления, когда, например, человек внезапно переходит от относительно спокойного состояния к сильнейшему возбуждению, пересекая "нуль-переход", приобретая при этом сверхвозможности: тщедушная старушка при пожаре вытаскивает из дому сундук, которые потом с трудом перемещают несколько человек, мать, на ребенка которой наехал пятитонный грузовик, приподнимает его и освобождает ребенка, люди, которые оказались в горящем составе, выбираются "из перевернувшихся на бок вагонов с заклинившимися выходами из купе, в прямом смысле раздирая руками перегородки крыши" [Уфимская катастрофа, 1990].

При переходе к эпилептическому припадку (серии сильных двигательных конвульсий, обычно сопровождающихся выключением сознания) человек переживает нуль-переход как состояние тотальности бытия, которое может при этом восприниматься как подлинно-гармоничное¹⁹.

Всякое мистическое или иное посвящение эксплуатирует и культивирует это состояние, прорыв к которому совершается в условиях мощного эмоционального всплеска, выполняющего кроме этого и задачу отвлечения человека от тех или иных земных привязанностей, а также закладывающего базу для формирования психологической установки, и актуализации "нуль-перехода" – точки бифуркации, через которую организм устремляется в новое русло эволюции. Так, при крещении новорожденного его обрядом опускать в водную купель, что вызывает мощный стресс, сравнимый со стрессом рождения. Обряд обрезания также заставляет ребенка пережить еще не испытанный опыт сильнейшего эмоционального возбуждения. Индийская тантрическая секта в акте посвящения использует культ

¹⁹ Ф. М. Достоевский в одном из своих писем пишет следующее: "За несколько мгновений до припадка я испытываю чувство счастья, которое совершенно невозможно вообразить в нормальном состоянии и о котором другие люди не имеют никакого понятия. Я чувствую себя в полной гармонии с собой и целым миром, и чувство это до того сильно, до того восхитительно, что за несколько секунд такого блаженства с радостью отдашь десять лет жизни, если не всю жизнь" [см. Кацуки, 1993, с. 12].

оживления мертвеца, что, понятно, ошеломляет посвящающегося до высшего предела.

К. Кастанеда пишет, что для смещения у человека "точки сборки" (в результате чего он переходит на качественно новый уровень существования) учителя используют ситуации, которые провоцируют сильнейшее эмоциональное потрясение у их подопечных. Будда испытал просветление после того, как он внезапно прервал свои аскетические подвиги и принял водную процедуру и еду. Иисус Христос также пережит решающий момент в своей земной эволюции, когда в течение сорокодневного поста был искушаем в пустыне. Можно приводить множество подобных примеров различных мистерий, посвящений, шабашей, служений, которые эксплуатируют "нуль-переход".

В связи с этим можно упомянуть и некоторые психотерапевтические техники излечения от последствий жизненных потрясений посредством направленного психического шока. Многие глубоко укоренившиеся отрицательные психологические установки формируются именно в состоянии переживания эмоционального потрясения, болевого шока и т.д. Катарсическое действие искусства связано с состоянием "психического резонанса", который заставляет человека заново пережить, осмыслить и отработать жизненные обстоятельства, вызвавшие у него ту или иную психическую травму²⁰. Здесь состояние целостности достигается за счет совмещения переживания, имеющего правополушарную эмоционально-эмпатическую природу, с рефлексией переживания, имеющей левополушарную логико-аналитическую природу, то есть имеет место то, что классифицируется З. Фрейдом в виде формулы: "там, где было Оно, должно стать Я".

Таким образом, все свершения человеческого духа осуществляются за счет нейтральной нулевой фазы, синхронизирующей несовместимые процессы организма, приводящей к единству разнокалиберные аспекты нашего бытия. Это срединной нейтральное состояние, которое в силу своей "беспристрастности" оказывается причастным абсолютно всему и вся во Вселенной²¹, получило многообразное преломление в народных традициях, укоренилось в нормах поведения.

Как мы уже отмечали, всякий раз, когда имеет место резкая смена модальностей жизнедеятельности, переход из сферы одного ее полюса в сферу другого полюса, наблюдается переход через нуль, что имеет место не только на уровне человеческого организма, но и на уровне других сред. Так колдуны древности, как отмечает К. Кастанеда, называли время захода солнца "щелью между двумя мирами" [Кастанеда, 1992]. Н.А. Бердяев в книге "Самопознание" пишет, что в сумерки, переходном состоянии между светом и тьмой, обостряется тоска по вечному, по трансцендентному [Бердяев, 1990, с. 48]. В условиях такого перехода значительно повышаются возможности суггестивного воздействия²².

О. Клеман верно отмечает, что "в состоянии между сном и бодрствованием, когда отделяющая сознательное от бессознательного граница становится размытой и внутри человека раскрывается иная телесность, – наслаждение охватывает всего человека", обретающего "предвкушение Царствия Небесного". Это наслаждение Исак Сирион называет особым откровением, преходящим нам "когда спим без сна и бодрствуем, не пробудясь до конца" [Клеман, 1994, с. 250]. Кароли Шнееманн, писательница и художница, сообщает, что "источник всех ее произведений спрятан между сном и пробуждением" [см. Криппнер, Диллард, 1997, с. 97].

В теории научного поиска наиболее плодотворными для творчества оказываются состояния перехода от глубокого отдыха, каким является сон, к бодрствованию. Как пишет А.К. Сухотин, "расторженные сном структуры мозга, не успев еще обрести привычное состояние нормы "поведения", наиболее открыты для неожиданных посетителей. В такие мгновения, скорее всего, и происходят невероятные сцепления идей, могущие оказаться плодотворными. Так, Р. Декарт писал, что

²⁰ Терапевтические возможности эмоционального катарсиса были известны уже в Древней Греции. Платон дал живое описание эмоционального катарсиса в диалоге "Федр", говоря о ритуальном сумасшествии карибантов. Он отмечал значительные терапевтические возможности дикого танца под звуки флейг и барабанов, доходящего до иступления и завершающегося состоянием глубокой релаксации и покоя. Аристотель утверждал, что полное переживание и высвобождение подавляемых эмоций является эффективным средством против психических болезней. Он полагал, что хаос и неистовство мистерий в конце концов ведут к установлению порядка (здесь он предвосхищает идеи синергии, теории неравновесных систем). Посредством употребления вина, средств, усиливающих сексуальное возбуждение, и музыки, посвященные переживают разгул страстей, за которым следует целительный катарсис. Отреагирование играет важную роль и в холотропной терапии Ст. Грофа (которая вызывает регресс в детство и даже в пренатальный период), выступая одним из механизмов, приводящих к терапевтическим изменениям. Существуют важные дополнительные факторы даже на уровне биографических травм. Человек, переживающий полную регрессию в детство, к тому времени, когда имела место определенная травма, буквально становится снова младенцем. Это предполагает соответствующий образ тела, примитивные эмоции, наивное восприятие и понимание мира. Одновременно с этим он имеет доступ к зрелому восприятию мира взрослого. Это делает возможным интеграцию травматических событий посредством их энергетической разрядки, полного их осознания и оценки их с точки зрения взрослого. Это особенно важно в тех случаях, когда незрелость или неясность мировоззрения были существенными элементами травмы. Факторы такого рода наиболее ясно описаны Г. Бейтсом в его теории "двойной связанности" [Гроф, 1994; Bateson, 1972].

²¹ что делает его инструментом и источником целостного интуитивного познания мира: "интуиция – это познание Истины, познание сущности вещей не умом, а сердцем и всем существом нашим" [Журнал Московской патриархии, 1977, с. 60].

²² В связи с этим интерес представляет изречение из Нового Завета: "При захождении же солнца все, имевшие больных... приволили их к Немю; и Он возлагая на каждого из них руки, исцелял их" (Лк. 4, 40; Марк. 1, 32). Можно привести еще один пример, который иллюстрирует положение психологии о том, что гипнобельные фазы возникают во время заката и восхода солнца. Гитлер в своей книге "Майн кампф" писал о том, что высший ораторский талант властной апостольской природы заключался в том, что именно в это время (вечером) ему удастся легче всего и наиболее естественным образом покорить новой воле людей [Hitler, 1939]. Е. И. Рерих писала, что подключение к "вибрациям космоса" легче происходит именно на "границе сна" [Рерих, 1992].

"творческое настроение" посещает его, когда он бывает в расслабленном состоянии от сна. По собственному признанию К. Гаусса, перспективные догадки приходили ему в минуты пробуждения. Есть аналогичные свидетельства и многих других ученых" [Сухотин, 1978, с. 113].

Интересен вывод, сделанный физиологами: "максимум делящихся клеток приходится на предрассветные часы, когда ночь сменяется световым периодом" [Рыбаков, 1979]. Интересно также, что период от трех до пяти утра многими эзотерическими источниками полагается моментом "X", когда макрокосм и микрокосм (космос и человек) "соприкасаются"²³.

Состояние "нуль-перехода" помимо культовых моментов (например, "триумфальной церемонии" древних, состоящей в отработанных проявлениях массового "героического энтузиазма" – ритуальный триумфальный крик – который был связан, как пишет В. П. Казначеев, в большими психофизическими затратами, что приводило к активизации полевой, то есть целостной организации раннего человека [Казначеев, Спири, 1991, с. 120-124]) используется и на чисто бытовом уровне. Так при чихании, когда имеет место переход от состояния относительного возбуждения к состоянию торможения нервных процессов, традиционно желается доброе здравие, так как данное состояние выступает в роли суггестивной установки. На Востоке полагают, что в процессе чихания происходит стимуляция "третьего глаза" – центра ясновидения человека. По этой же причине широко эксплуатируется состояние перехода к опьянению, которое О.Хайям определил так:

*Когда бываю трезв – нет радости ни в чем,
Когда бываю пьян – ум затемнен вином.
Но между трезвостью и хмелем есть мгновенье,
Которое люблю за то, что жизнь есть в нем.*

Перед тем, как поднять рюмку, особенно первую, произносится тост, имеющий обычно форму пожелания, внушения. Интересно, что состояние опьянения, несущее в себе возможность приобщения к Высшему через "нуль-переход", может служить символом богопознания, называясь "реальностью высшего опьянения", вводящего нас в "область Божественной силы, ломающей все ограничения, опрокидывающей все преграды, наполняющей нас Духом Святым" [Клеман, 1994, с. 249]. Нужно сказать и то, что для наркоманов особенно ценна первая волна "кайфа" после принятия наркотика, длящаяся считанные минуты.

По этой же причине так важны в момент перехода ко сну и пробуждения молитва для взрослого, если он религиозен, либо психологическая установка, если таковой религиозности не наблюдается, а также колыбельная, сказка для ребенка. Вот почему дети любят слушать страшные истории (которые некоторые исследователи считают важнейшим компонентом детского развития), а взрослые – рисковать, играть в азартные игры и т.д. Именно поэтому переход к состоянию насыщения пищей (музыкой, зрелищами) широко используется человечеством и приобретает колоссальное культурологическое значение, преломляясь как на примитивном уровне ("хлеба и зрелищ"), так и в формах изысканно-уточненных. Именно это обстоятельство является фокусом, в котором цементируются воедино две стороны культуры – духовная и материальная, где черпают свое основание прагматические и иррациональные культы человечества.

Именно поэтому имеют такую странно-притягательную силу похороны, ведь они фиксируют явление перехода-переходов – из жизни в смерть. В связи с этим можно привести как пример обряд сати – сжигания (самосожжения) вдов в Индии [Трегубов, Вагин, 1993, с. 215-217; Хьюман, Ван, 1993]. В преддверии акта самосожжения женщина обычно входит в состояние мистического экстаза и, как считают, должна быть предметом поклонения. Кроме того, как верят индийцы, женщина в последние минуты перед сожжением приобретает способность к ясновидению, пророчеству [Амбелен, 1993, с. 75-76, 288-289]. Если это действительно имеет место, то данный феномен можно было бы объяснить эффектом "нуля-перехода", в сфере которого достигается слияние потенциального и актуального, все получает качество преобразования (и одновременно целостности).

В связи с этим возникает вопрос об **алгоритмах достижения нейтрального состояния**. Данный алгоритм представляет собой процесс достижения "нуля-перехода": следует волевым усилием поменять знаки своих психофизиологических режимов. Войти в "третье состояние". Так, находясь в состоянии глубокой медитативной релаксации на фоне активного бодрственного

²³ Чудесность переходных фаз проявляется и в феномене крещенской воды, который объяснил российский ученый, доктор технических наук Владимир Цетлин. Заинтересовавшись свойствами воды в Крещение, он провел ряд экспериментов, в результате которых предложил разгадку глобальной тайны "взаимоотношений" человека с Солнцем и Землей. – см.: (<http://via-midgard.info/news/article/sicret/8020-raskryta-odna-iz-tajn-kreshhenskoj-vody.html>); (<http://www.bagnet.org/news/health/7699>). Нетрудно догадаться, что феномен крещенской воды происходит из феномена критических переходных фаз, поскольку вода приобретает свои чудесные свойства именно в переходные фазы солнечной активности – суточной и месячной. И именно при помощи такой "нейтральной" воды возможна "запись" божественной информации в акте крещения воды крестом и молитвой, поскольку "Бог разговаривает с человеком в средах, имеющих нулевые состояния".

ожидания возбуждающего стимула (медитативные практики предусматривают в этот момент поддержания состояния удивления, ожидания, словом – бодрствующего духа [Каптен, 1993]), мы как бы "повисаем в воздухе", то есть выходим из состояния торможения, но не входим в состояние возбуждения, "задерживаясь" в "нуль-переходе".

Самый же мощный процесс смены состояний есть переход из жизни в смерть, о чем пишет Р. Муди в книге "Жизнь после жизни" [Moody, 1977], где исследуются феномены клинической смерти [Гроф, Галифакс, 1981; О часе смертном; Мууди, 1990]. Австралийский врач П. Калиновский в книге "Переход" описывает многочисленные случаи, когда умирающие люди получают возможность воспринимать реальность одновременно нашего и "потустороннего" мира [Калиновский, 1991; Царева, 1993; Osis, 1961].

Интересно, что многие древние посвящения, инициации оперируют системой понятий, в которой рождение и смерть называются одним и тем же словом. С этим же обстоятельством связан один из трех столпов христианской этики (Вера, Надежда, Любовь) – Надежда: христианин, для того, чтобы стяжать себе Царствие Небесное должен постоянно пребывать в состоянии "предвкушения" смерти [Клеман, 1994, с. 136], ибо смерть в большинстве случаев происходит неожиданно. Постоянное ожидание смерти, "ношение" ее в себе может дать человеку возможность оборвать все привязанности к земному и погрузиться в пограничное, "чемоданное", промежуточное между жизнью и смертью состояние. Именно поэтому М. Монтель в книге "Опыты" писал, что "размышлять о смерти – это значит размышлять о свободе. Кто научился умирать, тот научился быть рабом. Готовность умереть избавляет нас от всякого подчинения. И нет в жизни зла для того, что постиг, что потерять жизнь – не зло". Или, как писал Гете,

*И доколь ты не поймешь
Смерть для жизни новой,
Хмурым гостем ты живешь
На земле суровой.*

В связи с этим можно привести христианское учение о "смертнобожничестве" (обожевлении смерти), констатирующем: наше спасение зиждется в смерти и страдании [Ивкин, Нагорная, 1994, с. 49].

Феномен смерти эксплуатируется некоторыми культурами в виде ритуала жертвоприношения, выступающего средством "сношения с потусторонними сферами", причем, как считается, чем значительнее жертва, тем "шире" канал связи с ними. При этом в жертву могут приноситься не только растения и животные (а также отдельные аспекты жизнедеятельности человека, например, его дыхание), но и целые народы. Жертвой может выступать и Божественная Сущность.

На Востоке полагают, что бытие, мир актуализируются как единство жертвы, приносящего жертву и места, где жертва приносится [Роллан, 1991, с. 165]. То есть мир, актуализирующийся на счет жертвоприношения, обнаруживающего реальность двух полярных взаимодействующих сущностей – жертвоприношения, поддерживается за счет акта жертвоприношения, генерирующего "нуль-переход" как стабилизирующее начало мира.

Интересно, что в момент умирания любого организма (как показали опыты супругов Кирлиан, а также К. Г. Короткова, Г. Г. Гаряева, В. Г. Адаменко, В. И. Инюшин, А. Ф. Охатрина и др.) у него значительно повышается энергетический тонус [Кирлиан, Кирлиан, 2003, 2009; Шустов, Протасевич, 2001]²⁴, что позволяет, поднявшись на энергетическую "горку", "упасть" вниз²⁵, в смерть, пройдя канал преобразования. Нечто подобное мы наблюдаем в жизни элементарных частиц: электрон, падающий с высшей электронной орбиты на низшую, излучает энергию.

Повышение перед смертью у человека энергетического тонуса приводит к тому, что умирающий испытывает блаженство и даже сильное сексуальное возбуждение. Так, в время повешения мужчины у него может наблюдаться семяизвержение. Опыты Кирлиан показали, что данное явление характерно и для растений. Причем, шок, болевой синдром (быстро переводящий организм из одного состояния в другое), который испытывают живые организмы (в том числе и растения) вызывает прилив энергии в организм. В некоторых странах некоторые растения даже хлещут для того, чтобы активизировать их вегетативные функции²⁶.

Г. Н. Петракович в статье "Естественный и искусственный гипобиоз у человека" [Петракович, 2012] подтверждает данную мысль: согласно Г. Селье [Селье, 1960, 1972], первым объективно фиксируемым ответом организма на воздействие шокового агента является мощный выброс в кровотока

²⁴ См также.: опыты К. Бакстера, Н. Н. Поливанова, А. И. Вейника (Вейник А. И. Термодинамика реальных процессов. – Минск: Наука и техника, 1991. – С. 487-499).

²⁵ "Жизнь – гора: поднимаешься медленно, спускаешься быстро". – Ги де Мопассан

²⁶ Особый интерес представляет то, что данный всплеск энергии соотносим с переходным моментом ("тысяча лет") перед окончательным судом антихриста и всего человечества. Данный момент является как бы его возвращением к древним истокам своего существования ("золотому веку"), но на более высоком уровне развития (Иоанн, 20, 1-15).

"гормонов агрессии" – катехоламинов, прежде всего адреналина, при этом концентрация катехоламинов в крови превышает обычную во много, иногда десятки, раз. На 500-600% и более увеличивается концентрация катехоламинов в крови и у зимоспящих непосредственно перед впадением в спячку. Животные при этом становятся возбужденными, мечутся. В этот же период отмечается резкое возбуждение и у человека, что соответствует *эректильной* фазе шока [Арбузов, 1960; Шутеу, 1981; Панин, 1983; Петракович, 2012].

При этом тахикардия, подъем артериального давления, гипергликемия являются характерными для обоих состояний в этот период и являются внешним отражением глубоких энергетических изменений в митохондриях всех клеток, выражающихся в немедленном переключении аэробного гликолиза на анаэробный с потреблением в качестве источника энергии прежде всего клеточного гликогена [Шутеу, 1981; Панин, 1983; Петракович, 2012]. Бурное расходование гликогена является основой "энергетической вспышки", наблюдаемой в одинаковой степени как при шоке в первую его фазу, стрессе, так и при впадении в спячку. Следует отметить, что подобная "энергетическая вспышка" перед впадением в гипобиоз отмечается даже у растений. Так, у листовых растений непосредственно перед листопадом еще в 1925 году В. А. Бриллиант обнаружил резкое усиление фотосинтеза, затем он внезапно прекращался – и начинался листопад. Этот эффект известен в литературе как "эффект Бриллиант" [Бриллиант, 1925].

Нужно сказать, что с точки зрения вышеприведенного рассмотрения явлений социального и индивидуального порядка в контексте "нуль-перехода" можно анализировать все без исключения реалии нашего бытия. При этом не будет вещей, от которых мы могли бы высокомерно отмахнуться как от какой-то глупости, которую невесть зачем изобрели дикари, когда ни один феномен нашей действительности не останется без рационального анализа, что неминуемо подводит нас к выводу о том, что в обществе нет вещей абсурдных и нелепых, что все существующее имеет под собой рациональную основу, что мы, наконец, существуем в единственно лучшем, по определению Лейбница, мире.

Так гадание на Рождество совершается в период перехода к увеличению продолжительности светового дня (в период зимнего солнцестояния), а "изобилующая чудесами" ночь на Ивана Купалу имеет место в период летнего солнцестояния, когда совершается переход к уменьшению светового дня. Иисус Христос по преданию родился в период зимнего, а Будда Гаутама (как и Иоанн Креститель) – в период летнего солнцестояния.

Механизм колдовства" укладывается в схему "нуль-перехода". Представим себе ведьму, колдующую над кипящим котлом, бросающую в него особые возбуждающие травы, постепенно вводящую себя во все большее возбуждение, которое может закончиться отключением сознания и впадением в беспамятство. Быстрый переход от состояния возбуждения в торможение "освобождает" импульс, оперенный определенным желанием и действующий в условиях "туннельного эффекта" "нуль-перехода". Нечто подобное мы имеем в ритуалах кружения дервишей и шаманов, в танцах-мистериях, могущих продолжаться несколько суток кряду. Нужно сказать и то, что симпатическая магия, основной принцип которой – часть равняется целому – эксплуатирует эффект синергии нуля, в сфере которого простое и сложное, часть и целое, причина и следствие не дифференцируются, когда часть предмета или существа (например, человеческой волос) может представлять целый предмет или существо.

Состояние "нуль-перехода" В. Л. Леви анализирует в форме явления, называемого им "эхо-магнитом", когда человек сначала вводит себя в состояние квиетизма, полного безволия и отсутствия желаний, предварительно дав себе установку на тот или иной поступок [Леви, 1991]. Переход от суженого к обычному сознанию порождает феномен воли. Явление "эхо-магнита" В. Л. Леви характеризует как триединый процесс: заклинание – пустота – действие. Данную процедуру можно проиллюстрировать словами выдающейся артистки Ф.Г.Раневской: "Все сбудется, стоит только расхотеть!". Или, другими словами: "Для запуска мыслеформы или мыслеобраза в материализацию необходимо досконально представить себе этот образ или форму, а потом забыть. Иными словами – "отпустить ситуацию", забыть полностью о том, что вы первоначально хотели. Именно тогда поставленная программа включается в действие, в материализацию. Легче всего таким образом запускаются программы в виде шутки или при контакте с незнакомым человеком. Понятно, что таким же образом значительно проще в материализацию входят и деструктивные программы. Сложно забыть больного, умирающего ребенка. Значительно проще – случайного попутчика, который наступил вам на ногу в транспорте или незнакомца, который испачкал ваш костюм свежей рыбой на базаре. "Чтоб у тебя..." – то есть ключ в заранее составленную эгрегором колдовства программу. А дальше собственно программа: "пусто было" – срыв беременности; "руки отсохли" – паралич, в будущем; "глаза повывазили" – потеря зрения, катаракта..." (В.Ю.Рогожкин, "Эниология", 2000).

Перед тем как выпить бокал шампанского в новом году в него по традиции могут бросить пепел сожженной бумажки, на которой записали желание. Отсюда проистекает и традиция загадывать желание в момент, когда человек видит падающую "звезду": быстрое переключение внимания за чрезвычайно короткое время падения светящего объекта предполагает резкое изменение психического состояния человека, что мало кому удается сделать.

В целом, состояние "нуль-перехода" притягательно для человека тем, что оно несет в себе отблеск фундаментального единства Вселенной – сферы гармонии, покоя и самодостаточности, в которой нет

раздирающих человека противоречий (там они постоянно "снимаются"). Именно поэтому покой, статика может восприниматься человеком как воплощение красоты, а динамика, заключающая в себе взаимодействие противоположных начал бытия, воспринимается часто как отход от принципа красоты²⁷.

Достижение "нуль-перехода" возможно не только при смене знаков в режиме жизнедеятельности, но и тогда, когда сталкиваются два противоположных состояния или сущности, достигая при этом взаимной компенсации. Так при совмещении состояний мышечного напряжения и расслабления (что характерно для гипнотического состояния, характеризующегося мышечной ригидностью, когда состояния мышечного расслабления и напряжения уравниваются²⁸), эмоций страха и гнева, логического и образного мышления, влечений к жизни и смерти и т.д. мы "генерируем" "нуль-переход"²⁹. Всякий раз, когда мы совмещаем несовместимые, взаимоисключающиеся сущности мы обнаруживаем реальность Нуля, что воспринимается как чудо, ибо в нем "все возможно". С этой позиции анализа бытия становятся ясными выводы католического теолога А. Курно о понятии чуда как "встречи" двух независимых причинных рядов, что "открывает простор для всякой третьей силы" [Зеньковский, 1964, с. 9]. Становится понятной и телеологическая теория "параллельных плоскостей" знания и веры, находящихся в дополнительном отношении друг к другу [Габинский, 1978, с. 128-129, 225].

Чудо булатной стали заключается в совмещении ею двух несовместных для металла свойств – твердости и гибкости. Медитация как способ погружения в нуль может быть успешна, когда мы при этом совмещаем несоединимое. Так на Востоке используется медитативная карточка: круг небесно-голубого цвета, на котором в красно-золотом цвете выполнено изображение санскритского слова АУМ [Игнатенко, Годованец, 1991, с. 21, 54]. При визуализации этой карточки происходит совмещение противоположностей на нескольких уровнях.

На уровне восприятия формы, когда совмещается круг (плавная, континуально-симметричная, переходящая в себя, линия) и знак АУМ (ОМ) – ряд изогнутых дискретно-асимметричных линий.

На уровне цветовосприятия происходит совмещение холодной и горячей части цветового спектра (небесно-голубой и красно-золотой), которые воспринимаются соответственно левым и правым полушариями головного мозга [Николаенко, 1985] (при этом наблюдается функциональное согласование полушарий головного мозга человека).

На уровне эмоциональных переживаний может наблюдаться совмещение состояния мистического ужаса перед всепоглощающей бездной первичной вибрации (неведомого, неопределенного) и состояния твердой решимости при осознании себя центром мира, своей абсолютной слитности с ним.

На уровне процессов мышления совмещаются абстрактно-логическое мышление, оперирующее знаковой символикой (знак АУМ) и предметно-конкретное мышление, оперирующее в данном случае образом первичной вибрации (АУМ), "породившей мир". При этом может произойти определенная мантра, фоновая спектрограмма которой обнаруживает совмещение континуальной и дискретной сущностей (то есть мелодии и ритма, обрабатываемых разными полушариями).

10.3. СОЦИАЛЬНАЯ ИНЖЕНЕРИЯ КАК УНИВЕРСАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ

Как показал анализ научной литературы, *развитие человека идет от правого полушария к левому, а от него к их функциональному синтезу*: философский принцип единства мира позволяет нам заключить что, подобно тому, как развитие Вселенной идет от полевого плана (микромиира) к вещественному плану (макромииру), а от него – к их синтезу и выходу в область парадоксально-интегрального бытия (жизни) как единства энтропийной и негэнтропийной тенденций развития Вселенной, так и эволюция человека в онто- и филогенезе, как показывают антропологические и психологические исследования, идет от правополушарного психического модуса (у ребенка) к левополушарному (у взрослого), а от него – к их синтезу (у пожилого человека) [Психологический словарь, 1983, с. 23].

Здесь обнаруживается состояние функционального синтеза полушарий, когда пожилой человек, обогащенный жизненным опытом, по сути превращается в ребенка с его пластической психикой и непосредственностью восприятия мира, сохраняя при этом личностное начало (психологические эксперименты показывают, что пожилые люди более доверчивы, менее критичны, чем представители среднего возраста, поэтому они часто становятся жертвами различных махинаций (<http://psy.su/news/4089/>)).

²⁷ Данное положение иллюстрируется наблюдениями К.-Ф. Флегеля: "у камчадалов Бог Кулка принимает свои собственные замерзшие испражнения за богиню красоты, пока те еще не оттаяли" [Жан-Поль, 1981, с. 128].

²⁸ Нечто подобное имеет место в спорте, когда спортсмен входит в состояние "второго дыхания" в условиях достижения грани своих физических сил – состояния нервно-физического возбуждения, которое уравнивается состоянием торможения, благодаря чему фиксируется медитативно-нейтральное состояние "второго дыхания", гармонизирующее организм и обновляющее его ресурсы.

²⁹ Или, как пишет С. Н. Лазарев, "высшее счастье... не в земном и не в духовном, а в момент перехода от одного к другому, в момент внутреннего объединения этих двух противоположностей" [Лазарев, 1994, с. 344]. У А. Блока это состояние называется "радость-страдание одно".

Исходя из отмеченного диалектического (триалектического) алгоритма, можно сделать вывод, что **информация, организуемая в рамках правого полушария по аналого-синтетическому принципу, способна транскрибироваться, разворачиваться в рамках левополушарной психики по линейно-аналитическому принципу**, когда имеет место явление взаимного обращения целостно-синтетического и атомарно-аналитического типов знания, что наблюдается в процессе решения задачи, проблемы, когда сам принцип решения той или иной задачи первоначально обнаруживается на невербальном, эмоциональном (правополушарном) уровне психики, а затем получает вербальную проекцию [Тихомиров, 1984], то есть вводится в сферу левополушарного мышления.

Это значит, что социально-педагогические влияния, которые реализуются в основном на уровне правого полушария (в дошкольном и младшем школьном возрасте), в среднем и старшем школьном возрасте начинают постепенно трансформироваться в определенные абстрактно-логические формы на уровне левого полушария. Последнее, таким образом, содержит в латентном виде правополушарный конкретно-образный материал, который в результате педагогического влияния определяет развертывание левополушарных процессов (в среднем и старшем школьном возрасте).

Соответственно, в дошкольном и младшем школьном возрасте имеет место своеобразная **кодировка будущего поведения человека через правополушарную "призму" наглядности и образности**. Это находит свое наиболее последовательное отражение в сказочном, метафорическом способе постижения и освоения бытия, что на уровне дошкольного воспитания реализуются в развитии **педагогике учебной сказки**.

Таким образом, формирование **дипластии** (способности человека объединять в одном контексте противоположные, исключаящие друг друга понятия, образы, предметы, что выступает основной характеристикой творческого мышления – цели образовательного процесса) в детском возрасте реализуется наиболее эффективно в процессе использования волшебных сказок (как народных, так и авторских), в которых волшеббно-мистический, парадоксальный элемент выступает важнейшим механизмом передачи сказочного сюжета.

Кроме того, в связи с феноменом отмеченной кодировки можно говорить о парадоксальной стратегии воспитания дошкольников в контексте формирования у них социальных и психологических установок, а также развития их личности. Ребенок (особенно в раннем детском возрасте) представляет собой в основном правополушарное, то есть бессознательное существо. Все моменты этого периода схватываются ребенком целиком и некритически на уровне бессознательного правополушарного пласта психической деятельности, то есть усваиваются как руководство к действию в духе **положительной обратной связи**.

Это обстоятельство способствует формированию множества социальных и психологических установок, как положительных, так и отрицательных. Положительные установки можно понимать как стимулирующие те или иные действия (такие, например, как мытье рук перед едой и т. д.), а отрицательные установки – как выступающие в качестве запретителя тех или иных действий ("не пей холодную воду", "не балуйся", "не кричи громко").

В зрелом возрасте человек характеризуется полушарной асимметрией и развитием левого, абстрактно-аналитического полушария, которое, в отличие от правого полушария, функционирует по правилу **отрицательной обратной связи** ("от противоположного"), когда все, воспринимаемое на уровне сознания (левополушарного аспекта психики), имеет тенденцию приниматься "в штыки", то есть подвергается критическому анализу. Поэтому все установки, которые были сформированы у ребенка, особенно в раннем детстве, у взрослого как личности имеют тенденцию перепрофилироваться, взаимопревращаться: положительные – в отрицательные, а отрицательные – в положительные. В результате чего у человека наблюдается склонность делать все то, чему его учили в детстве, но "с точностью до наоборот". Данные рассуждения определенным образом поясняют, почему в семьях религиозных фанатиков очень редко возвращаются религиозные дети, поскольку здесь актуализируется "черно-белая" реальность двух достаточно враждебных друг другу миров – "мы" (верующие) и "они" (остальной мир).

В этой связи можно сказать, что у ребенка с целью развития личности как свободной сущности следует формировать **нейтрально-парадоксальные** установки, которые дают простор для развития и не закрепощают, не программируют, не зомбируют его. Нейтрально-парадоксальные установки формируются на базе полушарного синтеза (как показывают энцефалографические исследования, функциональная согласованность полушарий реализуется в состоянии медитации, творческого мышления), который как предпосылка для развития гармоничной личности в плане воспитания предполагает формирование понимания парадоксальной диалектики полярных нравственных качеств личности, которое дано нам в концепциях И. Канта, В. И. Вернадского, Тейяре де Шардена и других мыслителей, стремящихся преодолеть относительность и условность механизма моральной регуляции человеческого поведения.

В случае, если у ребенка не формируется амбивалентное отношение к объекту, и все объекты кажутся ему или только хорошими, или только плохими без какого-либо плавного перехода, и если такое восприятие окружающего мира закрепляется в поведенческие паттерны, – то все это служит предпосылкой для последующего развития в направлении шизоидного типа [Обухов, 1999; Обухова, 1995], который характеризуется атомарно-дискретным, агрессивным, холодноэмоциональным восприятием мира. При

этом важно отметить, что именно амбивалентность, дипластия как "баланс противоположностей" (П. Вайнцвайг) является питательной почвой для развития творческих личностей, выступающих парадоксальными существами, характеризующимися взаимоисключающими психологическими и поведенческими особенностями [Дорфман, Ковалева, 1999]).

Однако, с другой стороны, расщепляющее воздействие на ребенка может приводить к формированию *параноического аффекта*, о чем пишет К. Леонгард в книге "Акцентуированные личности":

"В нашем детском отделении мы наблюдали много маленьких обследуемых застревающего типа. Иногда эти черты у детей проявляются очень ярко. Но если они ведут в конечном итоге к патологическим явлениям, то чаще всего это результат неправильного воспитания. Особенно часто плачевные последствия дает "маятниковое" воспитание, как я предлагаю его назвать. Оно заключается в постоянных колебаниях между преувеличенной строгостью и мягким, ласковым обращением. Это и служит почвой для тех самых колебаний, которые ведут к параноическому аффекту. Ребенка обрекают на постоянные метания между исполнением его желаний и наложением на них запрета, в конце концов у него вырабатывается враждебное отношение к тому из воспитателей, который в его детском мире представляет строгость. Если один и тот же воспитатель "качается", подобно маятнику, между теми и другими мероприятиями, то у ребенка возникает чувство, подобное вышеописанной ненависти-любви, т.е. к этому взрослому проявляются и большая привязанность, и одновременно озлобленная замкнутость.

Взрослые люди в процессе своей "борьбы" с окружением часто создают сами себе обстановку "раскачивания" между успехом и провалами. Дети, конечно, не способны на подобную активность; естественно, что они, в основном, подчиняются влиянию взрослых, поэтому и "раскачивание" их приходит извне.

Ниже описана маленькая девочка, у которой параноический аффект возник как из-за акцентуации застревающих черт характера, так и вследствие "маятникового" воспитания.

Ева Э., 7 лет, поступила в наше детское психиатрическое отделение. Отец – целеустремленный, честолюбивый человек, из-за напряженной работы воспитанию детей не уделяет никакого внимания. Мать – работник торговли, но не работает по специальности, так как целиком посвятила себя воспитанию троих детей и домашнему хозяйству. Восемилетняя сестра Евы прилежна, добросовестная; трехлетний братик – очень живой ребенок.

Мать лишь недавно оставила работу, поэтому Ева в течение ряда лет жила то у бабушки с дедушкой, то у родителей, испытывая на себе совершенно разные воспитательные влияния. Дед и бабушка во всем девочке потакали, мать была строга, часто снимала туфлю и шлепала Еву. Через некоторое время мать, жалая Еву, осыпала ее ласками и лакомствами, пытаясь компенсировать причиненное зло добром. Но успеха не приносили ни строгости, ни поощрения. Ева была необыкновенно упряма, постоянно пыталась поставить на своем и часто даже бросалась на пол. Когда мать за дело журила девочку, это вызывало в ней только раздражение и злость. Однажды Ева целую неделю не разговаривала с матерью из-за того, что та сделала ей замечание за плохо вытертую посуду. Когда Ева злится на мать, она не обращается к ней с просьбами непосредственно, а передает их через старшую сестру, пытаясь добиться своего. Ева очень любит похвалу и, если в чем-нибудь проявит старание, всегда ждет ее как лучшей награды.

Однажды, разозлившись, Ева неделю не вставала с постели, не поднималась даже поесть, требуя, чтобы кушанья ей подавали в постель. Мать сначала не соглашалась на такое "обслуживание", но в конце концов уступила. "Не буду же я морить ее голодом", – заявила она в свое оправдание. Итак, мать и девочка постоянно спорили друг с другом, при этом в споре обычно побеждала Ева, так как она оставалась непреклонной, а мать всегда уступала.

Патологические проявления начались у Евы в 3-4 года и особенно ярко начали сказываться, когда родился младший братик. Ева с самого начала отнеслась к его появлению отрицательно, бросала разные предметы в колясочку, где он лежал. Когда малютке было 14 дней, она с силой уткнула его личико в подушку, а подбежавшей матери сказала: "Это я для того, чтобы он заснул". В последующие годы Ева также относилась к маленькому братику враждебно. Когда мальчику было 2 года, она вздумала заставить его взобраться на перила балкона – мальчик легко мог упасть вниз. Ева специально подставила стул и продемонстрировала ему, как надо ставить ножки и как повернуться. Матери она сказала: "А пускай падает, по крайней мере он тогда умрет".

Когда Еве было 6 лет, отец за столом рассказывал, что прочитал в газете статью о вредной привычке брать в рот и жевать цветочные лепестки; в статье подчеркивалось, что это может привести к опасным последствиям. Ева весьма внимательно слушала. Через два дня ее поймали на том, что она запихивала брату в рот кучу цветочных лепестков.

В детском отделении клиники Ева постоянно предъявляла свои требования, а если к ним не прислушивались, становилась озлобленной. В игры с другими детьми включалась с трудом. Любопытен один фотоснимок, сделанный в клинике: Ева смотрит исподлобья, выражение лица у нее характерное – полное затаенной злобы. Мы добивались того, чтобы обращение с ней было

предельно ровным. Девочка приспособилась к этому режиму и особых трудностей мы в связи с ее поведением не ощущали. Она даже старалась произвести хорошее впечатление" [Леонгард, 1981, с. 86-87].

Таким образом, расщепляющее воздействие на ребенка, согласно Р. Лэингу и Г. Бейтсону, может приводить к ситуации "**двойного зажима**" ("двойной связи"), что инициирует развитие шизофрении: в ситуации двойного зажима окажется ребенок, который получает от родителей (или от одного из них) сообщения, противоречащие друг другу на вербальном и невербальном уровнях и содержащие в себе опасность наказания или угрозу эмоциональной безопасности ребенка (когда от ребенка требуют одновременно инициативу и послушание, когда мать может требовать от ребенка ласки и одновременно быть отталкивающе холодной, язвительной, когда в школьном коллективе от ребенка ожидается поведение, о котором он точно не знает, каким оно должно быть в конкретных поведенческих актах). Возникает ситуация, при которой любое действие человека или отсутствие действия неизбежно сопровождается ощущением, что он разрывается на части.

В данном случае ребенок попадает в условия так называемого когнитивного диссонанса и стремится освободиться от амбивалентной, а поэтому парадоксальной, когнитивной ситуации посредством искажения действительности. Так, желая чего-то и не имея возможности получить данную вещь, человек может прибегнуть к дискредитации данной вещи (что можно проиллюстрировать басней о "зеленом винограде"), искажая при этом реальность, поскольку вещь все же является наделенной многими ценными качествами.

Таким образом, в сфере шизоидного отражения действительности две противоположные когниции не могут мирно соседствовать друг с другом, поскольку биполярное, расщепленное "черно-белое" сознание человека с его двоичной "**да-нет**" логикой мышления неспособно соединять противоположности. Это приводит к радикализации человека и общества, что мы и наблюдаем в современном мире, где биполярное мышление реализуется в "**мозаичной культуре**". Ги Дебор в книге "*Общество спектакля*" (1971 г.) показал, что современные технологии манипуляции индивидуальным и массовым сознанием способны разрушить в атомизированном человеке знания, полученные из реального жизненного и исторического опыта, заменить их искусственно сконструированной определенным "режиссером" системой знаний и представлений. В результате чего у нас складывается убеждение, что главное в жизни – видимость, которая формирует дистанцированную от позитивных ценностей виртуальную реальность. Таким образом, мозаичная культура разрушает правополушарное (иррациональное) мышление людей традиционного общества, продуцирует атомизированную, расщепленную действительность, которая характеризуется низким уровнем синергии и, поэтому, низкой жизненной активностью.

Формируется такое биполярное мышление в процессе противоречивых, амбивалентных социально-педагогических воздействий вместе с развитием левополушарного – "однозначно-одномерного" – мышления. У маленький же детей, которые характеризуются правополушарным многозначным, мистическим "дикарским" мышлением (ориентирующимся на "принцип реальности" Ж. Пиаже и З. Фрейда), противоречивые воздействия, как правило, не формируют расщепленно-шизоидную модель восприятия и поведения.

Однако в условиях интенсивного формирования однозначно-левополушарной стратегии освоения мира, способной устанавливать строго однозначные логические отношения в процессе познания и социализации, такие противоречивые воздействия зачастую приводят к радикализации однозначно-левополушарного мышления, то есть к его шизоидности и биполярности.

Как видим, следует понимать, что амбивалентное воздействие (с эффектом "двойного зажима") выступает необходимым воспитательным ресурсом для маленьких детей (до 6 лет), у которых доминирует многозначное правополушарное иррациональное отражение и освоение мира. В то время как во время интенсивного формирования однозначного левополушарного "расщепляющего" абстрактно-логического мышления (у детей 7-18 лет) такое воздействие с "двойным зажимом" может приводить к формированию у человека "расщепленной" шизоидной модели восприятия мира.

Возможно, именно этот последний негативный результат определил один из существенных аспектов классической парадигмы воспитания, согласно которой, воспитательные воздействия на детей должны быть согласованы и не противоречить друг другу, при этом не должно иметь место рассогласование между вербальными (словесная информация) и экстравербальными (жесты, эмоциональные реакции) сигналами, которые поступают к ребенку от его родителей и других людей, иначе это может привести к серьезным психологическим проблемам [см.: *Развитие личности ребенка, 1987*].

Если принять к сведению то, что развитие личности как суверенно-уникальной, свободной сущности реализуется в событийно-поведенческих зонах неопределенности, когда личность возвращается на "границах воспитательных воздействий", в противоречивых, парадоксальных, многомерных условиях социального бытия, что для развития личности губителен процесс социализации, осуществляемый на основе однозначного "черно-белого" поведенческого кода и системы ценностей, то становится понятным, что **парадокс является одним из основных факторов формирования личности в раннем детстве**, что рассогласование вербального и экстравербального (когда существуют противоречия между "словом и делом") как раз и раскрывает перед ребенком в истинном свете драматическую, парадоксальную и многовекторную бездну его космо-природно-социальной среды существования, способную в силу этого

создавать условия для формирования личности, отличающейся многовекторной же парадоксальной сущностью, могущей оперировать многозначностью и неопределенностью, что выступает основной характеристикой *творческого поведения и деятельности*.

Данный вывод вовсе не означает, что следует избегать состояния согласования вербального и экстравербального и специально создавать информационно-поведенческий хаос с целью воспитания личности. Парадоксальность данного процесса как раз и предполагает сочетание согласованных и несогласованных вербальных и экстравербальных сигналов для того, чтобы ребенок умел их различать и учился существовать в такой упорядоченно-неупорядоченной среде, соединяющей хаос и космос, возвышенное и профаническое, прекрасное и ужасное...

Отмеченное находит реализацию в *амбивалентном подходе в педагогике*, который возник в результате встречи полярных феноменов педагогической практики (коллектива и индивидуальности, хаоса и порядка, свободы и ответственности, дифференциации и интеграции и тому подобное) и философско-психологического понятия "амбивалентность" как способности человека осмысливать любое явление через дуальную оппозицию, – из двух противоположных сторон, которые противоречат друг другу и взаимно исключают друг друга, что позволяет достичь целостного статуса мышления через взаимное изменение, дополнение противоположностей, их взаимопроникновения, постоянного "переваривания" смысла через каждый из противоположных полюсов (С.У. Гончаренко [Гончаренко, 2009, с. 30]).

Отметим, что ориентация правого полушария ребенка на целостное многозначное понимание действительности реализует интегральное, целостное восприятие ребенком жизненного пространства, в которое он погружен. В сфере этого целостного мировосприятия сливаются воедино моральное и эстетическое, мысль и действия, поступки и намерения людей. В этом целостном сплаве жизни ребенок удивительно искренен и одновременно адекватен реальности, открыт истине, прозорлив, он четко ощущает несоответствие между внешними требованиями и внутренней реальностью.

"Дети не позволяют ввести себя в заблуждение. Потому что одновременно с опытом чувств воспринимают скрывающееся за ними моральное качество. Жест, мимика, голосовые нюансы и взгляд открывают ребенку намного больше, чем мы привыкли думать. На маленького ребенка сильно действуют даже невысказанные суждения, мысли, эмоции и намерения взрослых... Достаточно, если слово и дело взрослого в течение продолжительного времени расходятся друг с другом... Такое поведение противоречит природе маленького ребенка, который во всех жизненных проявлениях идентичен самому себе и лелеет невысказанное ожидание, что и другие люди в такой же степени правдивы. Без оглядки, без какой-либо дистанции отдается ребенок своему жизненному окружению и отождествляет себя с ним даже тогда, когда впечатления ему тягостны. Ребенок живет в единстве мира и "Я", внешнего и внутреннего, и многое зависит от того, встретятся ли ему люди, живущие в согласии с собой. В той мере, в которой ребенок получает такой опыт, закладывается снова его душевного здоровья и с ним – основа для сознательной борьбы за идентичность и аутентичность совершеннолетнего, взрослого человека... В природе ребенка – полная самоотдача чувственным впечатлениям и жизнь в настоящем моменте, и эта неповторимость является основой его самоформирования" [Патцлафф, 2008, с. 27-28, 61].

Такое целостно-интегрированное состояние ребенка реализуется в плоскости единства слова и дела, мысли и поступка, истины и красоты, что порождает внутреннюю связность социальных процессов, в которые ребенок погружен.

"К условиям переживания связи с миром относится наличие у ребенка опыта о том, что все воспринимаемые им вещи и процессы имеют внутреннюю связь, служат определенной цели, несут в себе смысл... у детей существует элементарная потребность вникать в мир с пониманием, переживать его как имеющий смысл и обозримый. Для их развития очень важно хотя бы иногда наблюдать, как, например, после еды грязная посуда не исчезает в посудомоечной машине, чтобы позже быть вынутой оттуда чистой, а вручную моется и вытирается; или как жар, необходимый для приготовления еды, возникает не от нажатия кнопки, а благодаря горению дерева, которое перед этим распилили и нарубили" [Патцлафф, 2008, с. 24-26].

Ребенок как бутон цветка развивается из состояния этой тотальной интегрированности бытия, этого чувственного целого, к которому ребенок относится с полным доверием и которое постепенно распадается и расщепляется в свете аналитической деятельности развивающегося интеллекта (*левого полушария*). Гете писал, что человек в достаточной мере подготовлен ко всем настоящим земным требованиям, если он доверяет своим чувствам и развивает их таким образом, что они остаются достойными этого доверия.

В связи с этим Р. Штайнер высказался таким образом: "Обман чувств становится реальной ошибкой только через интеллект" [см.: Этли, 2011, с. 18].

Расщепление бытийной тотальности детства, в которой чувства и мысли, действия и элементы ума представлены в интегральном поведенческом комплексе, предполагает то, что "...ребенок должен вначале научиться владеть телом, чтобы иметь возможность понимать мир; научиться хватать вещи, чтобы потом

схватывать их умом; должен нюхать, пробовать на вкус и брать в руки вещи, чтобы на собственном опыте пережить, что мир доступен и обозрим" [Патцлафф, 2008, с. 17]. Именно поэтому "раннее обучение детей происходит... в постоянном взаимоотношении их с телом: с одной стороны, обучение совершается в теле и посредством него, а с другой стороны, благодаря такому обучению само тело структурируется и формируется. Маленький ребенок открывается всеми органами чувств влиянием окружающего мира и впечатлениями от него и в то же время не может не вовлекать все эти переживания в работу над своей еще пластичной физической конституцией. Мир определенным образом впечатывается в тело" [Патцлафф, 2008, с. 20].

В связи с этим рассмотрим *современные и древние системы воспитания детей*.

Весь пафос *Вальдорфской педагогики*, выраженный через приведенные выше принципы, предполагает, что ребенок несет в себе источник базальной гениальности, который следует пробудить и актуализировать при помощи соответствующей социально-педагогической среды. Однако данный процесс должен протекать изнутри, когда данная среда должна следовать за разворачивающейся потенциальностью ребенка, а не тормозить ее "фонтирование", как это бывает в действительности, вызывая к жизни приведенную выше японскую пословицу, согласно которой в раннем детском возрасте ребенок – гений, потом он постепенно превращается в обычного человека. Это говорит о том, что "цель современной школы как социального института – тормозить развитие ребенка" (П.В.Тюленев).

В этой связи интерес представляют *принципы Вальдорфской педагогики*:

1) Принцип воспитания в духе свободы, который состоит в необходимости вести ребенка к свободному и плодотворному самопознанию, самоопределению, к полноценному развитию всех сил личности. Отсюда отсутствие единых методик и т.д.

2) Принцип целостности формирования личности: телесной, душевной и духовной ее сторон. Главное здесь – развить способность свободно и оригинально мыслить, ощущать, творить. Большое внимание уделяется развитию культуры чувств, художественно-музыкальных привычек, ремесленному мастерству, физическому развитию.

3) Принцип цикличности учебно-воспитательной деятельности, который состоит в учете особенностей возрастных циклов развития, суточных ритмов.

4) Принцип авторитета учителя, воспитателя, отцов, духовного идеала, что рассматривается как одна из самых важных движущих сил развития ребенка.

Управление школами в таких условиях осуществляется на основе самоуправления. В 1990 г. в ФРГ было 180 таких школ, в которых училось свыше 50 тыс. детей. Всего в мире – более пятисот вальдорфских школ, в которых отсутствует абсолютизация предметных уроков, здесь ребенок включается в занятия эстетико-художественного цикла – музыка, живопись, скульптура, архитектура, театр, эвритмия (особый вид искусства, синтез мысли и слова, цвета и музыки, движений тела и души). Наконец – занятия ручным трудом. Важными здесь есть общие волевые усилия учащихся и учителей. Обучение в вальдорфской школе представляет собой процесс результативного действия. Учитель излагает материал не рецептивным, а продуктивным методом, то есть не дает готовых определений и рецептов, сам осуществляет вместе с детьми все действия, необходимые для соответствующих умозаключений. Рисует вместе с ними рисунок к прочитанной сказке, составляет план местности во время урока-похода. Один из главных принципов – образное изложение материала. Детей учат образно мыслить, сопереживать, сочувствовать, включают в процесс учения всего человека, его представления, фантазию, чувство. Здесь обнаруживается гетеанистический метод познания, который предполагает познание мира через познание себя и наоборот. В таких условиях очень ценится здесь способность испытывать удивление и видеть чудо. Поэтому в первых-пятых классах так много сказок, мифов, легенд.

Как показал в своей книге *"Детство и общество"* Э. Эриксон, именно такая воспитательная идеология присуща древним (примитивным) сообществам. Поясним данный вывод при помощи положений книги Ж. Ледлофф (*"Как вырастить ребенка счастливым. Принцип преемственности"*), которая провела несколько лет в племенах американских индейцев, где в отношениях между взрослыми и детьми царит полная гармония, которой так не хватает в цивилизованном обществе.

Ж.Ледлофф пришла к выводу, что если мы будем обращаться с детьми так, как это делали наши предки на протяжении тысячелетий, наши малыши будут спокойными и счастливыми. Эта книга о том, как важно, воспитывая ребенка, прислушиваться к собственной интуиции, а не к советам "экспертов" в области ухода за детьми. В связи с этим Ж. Ледлофф пишет, что большинство авторов книг по уходу за ребенком не только не знают ответа на вопрос, как вырастить ребенка счастливым, но даже не понимают его сути. Они считают (и заставляют верить в это родителей), что счастье ребенка целиком складывается из сухих подгузников, детского питания и плюшевых зверьков.

Как отмечает Леонид Шарашкин в предисловии к книге Ж.Ледлофф,

"в нашем стремлении дать ребенку "все, что ему нужно", мы часто проходим мимо самого главного – того, в чем он нуждается не просто для того, чтобы выжить, но для того, чтобы вырасти счастливым. Привычным является мнение о том, что ребенок для молодой семьи – большое испытание: он плачет, будит родителей по ночам, а когда начинает ползать и ходить, все норовит сломать и опрокинуть. Мы списываем это на то, что "все дети такие", и даже не замечаем, что у

кошки, которая никогда не читала умных книг по уходу за котятками, котятка плачут куда реже, чем у нас – человеческие детеныши... Мы не только не знаем и не понимаем истинных потребностей наших детей, но еще и привыкли перекалывать ответственность за их здоровье, воспитание и безопасность на кого-то еще: мы рожаем детей в роддомах, если они заболеют – отводим к врачу, отдаем их воспитывать в детские сады, а потом в школу. Но те, кому мы доверяем наших детей, тоже не всегда знают, что нужно ребенку для счастья; они тоже узнавали об этом из книжек, авторы которых имеют о счастье неизвестно какое представление...

Получается порочный круг: каждый думает, что знает, как вырастить детей счастливыми. Некоторые даже пишут об этом книги. Но на самом деле мало кто об этом знает, отчасти потому, что редко встречаются люди, которые умеют – без всяких книг, просто следуя внутреннему инстинкту – быть счастливыми и растить счастливыми своих детей... Жан Ледлофф, прожив с ними два с половиной года, поняла, чем их воспитание детей отличается от нашего, поняла, почему их дети вырастают счастливыми, а наши на всю жизнь остаются "трудными подростками". Поняв это, она написала об этом книгу – книгу о том, как вырастить детей счастливыми. Известный психолог Джон Холт сказал о ней: "*Если есть книга, которая могла бы спасти мир, то эта книга перед вами*". Эти слова – не преувеличение, ведь все многообразие самых страшных проблем человечества – войны, преступность, самоубийства; нищета, голод, болезни; депрессии, наркомания и алкоголизм; загрязнение и разрушение природы – только проявление внутреннего неблагополучия современного человека. А так как счастье или несчастье начинаются там же, где и новая жизнь – с рождения и воспитания ребенка, то, правильно относясь к детям, мы не только обеспечиваем им психическое благополучие на всю жизнь, но и делаем первый и самый важный шаг к более радостному и человеческому устройству общества, к миру без насилия и страдания" [Ледлофф, 2003].

В целом, можно отметить такие *особенности индейского воспитания детей*:

Индейские дети не знают, что такое наказание. Поэтому они неприхотливы и не капризны. С рождения им прививают уважение к взрослым и правильное спокойное поведение.

Запреты для детей здесь также отсутствуют – взрослые доверяют им как самим себе. Ребенку просто объясняют о возможных последствиях его поступков.

Дети вполне самостоятельны и не требуют надзора.

Ребенок всегда участвует во всех делах своих родителей, он наблюдает, обучается.

Слишком большая опека над ребенком расценивается как плохое воспитание. Так, считают индейцы, у ребенка появляются страх.

Дети с пеленок присутствуют при всех делах взрослых. У них имеются маленькие копии инструментов – так они приобщаются к взрослому труду.

Индейцы радуются, если у ребенка возник интерес к какому-то делу, даже если он не доводит его до конца.

У индейцев нет слов, обозначающих время. Так, привычное для европейских детей слово "потом" здесь неприемлемо. Поэтому индейский родитель реагирует сразу на первое требование ребенка.

В племенах нет понятия чужих детей, ко всем детям взрослые относятся одинаково. Взрослые не критикуют и не сравнивают детей друг с другом. У них принято усаживаться кругом и беседовать на разные темы – таким образом, они выражают доверие друг к другу.

Девочек воспитывает мама, приучая их к заботе о мужчине, прививая к нему уважение и даже страх. Обряд инициации девочки проходят в 13 лет.

Воспитанием мальчика занимается отец (*Иван Раздолин, korolevchanka.ru/ promotion-articles/vsie-dlya-detey/37844/*).

Понимание данной системы воспитания значительно углубляется в книге Э.Эриксона "*Детство и общество*", где автор изучает процесс детства у двух племен американских индейцев.

Удивительно схожей с индейской является *тибетская система воспитания детей*:

Первый период. Ребенку до 5 лет.

С ребенком нужно обращаться как с царем. ЗАПРЕЩАТЬ ничего нельзя. Только отвлекать. Если он делает что-то опасное, то сделать испуганное лицо и издать испуганный возглас. Ребенок такой язык понимает прекрасно. В это время закладывается активность, любознательность, интерес к жизни. Ребенок еще не способен выстраивать длинные логические цепочки. Например, он разбил дорогую вазу. Он не понимает, что для покупки такой вазы нужно много работать, заработать денег. Наказание он воспримет как давление с позиции силы. При этом вы научите его не бить вазы, а подчиняться тому, кто сильнее.

Второй период. Возраст ребенка с 5 до 10 лет.

В это время с ребенком обращаться "как с рабом". Ставить перед ним задачи и требовать их выполнения. Можно наказывать за невыполнение (но не физически). В это время активно развивается интеллект. Ребенок должен научиться прогнозировать реакцию людей на его поступки, вызывать положительное отношение к себе и избегать проявления отрицательного. В это время не бойтесь нагружать ребенка знаниями.

Третий период. Возраст ребенка с 10 до 15.

С ребенком обращаются как с равным. Не на равных, а именно "как с равным", так как взрослый все равно имеет больше опыта и знаний. Нужно советоваться с ребенком по всем важным вопросам, предоставлять и поощрять самостоятельность. Свою волю следует навязывать в "бархатных перчатках" в процессе обсуждения, подсказками, советами. Если вам что-то не нравится, то акцентируете его внимание на негативных последствиях, избегая прямых запретов. В это время формируется самостоятельность и независимость мышления.

Последний период. Он уже не ребенок с 15 лет.

Относитесь к ребенку с уважением. Воспитывать уже поздно и вам остается только пожинать плоды своих трудов.

Возникает вопрос, связанный с тем, *какие последствия может вызвать несоблюдение этих правил.*

Если подавлять ребенка до 5 лет, то подавляется его жизненная активность, интерес к жизни, интеллект, иммунитет. Ребенок приучается бездумно и привычно подчиняться грубой силе, что сделает из него легкую жертву для всякого рода негодяев.

Если вы будете продолжать сюсюкать после 5, то ребенок вырастет инфантильным, не способным к труду и вообще к духовным усилиям.

Если вы будете опекать ребенка, как маленького после 10, то ребенок вырастет неуверенным, будет зависимым от более самостоятельных друзей, которые не всегда могут оказывать нужное влияние.

Если вы не будете уважать ребенка после 15, то он вам этого не простит и уйдет навсегда при первой возможности (<http://soul.az/news/349>).

Нечто подобное мы наблюдаем в системе *традиционного японского воспитания*, где

"период "вседозволенности" у малыша продолжается всего до 5 лет. До этого возраста японцы обращаются с ребенком, "как с королем", с 5 до 15 лет – "как с рабом", а после 15 – "как с равным". Считается, что пятнадцатилетний подросток – это уже взрослый человек, который четко знает свои обязанности и безукоризненно подчиняется правилам. В этом заключается парадокс японского воспитания: из ребенка, которому в детстве разрешали все, вырастает дисциплинированный и законопослушный гражданин. Однако торопиться с перенесением японских методов воспитания в российскую действительность не стоит. Было бы неправильно рассматривать их в отрыве от мировоззрения и образа жизни японцев. Да, маленьким детям в этой стране разрешают все, но в 5-6 лет ребенок попадает в очень жесткую систему правил и ограничений, которые четко предписывают, как надо поступать в той или иной ситуации. Не подчиняться им невозможно, поскольку так делают все, и поступить по-другому – означает "потерять лицо", оказаться вне группы. "Всеу свое место" – один из основных принципов японского мировоззрения. И дети усваивают его с самого раннего возраста.

Основная задача японской педагогики – воспитать человека, который умеет слажено работать в коллективе. Для жизни в японском обществе, обществе групп, это необходимо. Но перекокс в сторону группового сознания приводит к неумению самостоятельно мыслить. Более того, идея соответствия единому стандарту настолько прочно укореняется в сознании детей, что если кто-то из них и высказывает собственное мнение, он становится объектом насмешек или даже ненависти. Это явление сегодня особенно распространено в японских школах и получило название "*идзимэ*" (понятие, близкое нашей армейской "дедовщине"). Нестандартного ученика травят, часто избивают. Японцы и сами прекрасно видят негативные стороны своей педагогической системы. Сегодня в печати много говорится об "острой потребности в творческой личности" и необходимости выявлять одаренных детей уже в раннем возрасте... Наблюдаются в Стране Восходящего Солнца и явления, которые свойственны в том числе странам запада: растет инфантилизм подростков, возникает неприятие молодежью критики со стороны взрослых, проявляется агрессия по отношению к старшим, в том числе и к родителям. Но чуткое и заботливое отношение взрослых к детям, внимание к проблемам нового поколения, ответственность родителей за судьбу ребенка – качества, которым вполне можно поучиться у японцев, несмотря на все различия в менталитете" (*Татьяна Тимофеева* – <https://www.2mm.ru/malysh/vospitanie-rebenka/303/yaponskoe-vospitanie>).

Как видим, *системы образования, характерные для восточной цивилизации, достаточно схожи, поскольку эти цивилизации характеризуются, в известном смысле, доминированием правополушарной психики.*

И это вполне объяснимо: как показали исследования В.В. Аршавского, у представителей народов, живущих в Северо-Восточных районах Евразии, в состоянии бодрствования относительно усилена активность правого полушария [*Ротенберг, 1984*]. То есть у народов, у которых активизированы правополушарные функции высшей нервной деятельности, первую скрипку играют когнитивные функции правого полушария, что сказывается, в том числе, и на иконическом характере их письменности.

Рассмотренные системы дошкольного воспитания/образования обнаруживают конкретные этапы,

которые концептуализируются при помощи *волновой модели реальности*.

Отметим, что движение в его наиболее общем виде моделируется в виде синусоиды. Волна в ее наиболее общем, редуцированном, диалектическом виде реализуется как триадная сущность, фиксирующая единство статического и динамического аспектов реальности:

- 1) точку максимума волны (тезис, который на уровне методологического анализа действительности выступает единичным "+"),
- 2) точку минимума волны (антитезис, особенное "-") и
- 3) снова точку максимума волны (синтез, общее "+").

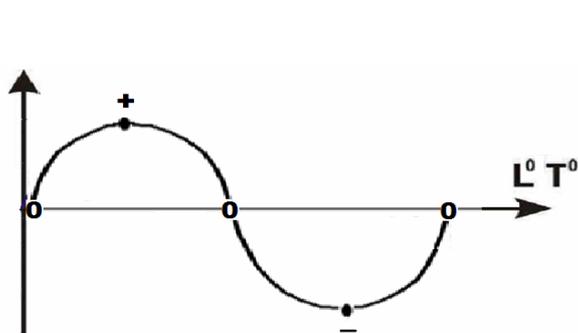


Рис. 11. Синусоидальная модель любого изменения

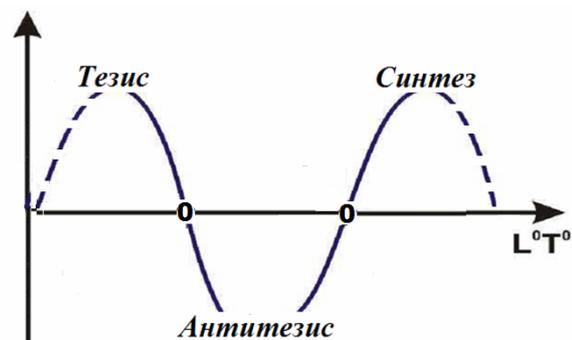


Рис. 12. Волновая модель реальности, объясняющая триаду "тезис – антитезис – синтез", а также иллюстрирующая этапы развития человека

Рассмотренная волновая парадигма развития может быть применена к анализу процесса развития человека в контексте *концепции функциональной асимметрии полушарий* (правого – ПП и левого – ЛП) *головного мозга*, а также применительно к рассмотренному материалу.

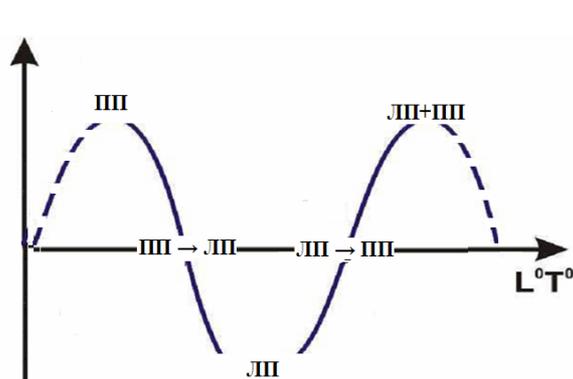


Рис. 13. Волновая модель полушарных трансформаций в процессе развития человека



Рис. 14. Волновая модель развития человека

На данных рисунках изображаются волновые модели развития человека, согласно полушарным трансформациям.

1) *На раннем, первом, этапе* наблюдается минимальная полушарная асимметрия с доминированием правополушарных функций. Это состояние коррелирует с эмбриональным "райским" состоянием ребенка (который слит с организмом матери), а на уровне филогенеза – с "райским" существованием примитивных сообществ, "слитых" с природой.

2) *Второй этап* реализует состояние перехода от право- к левополушарному доминированию. Этот этап соответствует постнатальному состоянию ребенка, который переходит от состояния слитности с материнским организмом к автономному статусу. Этот промежуточный этап, реализующий определенное равновесие полушарных функций, можно соотнести с *уравнительной* фазой нервных процессов. Здесь обнаруживается многозначно-парадоксальное восприятие и освоение действительности. На уровне форм деятельности данное состояние проявляется в виде *игры* – свободной спонтанной творческой активности, существующей ради самой активности.

3) *На третьем этапе* наблюдается усиление и достижение максимума левополушарных функций, характерное для молодого и взрослого человека. Здесь имеет место однозначное, "максималистское"

абстрактно-логическое познание и освоение действительности. На уровне форм деятельности данное состояние реализуется в виде *труда* – мотивированной внешними условиями активности.

4) *На четвертом этапе* левополушарное доминирование начинает уравниваться правополушарными функциями, что способствует разворачиванию процессов гармонизации психических функций, смягчению однозначно-максималистского восприятия действительности, что наблюдается у зрелого человека, перешагнувшего 20-30-летний пик своего развития. Данное состояние можно соотнести с *уравнительной* фазой нервных процессов. На уровне форм деятельности данное состояние реализуется в виде *творчества* – свободной спонтанной творческой активности, существующей ради самой активности.

5) *На пятом этапе* наблюдается полная гармонизация полушарных функций, старый человек погружается в предсмертное и постсмертное "райское" состояние слияния с космоприродной средой.

Приведенный сюжет развития человека вполне объясняет рассмотренные выше индейскую, тибетскую, японскую и вальдорфскую системы воспитания, которые предполагают такую сюжетную канву.

На первом-втором этапе реализуется "мягкое и трепетное" воздействие, отвечающее "райской" природе существования ребенка, который на этих этапах еще полностью не освободился от состояния слитности с материнским организмом, с которым он пребывал в полной гармонии. На этом этапе ребенок характеризуется состояниями, характерными для *уравнительной фазы*, что предполагает парадоксально-многозначное восприятие и мышление, которое на уровне воспитательных воздействий реализуется в контексте *мягкого синергетического управления*. На этой стадии развития ребенок не боится противоречивых воздействий и не подвержен развитию в направлении шизоидно-расщепленной психики. Напротив, здесь парадоксально-абсурдные сигналы внешней среды формируют у ребенка установку на мистико-диалектическое мировосприятие.

На *третьем этапе* вместе с развитием однозначно-левополушарных функций, реализующих волевое усилие [Немчин, 1983, с. 78-80], возникает потребность как в развитии однозначного абстрактно-логического мышления (что предполагает строго однозначный код влияния на ребенка), так и развития воли (автономного начала), формирование которой требует достаточно сильных внешних влияний: как пишет П.В.Симонов, творец информационной теории эмоций, воля, в отличие от феноменов нашего инерциального мира, где тела от толчка ускоряются, а перед препятствием замедляют свое движение, проявляет неинерциальные (запредельные) свойства (отвечающие принципу отрицательной обратной связи): от толчка она замедляется, а перед препятствием эскалируется. Здесь воля действует "от противного": она атрофируется вне препятствий и усиливается при их наличии. Так ведут себя в мнимом неинерциальном мире тела с мнимой массой, подобной "корень квадратный из минус единицы" [Симонов, 1974]. Состояние воли, как видим, реализуется как *парадоксальная фаза нервных процессов*. На этой стадии развития ребенок боится противоречивых воздействий, могущих направить развитие к шизоидно-расщепленной психике, что особенно опасно для детей, у которых на первом-втором этапах не вполне сформировалось парадоксально-мистическое мировосприятие.

Проведенный анализ позволяет сделать такие выводы.

1. *Ребенок развивается от состояния правополушарной слитности с миром*, характеризуясь многозначным парадоксальным мышлением и открытостью к чуду, парадоксу, абсурду. В этом (дошкольном) возрасте важнейшим инструментом воспитания и обучения выступает *обучающая сказка* (как фундаментальный аспект *педагогической парадоксологии*: см. нашу монографию "*Педагогическая парадоксология: аксиоматический, теоретический и прикладной аспекты*"), в которой на предметно-образном уровне закодированы важнейшие научные представления человечества. Отметим, что ребенок начинает познавать мир на базе мифа, сказки, которые несут в себе эталоны нормативного поведения, мудрость народов мира, позволяют прогнозировать события, строить свое поведение на основе конструирования модели окружающего, выступая при этом особым культурологическим феноменом. Конкретно-образная синтетическая "ткань" сказки может получать аналитическую проекцию. Сама сказка в этом случае выступает в виде научающего средства, которое способствует не только кристаллизации абстрактно-логического мышления, но и сплавлению образа и идеи, предмета и знака, чувства и мысли. Посредством этого формируется медитативно-интуитивное, просветленное, понимающее отражение действительности, предполагающее воссоединение экспрессивного и логического компонентов психической деятельности, что приводит к порождению феномена "подлинного бытия", поисками которого уже много веков и тысячелетий занимаются люди.

Чем глубже проникает ребенок в царство сказок и чем более обширно это царство, тем больше научно-теоретических смыслов он впоследствии способен воспринимать и формировать. То есть, необходимо полное раскрытие ресурсов правого творческого полушария (суть творчества заключается в умении мыслить целостно, соединяя факты и реалии, относящиеся к разным сферам жизни), необходимо не спешить заменить его активность левополушарной. Как писал А.В.Запорожец, ум человека, у которого в детские годы не сформировалось должным образом непосредственное восприятие окружающего и наглядно-образное мышление, может получить впоследствии одностороннее развитие, приобрести чрезмерно отвлеченный от конкретной действительности характер.

2. *Далее в младшем школьном возрасте у ребенка активно развивается левополушарная*

способность к однозначному абстрактно-логическому мышлению, позволяющему ребенку осознавать себя в поле причинно-следственных зависимостей. В этом возрасте важным выступают рутинные школьные обучающие процедуры лучших образцов традиционной школы, в том числе средства развития теоретического мышления (система Эльконина-Давыдова). Кроме того, постигать причинно-следственные связи мира ребенок должен в контексте четырех альтернатив ориентальной логики, что реализуется на основе притч и коанов. Здесь начинается изучение парадоксов.

3. В старшем школьном возрасте к ресурсам младшей школы добавляются ресурсы естественнонаучных и философских дисциплин, а также углубленное изучение всевозможных парадоксов, как логико-семантических, так и онтологических, универсальных матриц знаний, на основе чего формируются представления о синтезе знаний.

Сквозными развивающими средствами выступают **метаморфозная педагогика** (обучающая ребенка воспринимать мир в движении и развитии, выступающими основным атрибутом реальности),

Для обеспечения отмеченного аспекта развития личности целесообразно сформировать специальный раздел педагогики – **метаморфозную педагогику** (которая на дошкольном уровне реализуется как психолого-педагогическое направление **обучающей сказки**), являющейся существенным аспектом **бифуркационной педагогики** и ориентирующейся на формирование у учащихся знаний, умений и навыков реализации разных, в том числе и творческих метаморфоз.

Метаморфозы, особенно если они являются реальными жизненными и научными фактами, способны в корне изменить **ценностно-мировоззренческую сферу** человека. Следовательно, в рамках метаморфозно-бифуркационной педагогики можно говорить о таком образовательном направлении, как **педагогика жизненных фактов**, призванная осуществлять многостороннее развитие человека посредством целостной системы жизненных фактов-метаморфоз.

При этом педагогика жизненных фактов базируется на фундаментальных социально-психологических закономерностях, открытых социальной психологией, в соответствии с которыми люди не спешат делать выводы на основе общеизвестного (общих теоретических фактов действительности), но с удивительной легкостью формируют впечатления об общеизвестном на основе ярких примеров – эмоционально насыщенных событий, которые человеку легко актуализировать при помощи своих ощущений и которые, поэтому, кажутся ему более вероятными и убедительными, чем статистическая информация.

Следовательно, эффективное психолого-педагогическое влияние должно осуществляться на основе ярких жизненных фактов, иллюстрирующих определенные общетеоретические сведения и научные данные, что достигается как при помощи индуктивной, так и дедуктивной стратегий, то есть движения как от фактов к теории, так и от теории к фактам: в любом случае это помогает совместить левополушарный абстрактно-теоретический и правополушарный наглядно-эмоциональный способы восприятия действительности и достичь функционального синтеза полушарий как состояния "сверхсознания" и цели развития человека, сформировать у него одну из главных метаморфозных способностей, заключающуюся в умении к взаимной трансформации конкретно-образного и абстрактно-логического.

Таким образом, педагогическая парадоксология [Вознюк, 2016] использует **педагогику жизненных фактов** (предоставляющую ребенку жизненные факты, соответствующие истинной картине реальности, а также **теоцентрическую педагогику** (формирующую у ребенка представление о Высшей Реальности).

В контексте соединения право- и левополушарных аспектов важным является использование **инновационных педагогических направлений**, которые предполагают развитие новой **резонансно-синергетической парадоксологической педагогической парадигмы** (М.Цветаева: "Ребенка нужно не научить, а заковать") – суггестопедии, акмеологии, педагогической синергетики, резонансного обучения, суперобучения, гештальтообразования, проблемноцентрированной педагогики, субъект-субъектной личностно ориентированной парадигмы, коллективных форм обучения (система Щетинина), предполагающих единство логического и образного (технология опорных сигналов Шаталова); педагогики раннего опережающего развития ребенка (системы Лобка, Тюленева и др.); метода укрупнения дидактических единиц Эрдниева, метода развития теоретического мышления (Эльконина-Давыдова) и др.

ВЫВОДЫ

Концепция функциональной асимметрии полушарий головного мозга человека позволяет утверждать, что **развитие человека идет от правого полушария к левому, а от него к их функциональному синтезу, реализующему фундаментальную психическую функцию – дипластию** (способность человека объединять в одном контексте противоположные, исключаящие друг друга понятия, образы, предметы, что выступает основной характеристикой творческого мышления – цели образовательного процесса). При этом эволюция человека в онто- и филогенезе, как показывают антропологические и психологические исследования, идет от правополушарного психического модуса (у ребенка) к левополушарному (у взрослого), а от него – к их синтезу (у пожилого человека). Отмеченный диалектический алгоритм позволяет сделать **вывод**, что информация, организующаяся в рамках правого полушария по аналого-синтетическому принципу, способна транскрибироваться, разворачиваться в рамках левополушарной психики по линейно-аналитическому принципу, когда имеет место явление взаимного обращения целостно-синтетического и атомарно-аналитического типов знания. Поэтому **результаты** социально-педагогических воздействий на ребенка в дошкольном возрасте, реализующие на

уровне его правого полушария, в среднем и старшем школьном возрасте получают проекцию в сфере абстрактно-логических форм мышления на уровне левого полушария. Таким образом, в дошкольном возрасте имеет место своеобразная *кодировка* будущего поведения человека через правополушарную "призму" наглядности и образности, *когда социальные смыслы, транслируемые социально-педагогической средой, "запаковываются" в сказочно-метафорических сюжетах.*

Данный процесс обнаруживает две принципиальные проблемы.

Первая проблема. Если ребенок дошкольного возраста в силу доминирования правополушарной многозначно-парадоксальной стратегии восприятия и освоения действительности открыт *многозначно-парадоксальным* воздействиям социально-педагогической среды, то ребенок среднего и старшего школьного возраста сензитивен по отношению к *однозначно-рациональным* воздействиям, когда *многозначные* воздействия, согласно Р.Лэингу и Г. Бейтсону, могут приводить (и часто приводят) к шизоидно-расщепляющему эффекту, к ситуации "*двойного зажима*" ("двойной связи"), что инициирует развитие биполярного мышления и шизофрении: в ситуации двойного зажима окажется школьник, который получает от социально-педагогической среды сообщения (воздействия), противоречащие друг другу (когда от школьника требуют одновременно инициативу и послушание, когда мать может требовать от своего чада ласки и одновременно быть отталкивающе холодной, язвительной, когда в школьном коллективе от ребенка ожидается поведение, о котором он точно не знает, каким оно должно быть в конкретных поведенческих актах). Возникает ситуация, при которой любое действие на школьника среднего и старшего возраста неизбежно сопровождается ощущением, что его "разрывают на части". Это шизоидное состояние называется *когнитивным диссонансом* (вызванным амбивалентной парадоксальной когнитивной ситуацией), от которого школьник стремится освободиться посредством механизма психологической защиты, что приводит к *искажению действительности*. Так, желая чего-то и не имея возможности получить данную вещь, человек может прибегнуть к дискредитации данной вещи, искажая при этом реальность (см. басня "О зеленом винограде").

Таким образом, в сфере однозначного биполярного отражения действительности две противоположные когниции не могут мирно соседствовать друг с другом, поскольку биполярное, расщепленное "черно-белое" сознание человека с его двоичной "*да-нет*" логикой мышления неспособно соединять противоположности. Это приводит к радикализации человека и общества, что мы и наблюдаем в современном мире, где получает развитие биполярное мышление, реализующееся в "*мозаичной культуре*" (Ги Дебор).

Вторая проблема. В школьном возрасте вместе с развитием левополушарного абстрактно-логического мышления запакованные в раннем детстве смыслы начинают распаковываться в сфере процедур линейной (левополушарной) логики, когда *многозначно-парадоксальные правополушарные смыслы преобразуются в однозначно-рациональные левополушарные формы, что приводит к искажению правополушарных смыслов со всеми вытекающими из этого психолого-поведенческими последствиями.* Так, психологические установки, сформированные у малыша на иррационально-правополушарном уровне, в школьном возрасте имеют тенденцию подвергаться рационализации на уровне однозначной "да-нет" левополушарной логики. А это часто приводит к тому, что усвоенные моральные императивы ("мой руки перед едой", "уважай старших", "верь в Бога"...) начинают преобразовываться в анти-императивы как следствие действия левополушарного "демона противоречий".

Решение обнаруженных проблем.

Новый подход к дошкольному образованию предполагает три этапа развития ребенка и определенные социально-педагогические воздействия на каждом из них.

Первый этап. Амбивалентное воздействие (с эффектом "двойного зажима") выступает необходимым воспитательным ресурсом для маленьких детей (до 6 лет), у которых доминирует многозначное правополушарное иррациональное отражение и освоение мира. В то время как в условиях интенсивного формирования однозначно-левополушарной стратегии освоения мира, способной устанавливать строго однозначные логические отношения в процессе познания и социализации, такие противоречивые воздействия зачастую приводят к радикализации однозначно-левополушарного мышления, то есть к его шизоидности и биполярности.

Поэтому на этом этапе следует реализовывать "мягкое и трепетное" воздействие, отвечающее "райской" природе существования ребенка, который еще полностью не освободился от состояния слитности с материнским организмом, с которым он пребывал в полной гармонии. На этом этапе ребенок характеризуется состояниями, характерными для *уравнительной фазы психики*, что предполагает парадоксально-многозначное восприятие и мышление, которое на уровне воспитательных воздействий реализуется в контексте *мягкого синергетического управления*. На этой стадии развития ребенок не боится противоречивых воздействий и не подвержен развитию в направлении шизоидно-расщепленной психики. Напротив, здесь парадоксально-абсурдные сигналы внешней среды формируют у ребенка установку на мистико-диалектическое мировосприятие и творческое мышление.

Второй этап. Вместе с развитием однозначно-левополушарных функций, реализующих волевое усилие (Е.А.Немчин) возникает потребность в развитии однозначного абстрактно-логического мышления (что предполагает строго однозначный код влияния на ребенка). На этой стадии следует согласовывать множество различных воздействий социально-педагогической среды, поскольку здесь

ребенок боится противоречивых воздействий, могущих направить развитие к шизоидно-расщепленной психике, что особенно опасно для детей, у которых на первом этапе не вполне сформировалось парадоксально-мистическое, сказочно-метафорическое мировосприятие.

Третий этап. Старший школьный возраст требует такой социально-педагогической среды, которая бы обеспечила протекание психических процессов школьников на уровне полушарного синтеза, когда развитые левополушарные функции согласуют с противоположными правополушарными функциями, что требует привлечение нового развитого нами направления в педагогике – *педагогической парадоксологии*.

В целом, приведенные положения согласуются с особенностями индийского воспитания детей (см. книгу Жан Ледлофф "Как вырастить ребенка счастливым"), реализуют принципы тибетской и японской воспитательных систем, а также выражают пафос Вальдорфской педагогики: ребенок несет в себе источник базальной гениальности, который следует пробудить и актуализировать при помощи соответствующей социально-педагогической среды.

10.4. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОТЕРАПИИ

В связи с этим можно говорить о синергетическом принципе "*талант – это сумма талантов и способностей*", который основывается на том предположении, что основой для всех специальных способностей являются общие способности ("генеральный фактор интеллекта", "базальный фактор одаренности"). Этот принцип в свое время выдвинул Б.М. Теплов, который показал, что талант – это многостороннее явление. Последнее отвечает синергетическому принципу сверхаддитивности, когда целостные системы обнаруживают системные свойства, не присущие свойствам элементов, их составляющих. Данную идею воплотил в практике *М.П. Щетинин [Щетинин, 1988, с. 60-22]*, который опирался на положение: способность к одному виду деятельности состоит из возможностей к другим, а потому задание по развитию каждой способности должно быть одновременно и заданием по развитию "побочных" способностей, когда для того, чтобы воспитать специалиста, необходимо, кроме работы над специализацией, развивать "человека вообще", человека в целом.

Исследователем был проведен эксперимент: взяли группу так называемых музыкально малоодаренных, то есть в обычном смысле бесперспективных учащихся, и, влияя на формирование "побочных" интересов, проследили, как это скажется на качестве их музыкального исполнительства. Первое время исследователь почти отказался от обычной формы урока по специальности: дети читали стихи, писали рассказы, делали зарисовки, играли в спортивные игры, ходили в туристические походы, в лес, слушали у ночного костра таинственные истории. Музыкальные занятия были не основной частью их работы. В результате у учащихся окреп интерес к музыке, появилась вера в свои силы, что дало свои плоды: на музыкальном конкурсе все призовые места были отданы представителям экспериментального класса. Когда автору эксперимента задавали вопрос: "как вы работаете над пьесами?", ответ был следующий: "мы работаем над человеком".

Так родилась идея *школы-комплекса*, которая в первоначальном виде содержала потребность в сознании союза школ: общеобразовательной, музыкальной, художественной и хореографической.

Отметим, что эксперименты *М. П. Щетинина* опирались на исследования ученых. Так, еще *И. П. Павлов* убедительно показал, что "словесно-знаковое", второсигнальное (то есть левополушарное) требует постоянного подкрепления со стороны образного (то есть правополушарного). Этот процесс рассматривался *И.П. Павловым* как необходимое и даже определяющее условие нормального функционирования слова, когда активность мышления в конечном счете обусловлена активностью сенсорного аппарата.

Данные выводы подтверждаются и авторской методикой *А.А. Самбурской*, которая обучает детей чтению, письму и математике на основе музыкальной деятельности (<http://alicepush.ucoz.ru/index/0-5>): головной мозг человека является самым сложным образованием Вселенной. Он содержит около триллиона клеток, из которых 100 миллиардов – нейроны, каждый из которых связан с тысячами других. Формирующиеся в процессе развития мозга межнейрональные комплексы и межцентральные связи лежат в основе его интеграции. По мере созревания мозга степень устойчивости его интеграции нарастает. Лишь при этом условии он способен к обучению и формированию высших психических функций.

Деятельность полушарий является взаимодополнительной, отражая неравномерность распределения функций между двумя различными системами мозгового кодирования. Правое полушарие в большей степени обладает континуальными функциями, т.е. кодирует "целостность", а левое – дискретными функциями, т.е. кодирует существенные признаки целого. Поскольку восприятие музыки обеспечивается обоими полушариями, каждое из которых регулирует различные функции, цельное впечатление от музыки обеспечивается интеграцией специализированных когнитивных и эмоциональных процессов, протекающих в обоих полушариях. Музыкальная деятельность вызывает усиление межцентрального и межполушарного взаимодействия, т.е. интеграцию мозга.

Профессор Честерского Университета *Кэйти Овери* сформулировала аспекты так называемых "интеллектуальных выгод" от музыки. Как сообщается в журнале "*Nordic journal of music therapy*" (№ 1, 2000), ею были определены побочные интеллектуальные эффекты, возникающие в результате

музыкальных влияний, такие как: повышение уровня читательских навыков; повышение уровня речевых навыков; улучшение навыков, необходимых для решения пространственных и временных задач; улучшение вербальных и счетно-арифметических способностей; улучшение концентрации внимания; улучшение памяти; улучшение моторной координации.

Мария Спайхигер из Университета Фрайбург (Швейцария) представила ряд положений относительно музыкального эффекта перемещения. Следует уточнить, что "эффектом перемещения" или "перемещением обученности" называют усовершенствование одной познавательной способности или моторного навыка за счет предшествующего изучения или практики в другой области. Обычный пример перемещения моторного навыка – то, что умение ездить на велосипеде значительно облегчает процесс обучения катанию на коньках или другое действие, которое требует умения поддерживать равновесие при движении. Спайхигер указала, что эффекты перемещения между музыкой и учебными предметами наиболее вероятны, поскольку, как и множество других известных эффектов перемещения, основаны на подобиях между умственными и эмоциональными действиями.

Эти эффекты были подтверждены исследованиями *А.А. Самбурской*. В эксперименте (1998-2004) принимали участие разновозрастные группы детей с разным уровнем музыкальных способностей – учащиеся дошкольных студий и детских центров, ученики подготовительного отделения ДМШ №1 им.С.Прокофьева, ученики 1-х классов московской школы № 324 с углубленным изучением музыки. Обучаясь по интегрированной методике на музыкальной основе все дети (в возрасте от 2 до 7 лет) показывали более высокие показатели обученности, чем контрольные группы.

Эти результаты сохранялись на протяжении последующих лет обучения детей в следующих классах. Справедливости ради нужно заметить, что нами также использовались технологии "глобального чтения" и "количественной математики", что также сыграло свою положительную роль и благотворно сказалось на всем учебном процессе. И все же без музыки достичь такого эффекта вряд ли было возможным.

Положительные эмоции, вызванные музыкой, увеличивают мотивацию детей, активизируют деятельность не только обучающихся, но и преподавателей, стимулируют познавательный процесс. Музыкальная деятельность неизменно пробуждает интерес к излагаемому материалу, развлекает, успокаивает, придает силы.

"Музыкальные дети" выгодно отличаются от своих сверстников: у них более развиты процессы восприятия, памяти; речевые, орфографические и вычислительные навыки; такие дети более дисциплинированы и эмоциональны. Мыслительные процессы "музыкальных" людей отличают более высокая скорость мышления и полифоничность – способность одновременно обрабатывать большое количество разнообразной информации.

В результате экспериментов *М. П. Щетинин* делает вывод, что развивать и совершенствовать мыслительные способности – значит, прежде всего, развивать и совершенствовать их корни – чувственные формы восприятия. Последнее означает включение всех форм чувственного восприятия и, главным образом, зрительного, двигательного и слухового, в активную деятельность, а в условиях школы – в учебно-тренировочную среду. В противном случае способности отражать внешние воздействия угаснут, органы чувств придут в вялое, пассивное состояние, снизится активность мышления. И если мозг человека, по образному выражению писателя *И. Ефремова*, есть "колоссальная надстройка, погруженная в природу миллиардами щупалец, отражающая всю сложнейшую необходимость природы, и потому обладающая многосторонностью космоса", то влияние на развитие мозга должно идти, как полагает *М. П. Щетинин*, через влияние на развитие всей природы человека, всего его организма, с которым связан мозг.

Была выдвинута идея учебной структуры, построенной на принципе смены видов деятельности, состоящей из 30–35 минутных уроков, которая не только предотвращает падение уровня работоспособности учащихся в течение всего учебного дня, но даже способствует его повышению от первого урока к последнему.

В результате дети, обучающиеся 3 года по комплексной программе, к четвертому классу показывали прекрасные результаты не только по общеобразовательным предметам и предметам художественного цикла, но и по физкультуре (они обыгрывали в баскетбол своих сверстников из спортивной школы олимпийского резерва).

Следует также добавить, что *М. П. Щетинин* использует феномен "коллективной истины", который обнаруживается в момент коллективного обсуждения предлагаемых проблем, что реализует синергично-когерентный эффект, известный этологам, исследующим коллективное поведение животных.

Здесь намечен путь гармонизации личностных составляющих человека, предполагающий достижение состояния мировоззренческого, духовно-морального, психологического синтеза сознательной и подсознательной сфер психической деятельности, когда сигналы подсознания (такие, как, например, образы сновидений, несущие интуитивные прозрения) могут легко проникать в сферу сознания, которая, в свою очередь, может осуществлять коррекцию произвольных (неосознаваемых) функций человеческого организма. На языке психоанализа данное состояние выражается в сентенции: "там, где было Оно, должно стать Я".

В сфере йогической мудрости можно говорить о таком наставлении: "пусть каждое чувство будет осознанным, а каждая мысль – прочувствованна". Как писал Мигель де Унамуно, следует "думать чувствами, а чувствовать мыслью". Отмеченный подход есть, в сущности, выражением цели "эмоционально-стрессовой терапии" В. Е. Рожнова, которая базируется на концепции "взаимопотенцирующего синергизма сознания и неосознанного" (то есть на сочетании эмоционального и логического компонентов психической деятельности) [Поклитар, 1991].

Отмеченный принцип можно проиллюстрировать практикой *Вальдорфской школы*, где используется *эвритмия* – особый вид искусства, который синтезирует мысли и слова, цвет, музыку и движения [Штайнер, 1993, 1996 и др.]. Искусство в этих школах играет важнейшую роль, поскольку содержание учебных дисциплин здесь реализуется в том числе и через художественно-эстетические средства обучения и воспитания – предметы художественного цикла – музыка, живопись, ваение, театр, занятия художественно-прикладного цикла (цветоводство, гончарное искусство, обработка древесины и металла, изготовления игрушек, рукоделие и др.). С целью целостного художественно-эстетического развития школьников и пробуждения в них эмоционально-эстетического отношения к процессу художественной деятельности основатель вальдорфских школ Рудольф Штайнер (1861-1925) ввел новые оригинальные учебные предметы "*Эвритмия*" и "*Рисование форм*".

В этом отношении можно говорить об индивидуальной психокоррекции пациентов с аффективными расстройствами в депрессивном эпизоде с использованием метода танцевально-двигательной терапии на фоне психофармакотерапии.

Было показано, что танцевально-двигательная терапия оказывает положительное влияние на общее психологическое благополучие личности. Отмечается повышение самопринятия, автономии, прояснение жизненных целей, позитивное изменение отношений с другими, самоощущение личностного роста, ответственности и влияния на происходящее во внешнем мире, что отражено в динамике показателей по методике К.Рифф.

В качестве теоретической основы для понимания депрессии был использован понятийный и методологический аппарат экзистенциального подхода, с точки зрения которого депрессия – это психическое расстройство, тяжесть которого определяется степенью нарушения переживания ценности жизни. Помимо соматической составляющей депрессия влияет на позиции и установки в отношении внешнего и внутреннего мира, человек в большей степени живёт прошлым, у него мало актуальных отношений, утрачивается способность воспринимать ценность всего того, что ранее наполняло жизнь радостью и придавало ей смысл.

В программе использовались следующие приёмы и техники танцевально-двигательной терапии:

техники работы с телом, дыханием, ритмом (для развития моторики, расширения двигательного репертуара, снятия мышечного и эмоционального напряжения, повышения чувствительности к телесным ощущениям, развития навыков саморегуляции);

кинестетическая эмпатия (для выхода на глубокий уровень невербального взаимодействия через сенсорную настроенность на состояние другого человека, развитие эмпатии, осознания и отреагирования эмоций);

работа с предметами и образами (для преодоления сопротивления, образного самовыражения, расширения ролевого репертуара);

индивидуальная и парная танцевальные импровизации, структурированный танец (с целью самораскрытия и самопринятия);

совместный целенаправленный подбор музыки (для усиления эмоционального раскрытия) [Игнатова, 2017]

Рассмотренные принципы, обнаруживающие синергетический эффект "целое больше частей", когда сумма элементов, составляющих целое, вызывает нададдитивный эффект (возникают системные свойства целого, не присущие каждому отдельному элементу, входящему в это целое). Таким образом, принцип единства реализует эффект трансцендентности – выхода за пределы отдельных элементов, что характеризует личность как свободную сущность.

Ш.А. Амонашвили так характеризует систему М.П.Щетинина: "Устремленность к цели, общие интересы и энтузиазм, преданность идеалам и любовь к ближнему, взаимоподдержка и взаимопомощь, высшая организованность, исключая такие понятия, как нарушение дисциплины и правонарушение, возвышенное понимание чувства Родины, творческий, созидательный труд каждого, подчеркнутое уважение к родовой памяти, к предкам, к родителям, полный отход от дурных человеческих пристрастий — от курения и алкоголизма, от злости и тщеславия, от зависти и ненависти".

ВЫВОДЫ

...люди, обладающие более высоким уровнем психологического благополучия (как по "Шкале психологического благополучия" К. Рифф, так и по экзистенциальным показателям) чаще описывают своё понимание счастья в терминах близости с миром людей и отношений с ними, своего существования в более широком контексте бытия. В то же время люди с более низкими показателями психологического благополучия в своих описаниях счастья чаще использовали понятия саморазвития, автономии и доминирования, отражающие логику индивидуального существования человека.

Н.В. Гришина [Гришина, 2015]

Психическое всегда действует, протекает, разворачивается в рамках определенных биологических (физиологических, организмических) условий. Для постоянства и "самостоятельности" логики развития психики необходимы обеспечение нужного диапазона этих условий, их устойчивость. Серьезное нарушение внутреннего равновесия изменяет характер протекания психических функций, тем самым так или иначе влияя на эти функции

Б.С. Братусь (Аномалии личности. – М., Мысль, 1988. – С. 75)

Чрезмерное желание выгоды для себя приводит к заботам. Если есть заботы, то появляется недомогание, и действенность мудрости ослабевает. Если действенность мудрости ослабевает, то теряется чувство меры. Если теряется чувство меры, то действия предпринимаются беспорядочно. Если действия предпринимаются беспорядочно, то приходят несчастья и страдания. Приходят несчастья и страдания, и недомогание охватывает всё нутро человека. Если же недомогание охватывает все нутро, то это приводит к несчастьям. Несчастье вовне человека вызывает горести. Если страдание и боли проникают в кишки и желудок, то они жестоко ранят человека, вызывая мучительную боль. Если жестоко ранят, то человек, отступив перед болью, сам себя корит. Таким образом, отступление и укор самого себя порождены желанием выгоды для себя. Поэтому говорится: "Нет большей опасности, чем желание выгоды для себя"

Хань Фэй (китайский философ, III век до н.э.)

Душа человека в основном подчинилась телу и его потребностям. Неразумная плоть стала управлять разумом, а разум стал жить пожеланиями плоти. Человек из духовного сделался плотским. Таким образом, вся прежняя иерархия перевернулась в человеке... Если дух человека должен был жить Богом, душа – духом, тело – душой, то теперь дух начинает паразитировать на душе, питаясь ценностями небожественными... Душа, в свою очередь, становится паразитом тела – поднимает страсти. И, наконец, тело становится паразитом земной вселенной, убивает, чтобы питаться, и так обретает смерть

Архимандрит Алипий (Кастальский-Бороздин), архим. Исайя (Белов)

(Догматическое богословие. Курс лекций. Свято-Троицкая Сергиева Лавра, 1997. – С. 238)

Что такое болезнь, как не стесненная в своей свободе жизнь?

К. Маркс

Одним из самых общих подходов к пониманию психотерапевтических проблем является психоаналитический, основная идеология которого, хотя она и характеризуется определенной теоретической ограниченностью своих метафорических построений (что признавал сам З. Фрейд, основатель психоанализа), позволяет очертить фундаментальный механизм развития невротических расстройств. З. Фрейд представлял психическое здание человека в виде двух "комнат" – комнаты сознательного и комнаты бессознательного, разделенных стеной и дверью. Дверь воплощает в себе цензора, играющего в системе психоанализа роль символа регуляторных механизмов, привитых человеку в ходе его воспитания. Все то, что не получило соответствующую реализацию в сфере жизнедеятельности человека, вытесняется в бездну бессознательного, либо просто не может быть извлечено из этой бездны на свет сознательной рефлексии. Таким образом, человек несет в себе комплекс бессознательных влечений, которые постоянно дают о себе знать в виде нежелательных психосоматических состояний. Одним из методов выявления этих состояний является метод свободных ассоциаций. С помощью цепи ассоциативных впечатлений врач вместе с пациентом погружаются в глубины невротизированной психики, чтобы найти причину невроза и проанализировать его, растворив в волнах вербальной рефлексии. Суть данной процедуры можно выразить словами З. Фрейда – "там, где было Оно, должно стать Я".

Конфликт между бессознательным и сознательным, приводящий к неврозам, по мнению В.Н. Пушкина является ни чем иным, как конфликтом между регуляторным (сознательным, волевым) и энергетическим (эмоциональным) уровнями человеческого организма [Дубров, Пушкин, 1990, с. 61–63]. В качестве механизма образования неврозов, по В. Н. Пушкину, может быть рассмотрен изолированный

очаг, складывающийся в регуляторной энергетической системе. Данный очаг, изолируемый от этой системы на основе некоего сверхсильного возбуждения, порожденного стрессорной ситуацией, начинает оказывать влияние на динамику энергетических процессов мозга, вызывая не адекватные эмоциональный поведенческие реакции, “искажая” мировоззренческую сферу индивида, порождая неврозы, излечение которых связано с ликвидацией застойного очага, изолированного от всей регуляторной энергетической системы мозга за счет механизма индукции нервных процессов, описанного И. П. Павловым. Суть данного механизма заключается в том, что по закону индукции очаг возбуждения способен наводить вокруг себя очаг торможения, а устранение застойного возбуждения приводит к снятию индуцированного тормозного барьера. Причем, данный барьер, генерирующий состояние закрытости человека от мира, может приводить к различным проблемам, на решение которых направлены ресурсы психотерапии³⁰.

Каким же образом процесс осознания (или, точнее сказать, процесс осознанного отреагирования, проигрывания стрессорной ситуации на “сцене” аналитической рефлексии) приводит к катарсису, освобождению от невроза? Ответ на данный вопрос нам помогает дать концепция новой холостической парадигмы образования, основанная на концепции функциональной асимметрии полушарий головного мозга человека. Дело в том, что доминирование правополушарной психики означает и преобладание нервных процессов возбуждения, а левополушарной – нервных процессов торможения [Голубева, 1980]. Кроме того, правое полушарие можно считать субстратом бессознательной [Спрингер, Дейч, 1983], а левое – сознательной сферы жизнедеятельности человека (как показали исследования А. Р. Лурия, люди, не владеющие в полной мере абстрактным аналитическим, левополушарным мышлением, оказываются не способными анализировать свои личностные качества и, по всей видимости, ими не обладают [Лурия, 1974].

Таким образом, онто- и филогенетическая эволюция человека наполняется психотерапевтическим содержанием, более того, становится понятным и религиозно-мифологический контекст этой эволюции. Если полагать, что она предполагает движение от правого к левому психическому модусу, а от него к их слиянию (то есть от перцепции к апперцепции а от нее – к их синтезу), то можно утверждать, что это движение координируется двумя коренными состояниями психики – правополушарным, обеспечивающим эмоциональный энергетический фон возбуждения, и левополушарным, обеспечивающим информационный аналитический фон торможения нервных процессов.

Правополушарная способность к генерации нервных процессов возбуждения (которая дает “толчок” эволюции человека и человечества, что отвечает многим энергетическим концепциям этногенеза) составляет содержание бессознательного пласта психики, в рамках которого человек не отделяет внутреннего от внешнего, “Я” от не-“Я”. Именно здесь заложено объяснение явления трансценденции, описанное трансперсональной психологией, показавшей, что история культурологического аспекта человечества оказывается онтологически проницаемая для отдельного индивида, а микро- и макрокосмы способны приводиться к единству [Гроф, 1993].

Левополушарная способность к генерации нервных процессов торможения может полагаться базой для формирования вербальной аналитической рефлексии, для концентрации внимания, для логического мышления (которое подавляется при активности правого эмоционального образного полушария), для актуализации воли как аналитического рефлексивного феномена, которую П. В. Симонов называет “антипотребностью”, так как механизмы воли функционально прямо противоположны механизмам реализации потребностей и влечений, проистекающих из правополушарной активности, являющейся онто- и филогенетически более древней, чем активность левого полушария и обнаруживающее большую генетическую обусловленность по сравнению с ним [Роль среды и наследственность..., 1988].

Известно, что функциональная дифференциация полушарий не исчерпывается их антагонистическими отношениями. С состоянием их функциональной гармонии генерируется медитативное творческое состояние, являющееся психофизиологическим ориентиром для развивающейся

³⁰ Вот как описывает проблему барьера ученик Райха, Александр Лоуэн: “в дополнение к страху беспомощности существуют и другие страхи, усиливающие барьер. Люди боятся почувствовать всю глубину своей грусти, которая во многих случаях граничит с отчаянием. Они боятся своей подавленной ярости, подавленной паники или ужаса. Эти подавленные эмоции, словно демоны, затаились под этим барьером, и мы боимся встретиться с ними. Цель терапии заключается в том, чтобы помочь пациенту посмотреть в лицо этим неизведанным страхам и узнать, что они не так страшны, как кажутся. Но он все еще смотрит на них глазами ребенка. Отпустить контроль эго – значит позволить телу выражаться в непроизвольном аспекте. Это также значит позволить телу вступить в свои права. Но это как раз то, что не могут сделать пациенты. Они чувствуют, что тело предаст их. Они не доверяют своему телу, у них нет веры в него. Они боятся, что если дадут телу вступить в свои права, то оно раскроет их слабости, разрушит их претенциозность, обнаружит их грусть и даст выход их гневу. Да, оно так и делает. Оно разрушит фасады, которые люди воздвигли, чтобы скрыть за ними от самих себя и от мира свою подлинную самость. Но в то же время оно открывает новую глубину для их существования и добавит к нему более яркую и насыщенную жизнь, с которой не сравнится никакое богатство мира. Эта насыщенность есть полнота духа, которую может дать только тело. Это принципиально новое мышление, ибо мы привыкли рассматривать дух как нечто отдельное от тела” (А. Лоуэн. *Депрессия и тело*).

личности, ибо здесь снимаются противоречия между чувственным (бессознательным) и логическим (сознательным), а человек предстает как целостная сущность, обнаруживая возможность для преодоления своих психологических кризисов. Можно предположить, что медитативное состояние достигается посредством взаимного погашения очагов возбуждения и очагов торможения (и связанных с ними социально-поведенческих, а также ценностно-мировоззренческих аспектов), что приводит, как показывает психофизика – энцефалографические исследования медитативных состояний, к синхронизации электроритмики мозга.

Итак, процесс слияния и взаимного погашения очагов возбуждения и торможения предполагает с одной стороны выход в сферу интуитивного медитативного просветляющего постижения действительности, а с другой – приводит к высвобождению внутреннего потенциала за счет взаимной нейтрализации (“аннигиляции”) противоположностей. Таким образом, метафора П. Вайнцвайга о творческой мощи человека, проистекающей из баланса противоположностей, оказывается удивительно верной, особенно если проанализировать практику достижения состояния сатори, т.е. просветления, в рамках дзен-буддистских методик, свидетельствующих, что человек, достигший кеншо (одного из уровней просветления), испытывает огромное облегчение, реализуемое в серии движений, смехе и т.д. При этом, как пишет С. Кацуки, данная реакция по продолжительности может занимать несколько дней [Кацуки, 1993].

Таким образом, целью жизни человека является с одной стороны накопление опыта жизненных испытаний, имеющего психопатологическую подоплеку, ибо любой опыт – это результат определенного психического напряжения, граничащего со стрессом или с ним непосредственно связанного. При этом соматические и психические патологии выступают в качестве приспособительных реакций, то есть являются необходимым условием развития человека ([Казначеев, Спириин, 1991, с. 214–215]. Данную мысль в резкой форме выразил Р. Лэинг в книге “*Политика опыта*”, где он писал, что сумасшествие “является разумной реакцией на безумное социальное окружение”. Как записано в материалах “*Социалистического коллектива пациентов в Гейдельберге*”, “болезнь есть надломленная, противоречащая себе самой жизнь, следовательно, такая жизнь, которая уничтожает себя в самом процессе, в котором она себя поддерживает” [Браун, 1982].

Состояние просветления как соединение противоположностей (на Востоке говорят о соединении Сансары и Нирваны, просветления и помрачения), являясь целью развития человека, может быть и целью воздействия психотерапевтических методик. Следует сделать важнейший вывод: состояние просветления, являясь тотальной сущностью, снимает множество психопатологических симптомов, когда множество очагов возбуждения и торможения взаимно нейтрализуются – процесс, который имеет название “очищение”. Поэтому избавление от той или иной конкретной патологии, характеризующейся рядом специфических факторов, может быть достигнуто не в процессе скрупулезного психоаналитического исследования, а благодаря медитативный транс, получивший в системе психотерапии множество наименований. Вопрос заключается в выявлении наиболее оптимальных техник достижения этого трансового состояния. Оно предполагает единство чувственно-экспрессивного и рационально-логического компонентов психической деятельности и характеризуется целым рядом черт. Одна из существеннейших таковых черт – парадоксальность, проистекающая из соединения в рамках одного контекста несовместимых явлений.

Парадоксальность выступает фактором целостности человека и его организма.

Фактор целостности реализует гармонию как главной предпосылке психического здоровья человека. Гармония с контексте философской и психологической мысли представляет собой целостность, то есть синтез всех психофизиологических составляющих человека, единство физического и психического, состояние, которое объединяет мысли и действия их носителей, а также интегрирует в себе все многочисленные дихотомии нашего существования, такие, как моральное и фактологическое, аффект и интеллект, чувства и мысли, внутреннее и внешнее, индивидуально-личностное и социально-историческое.

Состояние гармонии человека как целостного существа обнаруживается в рамках такого явления, которое, во-первых, служит системоформирующим фактором человека как целостной системы, и во-вторых, выполняет роль главного регулятора человеческого поведения.

Есть все основания утверждать, что такой регулятор актуализируется на базе *функций полушарий головного мозга человека*, о чем еще в 60 годы XX столетия писал Б. Г. Ананьев и что сейчас трудно оспорить. Как свидетельствуют исследования, полушария можно рассматривать психофизиологическим фокусом человеческого организма, поскольку с их функциями прямо или косвенно связаны такие стороны человеческого существа, как энергетическая и информационная регуляция поведения [Ананьев, 1963], механизмы целеположения и поиска (выбора) способов достижения цели, эмпатия и рефлексия, экстраверсия и интроверсия, произвольная и произвольная сферы психической деятельности, первая и вторая сигнальные системы, сила и слабость нервных процессов, их лабильность и инертность, возбуждение и торможение, “Я” и не-“Я”, сознание и подсознание, эрготропные и трофотропные функции организма, симпатическая и парасимпатическая ветви вегетативной нервной системы и др. [Брагина, Доброхотова, 1988].

Нужно отметить, что в онто- и филогенезе живого существа наблюдается постепенный рост

полушарной асимметрии, наибольшее выражение которой достигается в зрелом возрасте. Потом полушарная асимметрия постепенно нивелируется, обнаруживая состояние функционального синтеза полушарий, когда пожилой человек, обогащенный жизненным опытом, в сущности превращается в ребенка с его пластичной психикой и непосредственностью восприятия мира.

Можно сказать, что развитие человека проходит от правополушарного, подсознательного аспекта психики (у младенца оба полушария функционируют как единое целое в основном по принципу правого полушария) к левополушарному (сознательному), а от него – к функциональному состоянию полушарного синтеза.

Проведенный анализ позволяет укрепить вывод о триадной природе человека (дух, душа, тело), которая обнаруживается на уровне механизмов познания человеком мира: как полагает Ю. А. Урманцев, существует три типа постижения бытия человеком: чувственный (то есть правополушарный), рациональный (то есть левополушарный) и медитативный [Урманцев, 1993]. Как свидетельствуют энцефалографические исследования, медитативное (творческое) состояние происходит из функционального синтеза, гармонии полушарий, когда их работа в психофизическом смысле согласуется.

Соответственно, существуют три способа, или уровня, отражения и освоения человеком действительности:

- 1) конкретно-чувственный, эмоционально-образный, правополушарный, подсознательный;
- 2) абстрактно-логический, теоретический, левополушарный, сознательный;
- 3) парадоксально-медитативный, творческий, диалектический, сочетающий две полярные стратегии отражения и освоения действительности.

Эта триадная структура процесса познания находит отражение в исследованиях П. В. Симонова, который рассматривал три модуса человека:

сознательный,
подсознательный и
сверхсознательный [Симонов, 1987].

Изложенное выше позволяет понять онто- и филогенетическую динамику полушарий, которая обнаруживает движение от *подсознательного* (правополушарного) к *сознательному* (левополушарному) аспекту психической деятельности, а от него – к их синтезу и выходу на уровень *сверхсознательного* (К. С. Станиславский, В. П. Симонов) как креативного статуса человека, характеризующегося состоянием *единства противоположностей*, которое С.Б.Церетели называл Истиной, и которое на уровне психического отражения действительности реализуется в феномене дипластии – присущем только человеческому сознанию психологическом феномене отождествления двух взаимоисключающихся элементов, что позволяет соединять в одном смысловом контексте несовместимые понятия, вещи, отношения. Дипластия, выступает механизмом творческого парадоксального мышления, открытого парадоксу, неопределенности, хаосу, абсурду. При этом сами творческие (талантливые и гениальные) люди характеризуются личностной амбивалентностью – парадоксальным совмещением противоположных свойств, черт характера [Брагина, Доброхотова, 1988, с. 140].

Дипластия находит отражение в ориентальной мудрости здоровья и долголетия: как говорил Лао-цзы, "будь согнутым, и ты останешься прямым. Будь незаполненным, и ты пребудешь полным. Будь изношенным, и ты останешься новым". Это положение иллюстрируется ориентальной характеристикой "мудрого человека": "безмолвный, пребывает в недеянии, но всему причастен; невозмутимый, не управляет, а все содержит в порядке. То, что называю "недеянием", означает не опережать хода вещей; то, что называю "всему причастен", это следовать ходу вещей; то, что называю "все содержит в порядке", соблюдать взаимное соответствие вещей" [Литература древнего Востока, 1984, с. 228].

Дипластия как парадоксальная двойственность в психологии реализуется в виде категорий *бисоциации* (или бисоциативности, которая, в отличие от ассоциативности, является способностью человека к созданию абсолютно новых, нетривиальных связей – это соединение того, что никогда еще не было соединено через интеграцию нескольких элементов и формирование из них новой целостности), *парадоксальном* (многозначном, сумеречном) *мышлении*, *энантисемии* (двойственность, парадоксальность смыслов), *"операциональной интеграции"*, амбивалентности. Амбивалентность личности выступает свойством (а также и условиями существования), которое реализуется в процессе сосуществования равных по потенциальности и неприемлемых противоположных желаний, чувств, мыслей, действий, аттитюдов по отношению к внешнему или собственному, внутреннему миру, что на функционально-феноменологическом уровне закрепляется в мотивационной, аффективной и поведенческой сферах человека.

Дипластия проявляется также как процесс *самосознания* – способности посмотреть на себя и Вселенную со стороны, соединяя противоположности – внутреннее и внешнее. Данное состояние реализуется в нейтрально-парадоксальном состоянии, выступающей последней инстанцией личности, ее стержнем, тем самым последним *гомункулусом*, который позволяет человеку наблюдать себя и мир.

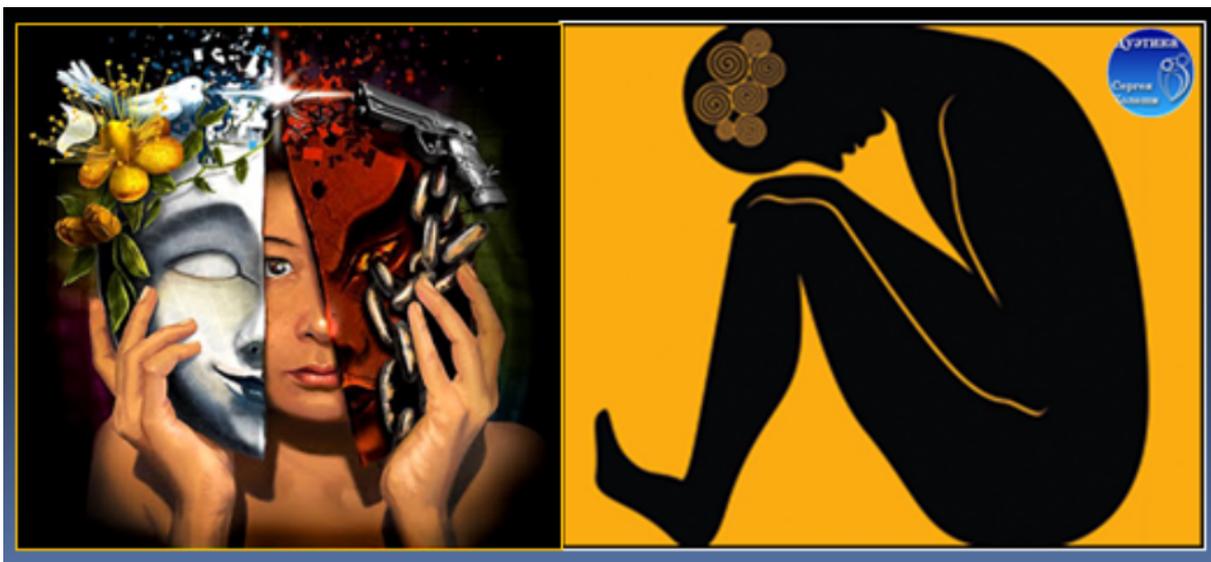
Гомункулус есть реализация **парадокса самосознания**, связанного с процессом редукции в неопределенность, известном тем специалистам, которые объясняют процесс осознания человеком самого себя при помощи некоего внутреннего осознающего начала – маленького человечка (гомункулуса): однако это, в свою очередь, требует, чтобы в данном гомункулусе существовал еще один осознающий себя гомункулус, и так до бесконечности; выход из парадокса возможен не основе осознания человеком самого себя и реальности с позиции нейтрального начала – Ничто, то есть физического вакуума.

Постулируемый П. В. Симоновым **принцип сверхсознательного** (на уровне которого антагонистические полушарные стратегии познания мира уравниваются и гармонизируются) **выступает системным свойством целого** – новым эмерджентным свойством, не присущим целостному человеку, как детерминируемому (несвободному) существу. Именно на уровне данного сверхсознательного реализуется механизм **свободы** человеческой личности, выступающий одной из главных проблем современной науки. Как отмечает Р.Б.Калмыков, традиционный линейный детерминизм в свое время цинично отстранился от решения телеологической проблемы, так до сих пор и не смог решить проблему свободной воли, что нашло отражение в антиномиях Канта. Остались непоясненными особый причинный и онтологический статус автономных предметов природы, причинная подоплека активности и самоорганизации живых организмов, базис особой частной онтологии человека, ключевой принцип основных приводных механизмов его физиологии, психики и сознания. Все эти проблемы с новой силой сегодня акцентируются синергетикой, что делает все более острой необходимость подвергнуть детерминизм существенной доработке [Калмыков, 2013].

Таким образом, личность человека как, по определению, свободная и самодетерминированная сущность, может быть таковой в сфере сверхсознания – системного свойства целого. В данной, говоря языком синергетики, сверхсистемной, нааддитивной сфере сверхсознания преодолевается детерминистская природа человека, выступающего одним из элементов Вселенной, в которой все взаимосвязано со всем на основе бытийного принципа "тотального детерминизма".

Именно на уровне данного детерминизма человек предстает пред нами как зависимое от внешней среды, несвободное, а поэтому страдающее и болеющее существо.

Таким образом, достижение человеком самосознания на путях развития парадоксального мышления и просветления выступает универсальной моделью психотерапии.



ДОПОЛНЕНИЯ

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ АЛГОРИТМ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Достаточно бросить беглый на окружающий нас мир, чтобы увидеть в нем нечто всеобщее, а именно, то, что наш мир как в целом, так и на уровне своих отдельных элементов движется и развивается. Возникает вопрос, если развитие является универсальным свойством (атрибутом) бытия, то не обнаруживает ли это свойство универсальный же алгоритм реализации развития как мира, так и человека?

ЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ: МАКСИМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ ФОРМАЛИЗАЦИИ

Развитие предметов и явлений нашего мира предполагает их количественно-качественные изменения. В результате этих изменений развивающийся предмет в конечном итоге утрачивает свою определенность, перестает быть собой и превращается в другой предмет.

Как учит теория критических явлений, данный процесс, в котором старое исчезает и появляется новое, требует наличия некоторой переходной фазы между старым и новым, в которой старого *уже* нет, а нового *еще* нет.

Даже если этой промежуточной фазы не предполагается, а переход старого в новое происходит в *зоне их слияния* – все равно данный процесс должен фиксировать нечто переходное, граничное между старым и новым в виде отмеченной зоны слияния.

Итак, процесс развития логически требует наличия переходной (промежуточной, граничной, нейтральной, межкачественной, нулевой, эфирно-вакуумной) фазы.

И если имеет место развитие не точечного, а сложно-системного предмета, то этот процесс обнаруживает *серию* нейтральных переходных фаз.

Как видим, развитие в его простейшем виде протекает как корпускулярно-волновой процесс: предмет как качественно определенный предстает в виде *частицы* (дискретного вещественного образования), а процесс изменения его качества, требующий наличия промежуточных фаз как передаточного (волнового) механизма этого процесса приобретает вид *волны*.

Таким образом, развитие требует наличия как вещества и поля (волны), так и эфира – нейтральной среды, в которой совершается метаморфоза развивающегося предмета.

Данное представление о движении и развитии вполне объясняет *феномен корпускулярно-волнового дуализма*: движение элементарной частицы (фотона света) предполагает исчезновение этой частицы в одной "точке" эфира (пространства) и появление этой же частицы в другой "точке" эфира.

Эфирная промежуточно-нейтральная фаза развития оказывается фактором, организующим развитие, выступая одновременно *началом, серединой и концом* данного процесса:

началом, когда элементарная частица появляется из эфира (этап появления);

серединой, когда она "погружается" в эфир, чтобы снова из него появиться (этап погружения);

концом, когда элементарная частица окончательно исчезает в эфире – а если появляется из него снова, то уже в другом качестве, перестав быть собой (этап окончательного исчезновения).

Данная схема находят воплощение в религиозном сознании человечества:

Иисус Христос говорит о Себе как о начале и конце, Альфе и Омеге (*Откр. 1, 8*). ("Ибо все из Него, Им и к Нему" (*Рим. 11, 36*).

Господь Кришна определяет Себя как "начало, конец и середину всех творений" (*Бхагавад-Гита, 6, 7*).

В Талмуде (*глава 2 трактата "Хагита"*) говорится следующее: "Тому, кто размышляет о следующих четырех вещах, лучше бы не родиться на свете: Что ниже и что выше, что прежде и что после".

ПАРАДОКСАЛЬНАЯ ПРИРОДА ГРАНИЧНОЙ ФАЗЫ КАК МЕЖКАЧЕСТВЕННОЙ СУЩНОСТИ

Граничная фаза как парадоксальная сущность отражается в понятии "эволюционной *середины*", или "переходной ступеньки" от одного качества к другому, в сфере которой старого качества уже нет, а нового – еще нет.

Данную фазу Аристотель, Гегель и др. называли "*средним термином*" по отношению к понятиям, которые фиксируют изначальное и завершающее качественное состояние объекта.

Отношение таких "*полупротивоположностей*" также называют *контрмедиальным*, в отличие от контрарного отношения, отражающего "полную" полярную симметричную противоположность предметов и явлений (например, движение и покой, тьма и свет, субъект и объект), и в отличие от контрадикторного отношения (темное – нетемное, то есть, не несветлое; субъект и не-субъект).

Анализ этой контрмедиальной, равновесной, межкачественной ступени процесса развития мы находим в гегелевской диалектике, где состояние индифференции, равновесия противоположностей

рассматривается как ключевое условие, "пусковой" момент перехода бытия в сущность, как "форма бесформенного", а современные философы – как экзистенцию, или "бытием-между" (inter-esse).

В контексте филологии, а также гештальт-психологии, гештальттерапии промежуточный феномен обнаруживается в триаде (*предмет – граница – фон*, или *Я – граница – не-Я, внутреннее – граница – внешнее*), где граница имеет парадоксальное содержание, ибо невозможно сказать определенно, какому из двух полярных членов триады она принадлежит – первому, второму, им обоим одновременно, либо ни тому, ни другому (А.Ф.Лосев [Лосев, 1983]). В гештальттерапии данный парадокс реализуется в соотношении *фона и фигуры* (феномен Е.Рубина), когда невозможно сказать, чему принадлежит граница – предмету или фону.

В силу такой универсальной природы граница (а в более общем понимании – любое граничное явление) есть категория, отражающая целостность, связь, отношение, которое, как полагал А.И.Уемов, составляет предметы из элементов [Уемов, 1963]: как писал Гегель, конечность в том и заключается, что именно благодаря границе предмет может соотноситься с другим предметом.

Граница как сфера связи и взаимодействия субъекта и объекта (которые воплощают два любых взаимодействующих противоположных начала) имеет парадоксальное содержание, ибо она может принадлежать: 1) как объекту, 2) так и субъекту, 3) первому и последнему одновременно, 4) ни тому, ни другому.

Эти четыре альтернативы индийской и буддистской логики в буддизме отождествляются с четырьмя уровнями постижения реальности человеком: "На первой и второй стадиях иллюзию преодолевает соответственно субъект и объект... На третьей стадии отбрасываются и субъект, и объект, но различие между ними все еще остается. Этот уровень отрицания относится к состоянию сознания в предельно напряженном созерцании. Только на четвертой стадии достигается отсутствие всех противопоставлений субъекта и объекта. Реальность осознается в ее окончательном единстве" [Дюмулен, 1994, с. 142, с. 234–235].

Четыре альтернативы в совокупности выражают ориентальную архитектуру реальности: на Востоке полагают, что бытие, мир актуализируются как единство жертвы, приносящего жертву и места, где жертва приносится [Роллан, 1991, с. 165].

Итак, **граница имеет диалектический противоречивый характер**: в ней бытие конечного объекта как бы сталкивается с его небытием; благодаря ее существованию небытие конечного объекта оказывается неотъемлемым условием его бытия, когда бытие и небытие "сталкиваются", благодаря чему мы имеем "парадоксы границы", заключающиеся в том, что "вблизи" границы имеет место своеобразное "искажение" конечного объекта; поэтому определенность объекта на грани его бытия нивелируется, "вырождается", вследствие чего возникают логические трудности у описания "граничных ситуаций" [Кармин, 1981, с. 39-40].

ГРАНИЦА КАК КОНСТИТУИРУЮЩАЯ РЕАЛЬНОСТЬ СУЩНОСТЬ

Роль границы в структурализации реальности

(1) Три вещи представляются человеку самоочевидными: он сам, мир, который его окружает, а также граница между миром и человеком.

(2) Граница есть средний, промежуточный элемент триады (выступающей прообразом, моделью бытия), обнаруженной нами: *человек – граница – мир*.

(3) Граница есть то, что разделяет и одновременно объединяет человека и мир. Поэтому сама граница оказывается парадоксальной, ибо она интегрирует в себе две взаимоисключающие функции – объединения и разделения человека и мира.

(4) К тому же, в отношении границы нельзя сказать определенно, чему она принадлежит: а) человеку, б) миру, в) и человеку и миру одновременно, г) ни человеку, ни миру.

(5) С одной стороны, граница характеризуется парадоксальностью и неуловимостью, а с другой, – она неотъемлемый и вполне конкретный атрибут триады, или бытия.

(6) Таким образом, анализ бытия приводит нас к выводу, что в нем наличествует нечто неуловимо-парадоксальное, интуитивно понимаемое нами как нечто нейтральное и срединное.

(7) Если человек и мир принципиально различны, то именно граница объединяет (и разделяет) их умозрительным образом, выражая идею **целостности, единства, бытия в целом**.

(8) Итак, граница как неуловимо-парадоксальная, неопределенная сущность характеризуется чертами: нейтральности (здесь она представляется нам как "нуль"), срединности, целостности.

Роль границы в движении

(1) Движение является неотъемлемой характеристикой бытия, так как все движется, изменяется, развивается.

(2) Любой предмет изменяется и становится другим. Однако, став другим, предмет неизбежно пересекает некую граничную точку, в которой он видоизменяется.

(3) Назовем эту бифуркационную точку – точкой преобразования, в которой предмет как бы исчезает, ибо здесь предмет перестает быть собой, но еще не становится другим.

(4) Эта граничная точка, делающая процесс развития предмета целостным, осуществляет движение, обнаруживая черты нейтральности, ибо в этой точке развитие/изменение предмета прерывается и данную точку принципиально невозможно отнести ни к старому предмету, ни к новому предмету, что обнаруживает схему развития : *старый предмет – точка преобразования – новый предмет*.

Роль границы в генезисе человека и мира

(1) Рассмотрим триаду "человек – граница – мир". Зададим себе вопрос, откуда появился человек.

(2) Если из самого себя, то это противоречит существующему порядку вещей, ибо конкретный человек всегда появляется из нечто другого, чем он сам.

(3) Если человек появился из мира, то он уже содержался там в скрытом, виртуальном, свернутом состоянии, поэтому в таком случае человек оказывается содержащимся в мире и не есть нечто отделенное от мира границей.

(4) Можно предположить, что человек произошел из границы, характеризующейся чертами целостности, нейтральности и неопределенности.

(5) Подобным же образом, анализируя вопрос о происхождении мира, можно сказать, что и мир произошел из границы.

(6) Следовательно, можно заключить, что граница, расщепляясь, порождает человека и мир, утверждая их целостность и связывая их "нераздельно и неслиянно", подобно тому, как тварная и божественная природа в Иисусе Христе соединяются "нераздельно и неслиянно".

Роль границы в мышлении

(1) Для того, чтобы в процессе мышления определить предмет, нужно сравнить его с другими предметами.

(2) Для этого мы переходим через смысловую границу предмета, которая отделяет его от других предметов и мира в целом.

(3) Данной же логической процедуре подвергается и каждый предмет этого мира, который мы определяем.

(4) Поэтому в целом в процессе определения всех предметов мира мы вынуждены постоянно вращаться в сфере их границ.

(5) Граница является тем, в сфере чего все предметы мира находят свое определение.

(6) Поэтому мышление есть процесс пересечения концептуально-смысловых границ.

Выводы. Граница как целостность или нейтральность (которая в математике принимает вид нуля – самого важного математического объекта) имеет краеугольное значение в жизни человека и существовании мира. Неуловимость границы превращает ее в "теневую" сущность, делает ее "камнем, который отвергли строители и который лег во главу угла" мироздания.

ПАРАДОКС РАЗВИТИЯ КАК ИЛЛЮСТРАЦИЯ ПРЕДСТАВЛЕННОГО ВЫШЕ ЛОГИЧЕСКОГО АНАЛИЗА РАЗВИТИЯ

Проведенный анализ обнаруживает парадокс развития (телеологической парадокс), который заключается в том, что новое возникает из старого (как актуально новое) и одновременно не из старого, ибо в этом случае исчезает разница между новым и старым: если новое возникло из старого, то оно, соответственно, содержалось в нем в потенциально-виртуальном состоянии и не является принципиально новым. При этом если старое возникает из самого себя, то есть существует вечно, то это противоречит аксиомам временного порядка и приводит сознание человека в гносеологический "тупик" [Кармин, 1981, с. 176-181; Бич, 2002, 2005; Заренков, 1988; Молчанов, 1973, 1980].

У К. Маркса данный парадокс обнаруживается в том, что капитал возникает в обращении и одновременно не в нем. У Ч. Дарвина новый вид возникает из старого и одновременно не из него [Югай, 1976, с. 22-23].

У бл. Августина суть данного парадокса выражается следующими словами: "Всякое прошедшее уже не есть существующее, а всякое будущее уже не есть существующее, следовательно, как прошедшее, так и будущее есть недостатки в бытии" ("Никто не жил в прошлом, никому не придется жить в будущем; настоящее и есть форма жизни" – Артур Шопенгауэр), что дает нам основание предположить, что мир существует лишь мгновение между прошлым и будущим, в точке границы (точке бифуркации, точке нуль-перехода) между ними.

Исходя из парадокса возникновения, мы можем заключить, что мир в потенциальном (виртуальном, латентном, свернутом, непроявленном) виде содержит в себе все возможные собственные

метаморфозы, план своей эволюции, который скрыт здесь как потенциальная модель, или структура его дальнейшей эволюции (см. теорию *формирующей причинности* Р. Шелдрейка [Sheldrake, 1981]. Получается, что структура системы тождественна структуре ее эволюции, поэтому можно утверждать вместе с Т.П. Лолаевым (1996), что "порождение причиной следствия происходит не от прошлого к настоящему (а от него к будущему), а *от того, что есть, к тому, что становится*". По этому поводу Гегель писал, что "Суть дела исчерпывается не своей целью, а своим осуществлением, и не результат есть действительное целое, а результат вместе со своим становлением" [Гегель, 1959, т. 4, с. 2]. В связи с данным выводом, приведем поэтические строки из песни, исполненной Александром Лосевым:

*Я не знаю как остальные
Но я чувствую жесточайшую
Не по прошлому ностальгию,
Ностальгию по настоящему*

Парадокс возникновения делает *парадоксальным* само человеческое "Я", которое по своему определению уникально, неповторимо, идентично только самому себе и способно совершать свободные поступки (в противном случае человек превращается в биологического робота).

Если "Я" человека возникает из мира, то оно уже содержится там в скрытом состоянии и не является новым и неповторимым. Вдобавок, оно не может совершать свободные поступки, ибо свобода реализуется только сущностью, которая не зависит от детерминизма мира.

Получается, что "Я" человека, его личность как уникальная, свободная и неповторимая, вечная и константная, есть не от мира сего – то есть является, подобно Абсолюту, принципиально *трансцендентной* миру (бытию) сущностью.

Парадокс развития, фиксирующий процесс появления "из ничто", находит определенное подтверждение в эволюционной теории, в рамках которой обнаруживается феномен, когда многие виды животных и растений на нашей планете появились как бы из ничто, поскольку у них не было предков из которых они могли эволюционировать: так было с земноводными: точно неизвестен тот этап, на котором рыбы дали жизнь земноводным; первые сухопутные животные появляются уже с хорошо развитыми конечностями, плечевым и тазовым поясом, ребрами и отчетливо выраженной головой.

Парадокс развития, который был известен еще древним философам ("То, что есть, не может перестать быть" – Парменид), реализуется в контексте *парадокса процессов самоуправления*: поскольку процесс развития предметов и явлений нашего мира характеризуется направленностью к определенному, а не любому результату [Украинцев, 1972, с. 133], то цель развития предметов и явлений оказывается присутствующей в его начале. Тогда на вопрос, каким образом может детерминироваться процесс развития тем фактором, которого еще нет как объективной реальности, можно дать лишь один ответ – идеально [Югай, 1976, с. 113].

То есть цель развития присутствует в нем как потенциальный (виртуальный, идеальный) фактор, тем более, что потенциально-вероятностный аспект мира, как учит релятивистская физика, является его фундаментальной характеристикой, когда на квантовом уровне последовательность причинно-следственных связей нарушается. В результате чего следствие может предшествовать причине [Цехмистро, 2002].

Парадокс развития, *обнаруживающий фундаментальную роль границ в организации реальности*, в принципе, выражает *парадокс детерминации*, когда принципиально проблематичным является выяснение детерминистского приоритета в любой дуальной паре – частице и волне, внутреннем и внешнем, субъективном и объективном, бытии и сознании, идеальном и материальном и др.

Парадокс развития также выражает и *проблему времени*: поскольку, если исходя из квантовых феноменов, можно утверждать, что мир одновременно предстает как потенциально-возможный, так и актуально-действительный, то пространство и время также являются неразрывно связанными, когда, согласно геометрии Г. Минковского, все, что может произойти, уже существует в будущем и продолжает существовать в прошлом.

По существу, парадокс развития отражает *парадоксальный смысл* триадной универсальной модели реальности (*субъект – граница – объект*), в которой субъект и объект (человек и мир) взаимодействуют *принципиально в сфере границы* – нечто третьем – более "глубоком" и более "фундаментальном", чем субъект и объект, взятые в отдельности. *Интерпретация же перехода субъекта в объект в результате развития вне рассмотрения границы приводит к парадоксу этого развития.*

Игнорирование границы (а вместе с ней и эфирно-нулевой реальности) приводит фундаментальную и прикладную науку к массе гносеологических и онтологических парадоксов, которые свидетельствуют о том, что при описании реальности наука утратила некое *глубинное интегрирующее начало*, связывающее несводимые друг к другу феномены, такие, например, как частица и волна, внутреннее и внешнее, часть и целое, а также *материя и сознание* – последние, по выражению Д. Бома, выступают вложенными друг в друга проекциями более *фундаментальной сущности*, не являющейся ни материей, ни сознанием в чистом виде.

Что же касается дихотомии материи и сознания, то в силу того, что основной проблемой философского познания выступает проблема, выражающаяся в отношении "человек – мир", данная дихотомия выступает центральной среди myriad иных парных категорий. **В силу единства реальности все парные категории философии и естествознания сводятся к центральной дихотомии – дихотомии материи и сознания.**

Данный вывод становится понятным при рассмотрении *квантовых парадоксов*, выступающих наиболее глубинными и сущностными феноменами реальности, поскольку они реализуются на фундаментальном уровне бытия. *В объяснении квантовых парадоксов фактор сознания играет ключевую роль.* Основным же квантовым парадоксом можно считать *парадокс Наблюдателя*, который (парадокс) обнаруживает *необходимость присутствия сознания (наблюдателя) на фундаментальном уровне бытия.*

ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНЫЕ АСПЕКТЫ ФАЗОВЫХ СОСТОЯНИЙ

Рассмотрим *примеры* фазовых состояний, которые на конкретно-образном уровне иллюстрируют универсальность фазовых феноменов и их *физическую природу.*

Время, утверждает А.И. Вейник в книге "*Термодинамика реальных процессов*" (1991), актуализируется на границе раздела сред.

"Человеческие гены воспроизводят себя не в некоей общей аморфной массе населения страны, региона, континента или мира в целом, а именно в этнических границах... это приводит к формированию генетического своеобразия этносов и различий между их генофондами" [*Рычков, 1989*].

Жизнь "роится" на границах трех сред – океана, суши и воздуха [*Голицын, Петров, 1990*].

"Максимум делящихся клеток приходится на предрассветные часы, когда ночь сменяется световым периодом" [*Рыбаков, 1979*]. Интересно также, что период от трех до пяти утра многими эзотерическими источниками полагается моментом "X", когда макрокосм и микрокосм (космос и человек) "соприкасаются".

Жизнь как феномен динамический актуализируется в момент перехода одного в другое. Н. Е. Введенский данные переходные состояния организма (в которых обнаруживаются фазовые состояния психики) назвал *парадиозом* – состоянием между жизнью и смертью [*см.: Фролькис, 1988, с. 166*].

Феномен *социального маргинализма* как состояния индивидов, которые находятся на границе двух конфликтующих жизненных укладов, может пониматься не только как социальный, но и научный феномен, – как источник движения к новому.

Как показал Л. Н. Гумилев в книге "*Этногенез и биосфера земли*", оси пассионарных толчков, подобно "жизненному порыву" А. Бергсона, дают импульс развитию тех или иных глобальных социальных процессов. Эти оси проходят через стыки ландшафтов и, как следствие, через сообщества людей, которые занимаются различными видами хозяйственной деятельности [*Гумилев, 1989*].

Как показывает биоритмология в течение суток организмы проходят фазы – точки бифуркации, в которых они коренным образом функционально изменяются [*Дубров, 1987*].

В конденсаторе наибольшее количество тока протекает в моменты его включения и выключения. Это же имеет место и при скачивании информации из Интернета.

Человек лучше всего запоминает из предъявляемого массива информации начало и конец, когда память актуализируется на границах процессов; подобным образом младенец перед тем, как заснуть, начинает капризничать.

В кибернетическом моделировании психики пустота есть третий элемент между системой и средой, находящий свое воплощение в моделях типа "черного ящика", заключающего в себе принципиально скрытую систему функциональных связей системы и среды [*Новик, 1969*].

Пустота есть идеальная основа образного отражения, что фиксируется в парадоксах формирования психических образов, когда, например, "идентификация предшествует распознаванию", когда акт распознавания образов, как и слов (в том числе слов иностранного языка) происходит мгновенно [*Дубров, Пушкин, 1990, с. 39*].

С пустотой связана "способность делить, выделять и манипулировать предвосхищениями... Она является... одной из наиболее фундаментальных операций среды так называемых высших психических процессов" [*Найсен, 1981, с. 147, 178*].

В психологических концепциях решения проблемы, принятия решения граница может пониматься как "логический вакуум" – неотъемлемый атрибут всякого познания, которое, развиваясь скачкообразно, время от времени обнаруживает "логические вакуумы", заполняющиеся логической мыслью после процесса озарения [*Алексеев, Панин, 1991*].

А. А. Деев, анализируя открытый учеными закон осцилляции Солнца (имеющий гармонический, то есть синусоидальный характер), пишет, что в момент прохождения синусоиды через нуль в течение 10-15 минут наблюдаются "информационные окна", и "все открытия, озарения происходят именно в эти моменты времени" [*см.: Мартынов, 1990, с. 105*].

В теории научного поиска наиболее плодотворными для творчества оказываются состояния

перехода от глубокого отдыха, каким является сон, к бодрствованию. Как пишет А.К. Сухотин, "расторженные сном структуры мозга, не успев еще обрести привычное состояние нормы "поведения", наиболее открыты для неожиданных посетителей. В такие мгновения, скорее всего, и происходят невероятные сцепления идей, могущие оказаться плодотворными. Так, Р. Декарт писал, что "творческое настроение" посещает его, когда он бывает в расслабленном состоянии от сна. По признанию К. Гаусса, перспективные догадки приходили ему в минуты пробуждения. Есть аналогичные свидетельства и многих других ученых" [Сухотин, 1978, с. 113].

В экзистенциализме "граничной ситуации" между жизнью и смертью (соотносящейся с такими культурологическими феноменами, как инициация, посвящение, крещение и т. д.) придается решающее значение в процессе прозрения человеком своей сущности.

В рамках *теории катастроф* критическое состояние системы обнаруживается в момент распада, разрушения системы, которая как гомеостатическая сущность, согласно *закону Ле Шателье* (см. также закон Онсагера и др.), способна достаточно долго сохранять устойчивое ("некритическое") состояние за счет внутренних гомеостатичных ресурсов, пока последние не будут исчерпаны, – и тогда начинается распад системы, ее вход в критическую фазу своего развития, который приобретает лавинообразный характер, а поводом для такого процесса может послужить самый ничтожный фактор [Арнольд, 1990].

"Кооперативные эффекты и небольшие воздействия в точках бифуркации способны порождать новые уровни организации в такой системе, тогда как увеличение простого силового давления на систему может приводить к тому, что она будет редуцироваться к одним и тем же структурам, не порождая нового. Эти стратегии напоминают принцип "у-вэй" (минимального воздействия), который был своеобразным идеалом деятельности в древнекитайской культуре" (В.С. Степин: <http://vivovoco.rsl.ru/vv/journal/scilog/stepin1.htm>)

На языке *синергетики*, распад системы, ее разрушение сопровождается ее входом в динамическое (критическое) состояние хаоса (точки бифуркации, состояния деирерхизации), где прошлой системы уже нет, а будущей – еще нет. Именно в этом критическом динамическом состоянии "детерминированного хаоса", где *стирается грань между актуальным и потенциальным, частью и целым, простым и сложным*, система (а точнее – псевдосистема) "выбирает" путь (аттрактор) своей дальнейшей эволюции и кристаллизуется как "новая" система. Процесс и механизм этой кристаллизации чрезвычайно трудно интерпретировать на теоретическом уровне, поскольку здесь имеет место появление новой системы с новыми системными (эмерджентными) свойствами, появившимися как будто бы ниоткуда [Хакен, 1985].

В критическом состоянии динамического хаоса система предстает как единое целое (что фиксируется принципом несиловой корреляции квантовых систем, а также *парадоксом Эйнштейна-Подольского-Розена*), все части которого обнаруживают пребывание в "поле" несиловой синхронической корреляции (ср. с принципом синхронности К. Юнга), *а сама система в этом критическом состоянии имеет тенденцию отдавать предпочтение реагированию на сверхслабые (информационные) воздействия (сигналы) внешней среды*.

В синергетике признается, что именно хаос (критическое состояние) выступает в качестве "клея", который связывает части в единое целое. Общее "координационное поле" хаоса как сущности принципиально множественной должно быть "обеспечено" неким "нейтральным элементом" как всеобщим координационным началом всего и вся.

С другой стороны, можно утверждать, что данный нейтральный элемент присутствует в хаосе как нечто потенциально-возможное, виртуальное, косвенное, имплицативное, подразумеваемое, как фактор целостности, который экспериментально открыт квантовой физикой [Цехмистро, 2003]. Кроме того, с точки зрения синергетики можно все многообразие различных структур свести к единому началу, к среде, в которой в потенциально-непроявленной, виртуальной форме уже содержатся все возможные для данной среды структуры.

Рассмотрим целостное (нулевое, критическое) состояние в контексте *термодинамических процессов*. Каждой термодинамической системе свойственны флуктуации. Флуктуация – случайное отклонение величины, характеризующей систему... от ее среднего значения. То есть флуктуация есть "дыхание хаоса", который, как показывает синергетика – является высокоупорядоченной сущностью. Кроме того, в термодинамике используется термин "фаза" – "термодинамическое равновесное состояние вещества, отличающееся по физическим свойствам от других возможных равновесных состояний" [Физический энциклопедический словарь, 1984, с. 798; Браун, 1967].

Переход вещества из одной фазы в другую связан с качественным изменением вещественного образования. Кроме того, данный переход фиксирует критическое состояние, в котором различие в физических параметрах значительно снижено, и в критической точке практически равно нулю (что соответствует отношению контрмедальности). В критической точке фазовый переход происходит в масштабах всей системы, при этом наблюдается возрастание флуктуаций. Флуктуационно возникающая новая фаза по своим свойствам практически не отличается от свойств исходной фазы [Физический энциклопедический словарь, 1984, с. 330-333]. Рассматриваемые процессы исследует синергетика, изучающая явления "возникновения порядка из беспорядка" во всех сферах бытия человека и космоса. Модели синергетики – "это модели нелинейных неравновесных систем, подвергающихся действию

флуктуаций. В момент перехода упорядоченная и неупорядоченная фазы отличаются друг от друга столь мало, что именно флуктуации переводят одну фазу в другую" [*Физический энциклопедический словарь, 1984, с. 686; Хакен, 1991*].

В области фазовых переходов флуктуации не только имеют большую амплитуду, но и простираются на большие расстояния; в случае нелинейных химических реакций появляются дальнедействующие корреляции, которые возникают в самой перехода от равновесного состояния к неравновесному [*Пригожин, Стенгерс, 1986, с. 150, 240*].

Из *кристаллографии* известно, что целостность предметов, имеющих кристаллическую структуру, поддерживается на минимальном энергетическом уровне, то есть на уровне "минимальной энергетической достаточности". Вселенная в целом должна поддерживаться энергией, стремящейся к нулю. Действительно, как учит квантовая физика, мир на его фундаментальном квантовом уровне (на уровне минимальной "порции" энергии) един и неделим. Некоторые исследователи говорят о "волновой функции", лежащей в основе целостного мира, когда в структуре любого движения, совершаемого в виде пульсации, вибрации, волны, наличествуют нулевые фазы (критические точки, точки бифуркации, нули функции синусоиды), которые являются "общим бытийным знаменателем" для всех без исключения процессов, связывая их воедино и формируя универсум, где, как учит эзотерическая мистика и современная квантовая физика, все едино, когда "Вселенная представляет собой неразрывное целое, части которого переплетаются и сливаются друг с другом, и ни одна из них не является более фундаментальной, чем другие, так что свойства одной части определяются свойствами всех остальных" [*Капра, 1994, с. 266*].

Именно благодаря *нулевым фазам*, присущим любому процессу, все формы Вселенной "стыкуются" друг с другом, устанавливая "несиловую координацию", открытую квантовой физикой. Эти нулевые состояния выступают в виде "хранителей ритма" (которые есть суть боги в рамках ведического канона) – фундаментального сущностного ритма Вселенной, соотносящегося с пятым гипотетическим физическим взаимодействием – "великим объединением".

Промежуточно-нейтральное, а поэтому целостно-интегральное реагирование организма обнаруживается универсальной реакцией организма на стресс: как показал Г. Селье, любое специфическое стрессорное воздействие на организм вызывает у него единую реакцию, которую можно определить как "симптомы болезни вообще". Как видим, в критическом стрессорном состоянии организм предстает как целостная система, единство которой реализуется за счет гипотетического нейтрального состояния, являющегося "срединной" точкой саморазворачивания любого волнового явления (солитона), в котором (точке) эта волна претерпевает коренную функциональную перестройку. Данная точка "равноудалена" по отношению ко всем "участкам" волны, ибо по отношению к нулю все числовые выражения являющиеся одинаково неопределенными. Нуль как выразитель критического состояния при этом выражает критическую (покойную) фазу развития, в которой совершаются все преобразования, все виды преобразований и трансформаций.

ПСИХОЛОГО-ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ И КУЛЬТУРНО-РЕЛИГИОЗНЫЕ АСПЕКТЫ ФАЗОВЫХ СОСТОЯНИЙ

Все свершения человеческого духа осуществляются за счет нейтральной нулевой фазы, синхронизирующей несовместимые процессы организма, приводящей к единству разнокалиберные аспекты нашего бытия. Это срединной нейтральное состояние, которое в силу своей "беспристрастности" оказывается причастным абсолютно всему и вся во Вселенной, получило многообразное преломление в народных традициях, укоренилось в нормах поведения.

Чем больше амплитуда колебания психофизиологических состояний, тем глубже и устойчивее мы "приобщаемся" к Нулю. Это, прежде всего, половое возбуждение, где мы наблюдаем достаточно резкую смену состояний после полового "насыщения", в котором фиксируются гипнотические фазы [*Долин, Долина, 1972, с. 155; Кастанеда, 1993, с. 46*], как и парадоксальная фаза сна (сна со сновидениями), актуализирующаяся под знаком полового возбуждения [*Psychology: The Science of Behaviour, p. 430*], поскольку в состоянии быстрого сна имеет место активизация половой функции человека [*Лаберже, 1996*].

При переходе от состояния возбуждения к состоянию торможения организм пересекает область, в которой он одинаково чувствителен как к сильным, так и слабым раздражителям (уравновешенная фаза). Поэтому слабые раздражители и здесь оказываются эффективным средством воздействия. Именно в данной уравновешенной (гипнотической) фазе и происходит выработка различных психологических установок, так как данная фаза баланса процессов возбуждения и торможения оказывается "равнодействующей" по отношению к различным сенсорным модальностям, в результате чего данные модальности формируют условный рефлекс как результат закольцованности нервных связей. Именно благодаря *уравновешенной фазе* возможен не только условный рефлекс, но и феномен синестезии.

Состояние *Нуля* ("нуль-перехода") свободно от каких-либо физических "условностей", что отражается в феномене не причинного имплицативного согласования квантовых процессов и в других явлениях, обнаруживаемых наукой как формой общественного сознания. Отсюда проистекают

паранормальные явления, когда, например, человек внезапно переходит от относительно спокойного состояния к сильнейшему возбуждению, пересекая "нуль-переход", приобретая при этом сверхвозможности: шедущая старушка при пожаре вытаскивает из дому сундук, которые потом с трудом перемещают несколько человек, мать, на ребенка которой наехал пятитонный грузовик, приподнимает его и освобождает ребенка, люди, которые оказались в горящем составе, выбираются "из перевернувшихся на бок вагонов с заклинившимися выходами из купе, в прямом смысле раздирая руками перегородки крыши" [*Уфимская катастрофа, 1990*].

При переходе к эпилептическому припадку (серии сильных двигательных конвульсий, обычно сопровождающихся выключением сознания) человек переживает нуль-переход как состояние тотальности бытия, которое может при этом восприниматься как подлинно-гармоничное. Ф. М. Достоевский в одном из своих писем пишет следующее: "За несколько мгновений до припадка я испытываю чувство счастья, которое совершенно невозможно вообразить в нормальном состоянии и о котором другие люди не имеют никакого понятия. Я чувствую себя в полной гармонии с собой и целым миром, и чувство это до того сильно, до того восхитительно, что за несколько секунд такого блаженства с радостью отдашь десять лет жизни, если не всю жизнь" [*см. Кацукки, 1993, с. 12*].

Всякое мистическое или иное посвящение эксплуатирует и культивирует это состояние, прорыв к которому совершается в условиях мощного эмоционального всплеска, выполняющего кроме этого и задачу отвлечения человека от тех или иных земных привязанностей, а также закладывающего базу для формирования психологической установки, и актуализации "нуль-перехода" – точки бифуркации, через которую организм устремляется в новое русло эволюции. Так, при крещении новорожденного его обязаны опускать в водную купель, что вызывает мощный стресс, сравнимый со стрессом рождения. Обряд обрезания также заставляет ребенка пережить еще не испытанный опыт сильнейшего эмоционального возбуждения. Индийская тантрическая секта в акте посвящения использует "культ оживления мертвеца", что, понятно, ошеломляет посвящаемого до высшего предела.

К. Кастанеда пишет, что для смещения у человека "точки сборки" (в результате чего он переходит на качественно новый уровень существования) учителя используют ситуации, которые провоцируют сильнейшее эмоциональное потрясение у их подопечных. Будда испытал просветление после того, как он внезапно прервал свои аскетические подвиги и принял водную процедуру и еду. Иисус Христос также пережит решающий момент в своей земной эволюции, когда в течение сорокодневного поста был искушаем в пустыне. Можно приводить множество подобных примеров различных мистерий, посвящений, шабашей, служений, которые эксплуатируют "нуль-переход".

В связи с этим можно упомянуть и некоторые психотерапевтические техники излечения от последствий жизненных потрясений посредством направленного психического шока. Многие глубоко укоренившиеся отрицательные психологические установки формируются именно в состоянии переживания эмоционального потрясения, болевого шока и т.д. Катарсическое действие искусства связано с состоянием "психического резонанса", который заставляет человека заново пережить, осмыслить и отработать жизненные обстоятельства, вызвавшие у него ту или иную психическую травму. Здесь состояние целостности достигается за счет совмещения переживания, имеющего правополушарную эмоционально-эмпатическую природу, с рефлексией переживания, имеющей левополушарную логико-аналитическую природу, то есть имеет место то, что классифицируется З. Фрейдом в виде формулы: "там, где было Оно, должно стать Я".

С точки зрения вышеприведенного анализа можно рационализировать укоренившиеся в обществе традиции. Так гадание на Рождество совершается в период перехода к увеличению продолжительности светового дня (в период зимнего солнцестояния), а "изобилующая чудесами" ночь на Ивана Купалу имеет место в период летнего солнцестояния, когда совершается переход к уменьшению светового дня. Иисус Христос по преданию родился в период зимнего, а Будда Гаутама (как и Иоанн Креститель) – в период летнего солнцестояния.

Всякий раз, когда имеет место резкая смена модальностей жизнедеятельности, переход из сферы одного ее полюса в сферу другого полюса, наблюдается переход через нуль, что имеет место не только на уровне человеческого организма, но и на уровне других сред. Так колдуны древности, как отмечает К. Кастанеда, называли время захода солнца "щелью между двумя мирами" [*Кастанеда, 1992*]. Н.А. Бердяев в книге "*Самопознание*" пишет, что в сумерки, переходном состоянии между светом и тьмой, обостряется тоска по вечному, по трансцендентному [*Бердяев, 1990, с. 48*]. В условиях такого перехода значительно повышаются возможности суггестивного воздействия.

В связи с этим интерес представляет изречение из Нового Завета: "При захождении же солнца все, имевшие больных... приводили их к Немю; и Он возлагая на каждого из них руки, исцелял их" (*Лк. 4, 40; Марк. 1, 32*). Можно привести еще один пример, который иллюстрирует положение психологии о том, что гипнобельные фазы возникают во время заката и восхода солнца. Гитлер в своей книге "*Майн кампф*" писал о том, что высший ораторский талант властной апостольской природы заключался в том, что именно в это время (вечером) ему удастся легче всего и наиболее естественным образом покорить новой воле людей [*Hitler, 1939*]. Е. И. Рерих писала, что подключение к "вибрациям космоса" легче происходит именно на "границе сна" [*Рерих, 1992*].

О. Клеман верно отмечает, что "в состоянии между сном и бодрствованием, когда отделяющая

сознательное от бессознательного граница становится размытой и внутри человека раскрывается иная телесность, – наслаждение охватывает всего человека", обретающего "предвкушение Царствия Небесного". Это наслаждение Иссаак Сирион называет особым откровением, преходящим нам "когда спим без сна и бодрствуем, не пробудясь до конца" [Клеман, 1994, с. 250]. Кароли Шнееманн, писательница и художница, сообщает, что "источник всех ее произведений спрятан между сном и пробуждением" [см. Криппнер, Диллард, 1997, с. 97].

Состояние "нуль-перехода" помимо культовых моментов (например, "триумфальной церемонии" древних, состоящей в отработанных проявлениях массового "героического энтузиазма" – ритуальный триумфальный крик – который был связан, как пишет В. П. Казначеев, в большими психофизическими затратами, что приводило к активизации полевой, то есть целостной организации раннего человека [Казначеев, Спирион, 1991, с. 120-124]) используется и на чисто бытовом уровне. Так при чихании, когда имеет место переход от состояния относительного возбуждения к состоянию торможения нервных процессов, традиционно желается доброе здравие, так как данное состояние выступает в роли суггестивной установки. Феномен чихания реализует *нейтрально-нулевую фазу развития любого феномена* (явления), который в своем развитии (изменении) необходимо пересекает нулевое нейтральное состояние, в котором старого феномена уже нет, а нового – еще нет. На Востоке полагают, что в процессе чихания происходит стимуляция "третьего глаза" – центра ясновидения человека. По этой же причине широко эксплуатируется состояние перехода к опьянению, которое О.Хайям определил так:

*Когда бываю трезв – нет радости ни в чем,
Когда бываю пьян – ум затемнен вином.
Но между трезвостью и хмелем есть мгновенье,
Которое люблю за то, что жизнь есть в нем.*

Перед тем, как поднять рюмку, особенно первую, произносится тост, имеющий обычно форму пожелания, внушения. Интересно, что состояние опьянения, несущее в себе возможность приобщения к Высшему через "нуль-переход", может служить символом богопознания, называясь "реальностью высшего опьянения", вводящего нас в "область Божественной силы, ломающей все ограничения, опрокидывающей все преграды, наполняющей нас Духом Святым" [Клеман, 1994, с. 249]. Нужно сказать и то, что для наркоманов особенно ценна первая волна "кайфа" после принятия наркотика, длящаяся считанные минуты.

По этой же причине так важны в момент перехода ко сну и пробуждения молитва для взрослого, если он религиозен, либо психологическая установка, если таковой религиозности не наблюдается, а также колыбельная, сказка для ребенка. Вот почему дети любят слушать страшные истории (которые некоторые исследователи считают важнейшим компонентом детского развития), а взрослые – рисковать, играть в азартные игры и т.д. Именно поэтому переход к состоянию насыщения пищей (музыкой, зрелищами) широко используется человечеством и приобретает колоссальное культурологическое значение, преломляясь как на примитивном уровне ("хлеба и зрелищ"), так и в формах изысканно-уточненных. Именно это обстоятельство является фокусом, в котором цементируются воедино две стороны культуры – духовная и материальная, где черпают свое основание прагматические и иррациональные культы человечества.

Именно поэтому имеют такую странно-притягательную силу похороны, ведь они фиксируют явление перехода-переходов – из жизни в смерть. В связи с этим можно привести как пример обряд сати – сжигания (самосожжения) вдов в Индии [Трегубов, Вагин, 1993, с. 215-217; Хьюман, Ван, 1993]. В преддверии акта самосожжения женщина обычно входит в состояние мистического экстаза и, как считают, должна быть предметом поклонения. Кроме того, как верят индийцы, женщина в последние минуты перед сожжением приобретает способность к ясновидению, пророчеству [Амбелен, 1993, с. 75-76, 288-289]. Если это действительно имеет место, то данный феномен можно было бы объяснить эффектом "нуля-перехода", в сфере которого достигается слияние потенциального и актуального, все получает качество преобразования (и одновременно целостности).

В целом, состояние "нуль-перехода" притягательно для человека тем, что оно несет в себе отблеск фундаментального единства Вселенной – сферы гармонии, покоя и самодостаточности, в которой нет раздражающих человека противоречий (там они постоянно "снимаются").

У А. Блока это состояние называется "радость-страданье одно"). Всякий раз, когда мы совмещаем несовместимые, взаимоисключающиеся сущности мы обнаруживаем реальность Нуля, что воспринимается как чудо, ибо в нем "все возможно".

С этой позиции анализа бытия становятся ясными выводы А. Курно о понятии чуда как "встречи" двух независимых причинных рядов, что "открывает простор для всякой третьей силы" [Зеньковский, 1964, с. 9]. Становится понятной и телеологическая теория "параллельных плоскостей" знания и веры, находящихся в дополнительном отношении друг к другу [Габинский, 1978, с. 128-129, 225].

ФАЗОВЫЕ СОСТОЯНИЯ В КОНТЕКСТЕ МЕХАНИЗМОВ ВЛИЯНИЯ

Человеческий организм в процессе жизнедеятельности, сменяя один режим функционирования на другой в пределах того или иного органа или системы, а также в рамках всего организма, изменяясь волнообразным, ритмичным образом, необходимо проходит критическое состояние – нейтральную точку, нулевое состояние "всеобщего функционального знаменателя", одинаково близкое по своим функциональным особенностям (сущность которого – нейтральность) абсолютно всем системам и элементам организма, а поэтому выступающее в качестве "нуль-перехода", "всеобщего координатора" и "управителя", в качестве "кнопки управления" человеческого организма, ибо придает ему свойство целостности и устойчивости, актуализируя свойство, которое делает организм живой сущностью, способной реагировать на окружающую среду целостно-интегральным образом.

Магические практики, механизмы колдовства укладываются в схему "нуль-перехода". Представим себе ведьму, колдующую над кипящим котлом, бросающую в него особые возбуждающие травы, постепенно вводящую себя во все большее возбуждение, которое может закончиться отключением сознания и впадением в беспамятство. Быстрый переход от состояния возбуждения в торможение "освобождает" импульс, оперенный определенным желанием и действующий в условиях "туннельного эффекта" "нуль-перехода".

Нечто подобное мы имеем в ритуалах кружения дервишей и шаманов, в танцах-мистериях, могущих продолжаться несколько суток кряду. Нужно сказать и то, что симпатическая магия, основной принцип которой – часть равняется целому – эксплуатирует эффект синергии "нулевого состояния", в сфере которого простое и сложное, часть и целое, причина и следствие не дифференцируются, когда часть предмета или существа (например, человеческой волос) может представлять целый предмет или существо.

Состояние "нуль-перехода" В. Л. Леви анализирует в форме явления, называемого им "эхо-магнитом", когда человек сначала вводит себя в состояние "нуля" – квиетизма, полного безволия и отсутствия желаний, предварительно дав себе установку на тот или иной поступок [Леви, 1991]. Переход от суженого к обычному сознанию порождает феномен воли. Явление "эхо-магнита" В. Л. Леви характеризует как триединый процесс: заклинание – пустота – действие.

Данную процедуру можно проиллюстрировать словами выдающейся артистки Ф.Г.Раневской: "Все сбудется, стоит только расхотеть!".

Или, другими словами: "Для запуска мыслеформы или мыслеобраза в материализацию необходимо досконально представить себе этот образ или форму, а потом забыть. Иными словами – "отпустить ситуацию", забыть полностью о том, что вы первоначально хотели. Именно тогда поставленная программа включается в действие, в материализацию. Легче всего таким образом запускаются программы в виде шутки или при контакте с незнакомым человеком. Понятно, что таким же образом значительно проще в материализацию входят и деструктивные программы. Сложно забыть больного, умирающего ребенка. Значительно проще – случайного попутчика, который наступил вам на ногу в транспорте или незнакомца, который испачкал ваш костюм свежей рыбой на базаре. "Чтоб у тебя..." – то есть ключ в заранее составленную эгрегором колдовства программу. А дальше собственно программа: "пусто было" – срыв беременности; "руки отсохли" – паралич, в будущем; "глаза повылазили" – потеря зрения, катаракта..." (В.Ю.Рогожкин, "Эниология", 2000).

Перед тем как выпить бокал шампанского в новом году в него по традиции могут бросить пепел сожженной бумажки, на которой записали желание. Отсюда проистекает и традиция загадывать желание в момент, когда человек видит падающую "звезду": быстрое переключение внимания за чрезвычайно короткое время падения светящего объекта предполагает резкое изменение психического состояния человека, что мало кому удается сделать.

Достижение "нуль-перехода" возможно не только при смене знаков в режиме жизнедеятельности, но и тогда, когда сталкиваются два противоположных состояния или сущности, достигая при этом взаимной компенсации. Так при совмещении состояний мышечного напряжения и расслабления, что характерно для гипнотического состояния, характеризующегося мышечной ригидностью, когда состояния мышечного расслабления и напряжения уравниваются.

Нечто подобное имеет место в спорте, когда спортсмен входит в состояние "второго дыхания" в условиях достижения грани своих физических сил – состояния нервно-физического возбуждения, которое уравнивается состоянием торможения, благодаря чему фиксируется медитативно-нейтральное состояние "второго дыхания", гармонизирующее организм и обновляющее его ресурсы), эмоций страха и гнева, логического и образного мышления, влечений к жизни и смерти и т.д. мы "генерируем" "нуль-переход" (как пишет С. Н. Лазарев, "высшее счастье... не в земном и не в духовном, а в момент перехода от одного к другому, в момент внутреннего объединения этих двух противоположностей" [Лазарев, 1994, с. 344]).

Рассмотрим феномен *второго дыхания*, которое уравнивает и приводит к общему психофизиологическому "знаменателю" состояния мышечного возбуждения и торможения на этапе, когда спортсмен практически использовал ресурсы мышечного возбуждения (свою физическую силу), а

уже не может контролировать нарастающие нервные процессы торможения (мышечной усталости). Если спортсмену, исчерпавшему свои физические ресурсы, удастся удержать это промежуточное состояние, после которого он падает от усталости, то он входит в нулевое состояние суперактивации, в котором получает доступ к "универсальным" энергетическим ресурсам окружающей среды.

В йоге этот механизм реализуется при выполнении асаны "падающий йог": йог поддерживает некую асану (йоговскую позу) до крайней меры, после чего падает от усталости.

Итак, в промежуточном состоянии человек открыт воздействию внешнего мира, что обнаруживает так называемые сензитивные фазы, в которых организм реагирует на особые сигналы внешней среды, выступающие программатором сценария его дальнейшего развития. Одна из самых мощных сензитивных фаз реализуется в момент рождения живых организмов, когда организм формирует импринтинг – закрепляет как безусловно положительный тот или иной присутствующий сигнал внешней среды.

В целом, самым важным фактом *общей теории влияния* можно считать тот, согласно которому управляющий субъект (фактор, элемент), оказывающий воздействие на свое окружение (систему), характеризуется повышенным уровнем разнообразия, а поэтому гибкости, нейтральности (Н. Винер, В.Эшби). Данное обстоятельство находит объяснение в нескольких контекстах.

Во-первых, в системе наиболее гибкий, мобильный управляющий элемент способен взаимодействовать с любым из элементов этой системы, оказывая на него влияние. Данная гибкость управляющего элемента в идеале означает его нейтральность как *способность не реагировать на это ответное воздействие, оставаясь в "тени" и не изменяясь в направлении, которые диктует внешняя среда*. Человек в качестве такого нейтрального управителя при этом освобождается от плена сиюминутных предпочтений своего окружения.

Во-вторых, главным "учредителем" и "управителем" реальности, ее креативным началом, средством, на основе которого она творится, как утверждает новая постнеклассическая парадигма науки, выступает физический вакуум (эфир), который характеризуется гибкостью, необычайной мобильностью, динамичностью, хаотичностью. Физический вакуум можно считать той глубинной нейтральной средой, на основе которой не только творится сущее, но и реализуется всеобщая связь и координация его элементов и аспектов, а также их развитие, разнообразные метаморфозы и взаимодействие. В этом понимании *гибкость управляющего элемента в системе означает то, что он выражает нейтрально-хаотическую природу физического вакуума*.

В-третьих, синергетика, наука об открытых нелинейных диссипативных системах, признает, что хаос выступает в качестве "клея", который связывает части в единое целое. Общее "координационное поле" хаоса как сущности принципиально множественной должно быть "обеспечено" неким "нейтральным элементом" как всеобщим координационным началом всего и вся. С другой стороны, можно утверждать, что данный нейтральный элемент присутствует в хаосе как нечто потенциально-возможное, виртуальное, косвенное, имплицативное (подразумеваемое), как непричинный фактор целостности, который экспериментально открыт квантовой физикой.

В связи с этим приведем такие **факты**:

1. Японские рыбаки рассеивают синтетическое вещество (не встречающееся в океане) в районе нерестящихся рыб, чтобы потом когда из мальков выведутся взрослые рыбы, вновь рассеять это вещество в рыбацкие сети, куда и будут привлечены эти рыбы.

2. Каждый организм в своем развитии обнаруживает информационные окна – особую избирательную восприимчивость к тем или иным воздействиям внешней среды. При этом такая избирательность отвечает стадильности развития этого организма, когда каждый его орган и система имеют довольно строгие временные рамки своего развития. Следствием этого правила является то, что ранее или позднее развития органов и систем оказывается и неэффективным, и даже невозможным (детимаугли). С позиции данного явления получает объяснение тот факт, что раннее половое развитие детей замедляет их интеллектуальное и духовное развитие.

3. Управление организмами и средами совершается в точке нуля: чихание, застольные тосты и индийский обряд сати, жертвоприношения, гипнотические фазы во время полового акта и др.; В. Леви – "маятник-магнит" использует нуль как механизм самоконтроля. В древнем индийском обряде сати, предполагающем самосожжение вдов, в период около 1-2 часов, когда данный обряд готовится и приводится в действие, вдова считается пророком, и к ее пророчествам все прислушиваются с большим вниманием. По этой же причине человек, находящийся на смертном одре – в промежуточном между жизнью и смертью состоянии – обладает особым статусом: его пожелания и воля должны исполняться окружающими как "последняя воля умирающего". Проклятие умирающего также имеет тенденцию исполняться.

В этой связи можно привести легендарное проклятие магистра ордена Тамплиеров Жака де Моле, которого сожгли на костре 18 марта 1314 года в Париже. Жак де Моле, взойдя на костёр, вызвал на Божий суд французского короля Филиппа IV, его советника Гийома де Ногарэ и папу Климента V. Уже окутанный клубами дыма, тамплиер пообещал королю, советнику и папе, что они переживут его не более чем на год: "Папа Климент! Король Филипп! Рыцарь Гийом де Ногарэ! Не пройдёт и года, как я

призову вас на Суд Божий! Проклинаю вас! Проклятие на ваш род до тринадцатого колена!" Климент V умер 20 апреля 1314 года, Филипп IV – 29 ноября 1314 года.

4. Переходные фазы из одного состояния в другое обнаруживаются и в природных средах, например при резкой смене погоды. Не потому ли существует поверье, что "покойники снятся к дождю". Если во время захода и восхода Солнца образуется "щель между двумя мирами", то подобным же образом резкая и кардинальная смена погоды открывает данную "щель", в которую "просачиваются" представители "царства мертвых".

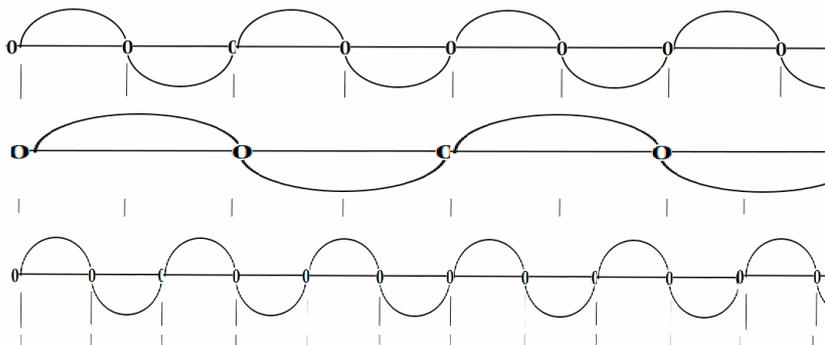
5. Педагогический "метод взрыва" А.С. Макаренко, предполагающий сильное и внезапное действие на воспитанника, который при этом переходит в особо чувствительное к педагогическим воздействиям состояние, что позволяет коренным образом "перепрофилировать" сознание воспитанника, сформировать нужные педагогу психологические установки.

6. Истина может пониматься как единство противоположностей в процессе соединения право- и левополушарных стратегий мышления и познания, образа и знака, многозначной и однозначной логики, что иллюстрируется четырьмя альтернативами индийской логики, которая утверждает истинность четырех ответом на вопрос, предполагающий ответ "да" или "нет" (например, что первично – бытие или сознание?): истинными являются четыре альтернативы – 1) да, 2) нет, 3) и да, и нет одновременно, 4) ни да, ни нет. Проиллюстрировать действие данной парадоксальной многозначной логики можно легендой о Соломоне, к которому пришел мужчина, изложивший убедительные доводы против своей жены, на что Соломон ответил: Ты прав". Потом к Соломону пришла жена мужчины, которая также изложила убедительные доводы против своего мужа, на что Соломон ответил: "Ты права". Некий царедворец, присутствующий при этом спросил: "Мудрый правитель, как же могут быть одновременно правыми эти два человека, высказывающие противоположные мнения друг о друге?". На что Соломон ответил: "Да, ты прав".

Как видим, Соломон владеет парадоксальной логикой, поскольку совмещает несовместимые вещи, что характерно для творческого мышления, которое открыто амбивалентности, неопределенности, многозначности.

7. Случай с Раймундом Луллием, который, как утверждает легенда, родился в 13 веке в Испании в знатной семье и получил блестящее образование – помимо наук и увлечением философией он прекрасно рисовал, ваял, музицировал и слагал стихи во имя прекрасных дам. Служил при дворе короля Якова I и прославился как повеса, балагур и эпикуреец – о нем, завзятом дуэлянте, азартном игроке, авантюристе, желчном острослове, ширилась молва как о развратнике, который отнял честь у многих девушек, а доброе имя у многих жен. Все женщины покорялись ловеласу и донжуану, кроме одной – прекрасной и недоступной. Наконец, после многих дней и месяцев бесплодных попыток покорить сердце знатной дамы, Луллий застал ее в тихом безлюдном месте и начал с бешеной страстью ее домогаться. Покоренная этим любовным порывом, женщина вынуждена была поведать Луллию о роковой преграде, навечно их разъединившей – при этом она дотронулась до платья, скрывающего ее прекрасную фигуру, и приоткрыла свою грудь. Луллий был поражен как громом среди ясного неба: грудь красавицы была испещрена ужасными незаживающими язвами. Переход от пылкой страсти к ужасной оторопи ввел Луллия в особое мистическое состояние, соединяющее прекрасное и ужасное, в котором ему открылась Божественная истина, подвинувшая его на духовные искания и сделавшая его одним из столпов Католического христианства.

8. Рассмотрим *факт* о монастыре "ветников" ("хрустников) – монахов, которые спали на ветках, что укрепляло их здоровье и ускоряло духовную эволюцию. Медитативное состояние, промежуточное между сном и бодрствованием, выступает механизмом гармонизации органических процессов, а также является "туннелем", ведущим к единой нулевой фазе Вселенной, в которой все разнокалиберные вибрирующие организмы и среды едины. Данное единство разночастотных ритмов можно проиллюстрировать рисунком, на котором стыковка ритмов имеет место именно в зонах, приходящихся на нули функции:



Ветники, спавшие на ветках, испытывали значительные неудобства и просыпались несколько десятков, а некоторые – и сотен раз за ночь, пребывая в промежуточном нейтрально-медитативном состоянии от нескольких минут до часу. Таким образом имела место их ночная медитация, которая совершалась как бы сама собой.

Природа измененных состояний человека зиждется в промежуточном, граничном состоянии между двумя противоположными психическими модусами человека – активным бодрствованием и глубочайшим сном. Данное состояние иллюстрируется моделью динамики состояний человеческого психики В. Л. Леви [*Леви, 1991, с. 36*]:

Пароксизм, судороги	Иступление, лихорадочная активность	Возбуждение	Бодрость, Оживление	ПОКОЙ, область волевого контроля	Расслабление	Дремота	Сон	Летаргия
---------------------	-------------------------------------	-------------	---------------------	---	--------------	---------	-----	----------

Рис. Спектр переходов состояний психики

Как видим, в процессе перехода от состояния возбуждения к состоянию торможения организм пересекает область, в которой он одинаково чувствителен как к сильным, так и слабым раздражителям (уравновешенная фаза), здесь он одинаково открыт ко всем сигналам (раздражителям) внешней и внутренней среды. Именно в данной промежуточной уравновешенной (гипнотической) фазе происходит **выработка различных психологических установок**, так как данная фаза баланса процессов возбуждения и торможения оказывается “равнодействующей” по отношению к различным сенсорным модальностям, в результате чего данные модальности формируют условный рефлекс как результат закольцованности нервных связей [*Иваницкий, 1999*]. Именно благодаря *уравновешенной (“нулевой”) фазе* возможен не только условный рефлекс, но и феномен синестезии.

Таким образом, когда человек чихает, поднимает первую рюмку и т.д., он пересекает нулевое нейтральное состояние (между возбуждением и торможением, трезвостью и опьянением), в котором открыт внушению и самовнушению. В этом состоянии, соединяющем противоположные процессы (например, страха и гнева) обнаруживаются паранормальные явления, когда, например, тщедушная старушка во время пожара вытаскивает из дома сундук, который потом с трудом поднимают несколько мужчин. Или когда мать приподнимает грузовик, наехавший на ее ребенка...

Истинная свобода человека, искомое его сензитивное состояние, “момент Истины”, к которому он постоянно стремится, извлекается, добывается в процессе еды, выпивки, курения, потребления наркотиков, секса, творчества и др.

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ АЛГОРИТМ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Основным смыслом (“смысл – мысль о цели”, а поэтому и мысль о целом) развития человека является **эфирно-нейтрально-промежуточно-гранично-нулевой** модус бытия. Все остальные смыслы – как возвышенные, так и низменные – проистекают из данного смысла.

Способы генерации этого нейтрально-нулевого модуса очерчивают универсальный алгоритм развития всего и вся, в том числе и человека.

Нейтральный модус бытия (бифуркационное состояние хаоса в синергетике) фиксируется в двух случаях:

1) в состоянии перехода одного в другое

2) в состоянии целостного функционирования той или иной системы, когда все ее элементы обнаруживают синергетическое слияние, единство, которое обеспечивается “механизмом” нулевого нейтрального состояния, сгенерированного в результате единства противоположных аспектов системы..

Отметим, что **реализация этого алгоритма имеет место:**

1) как в результате естественного процесса развития (когда развивающийся предмет постоянно пересекает нулевые нейтральные фазы),

2) так и в результате смоделированных условий, когда нейтральные фазы генерируются в результате соединения противоположностей.

В этой нейтральной фазе человек не только реализует развитие, но и обретает свободу как возможности избавиться от детерминизма Вселенной: “И познаете истину, и истина сделает вас свободными” (*Иоанн. 8: 32*); “Истина – есть единство противоположностей” (С.Б.Церетели).

В акте соединения противоположностей обнаруживается **состояние целостного гармоничного функционирования той или иной системы**, когда все ее элементы обнаруживают синергетическое слияние, единство, реализуемое благодаря нулевому нейтральному статусу системы.

В связи с этим отметим, что **срединный путь буддизма** призывает человека к духовной эволюции по пути “золотой середины”. Здесь спасения достигает тот, кто освоил принцип недвуальности, то есть достиг состояния парадоксального единства микро- и макрокосма; причем это единство может быть реализовано как в сфере отвлеченных идей, так и в сфере ощущений, когда, например, человек постигает

неразрывное единство "созерцающего и предмета, на который направлено созерцание" и т.д.

Приведем буддистскую *технику медитации на знак АУМ (ОМ)* – символ первичной вибрации, породившей мир.



Здесь мы обнаруживаем процесс соединения противоположностей на разных уровнях.

Сенсорный уровень.

На уровне восприятия формы, когда совмещается круг (плавная, континуально-симметричная, переходящая в себя, линия) и знак АУМ – ряд изогнутых дискретно-асимметричных линий.

На уровне цветовосприятия происходит совмещение холодной и горячей части цветового спектра (небесно-голубой и красно-золотой), которые воспринимаются соответственно левым и правым полушариями головного мозга [Николаенко, 1985] (при этом наблюдается функциональное согласование полушарий головного мозга человека).

Эмоциональный уровень.

На уровне эмоциональных переживаний может наблюдаться совмещение состояния мистического ужаса перед всепоглощающей бездной первичной вибрации (неведомого, неопределенного) и состояния твердой решимости при осознании себя центром мира, своей абсолютной слитности с ним.

Ментальный уровень.

На уровне процессов мышления совмещаются абстрактно-логическое мышление, оперирующее знаковой символикой (знак АУМ) и предметно-конкретное мышление, оперирующее в данном случае образом первичной вибрации (АУМ), "породившей мир". При этом может произноситься определенная мантра, фоновоспетограмма которой обнаруживает совмещение континуальной и дискретной сущностей (то есть мелодии и ритма, обрабатываемыми разными полушариями).

Нечто подобное мы имеем в православной аскетической антропологии, где существует три типа молитвы (молитва-воображение, молитва-раздумье, молитва-созерцание) [Сафроний, 1948, с. 55],

Универсальный алгоритм развития реализуется как процесс достижения нейтрального статуса, который в сфере человеческого бытия соответствует:

- гипнотическому трансу (где уравниваются процессы возбуждения и торможения и обнаруживается ригидность членов),
- *уравнительной фазе психических процессов* (в которой наблюдается уравновешенное реагирование организма на сильные и слабые раздражители),
- *измененным состояниям сознания* (которые генерируются соединением противоположностей),
- *синестезии* (состоянию, в котором уравниваются сенсорные модальности),
- "*второму дыханию*" спортсменов,
- *дипластии* как способности человека в одном мыслительном контексте оперировать одновременно противоположными понятиями, а также создавать из них целостные смысловые комплексы;
 - *творческим актам*, в которых уравниваются противоположные модусы – прекрасное и ужасное, конкретное и абстрактное, порядок и хаос, рациональное и иррациональное...
 - *состоянию "суперактивации"* (состоянию, в котором возможны удивительные паранормальные явления),
 - *катарсису*, когда внешняя и внутренняя стороны психической активности человека, связанные со специфическими психологическими проблемами, интегрируются;
 - *просветлению* (кеншо, сатори, нирвана, нирвикальпасамадхи), которое позволяет человеку достичь окончательного освобождения (от реинкарнационного колеса Сансары);

- тонкому йоговскому дыханию, к котором стирается грань между выдохом и выдохом,
- динамической медитации, в которой мышечные движения тела реализуется на фоне нервных процессов расслабления;
- йоговской асане (как единству состояний мышечного напряжения и расслабления),
- медитации как единству нервных процессов возбуждения и торможения, образно-эмоционального и абстрактно-логического способов постижения мира, что достигается в "просоночной" фазе жизнедеятельности человека между сном и бодрствованием – в моменты, когда он еще окончательно не проснулся, а также когда он еще окончательно не заснул;
- осознанному сновидению, в котором в фазе быстрого сна (сна со сновидениями), характеризующейся доминированием правополушарных функций подсознательной сферы человек активизирует левополушарные функции сознательной сферы, соединяя таким образом сознание и подсознание (в результате чего человек осознает себя в сновидческих ситуациях),
- бифуркационному нейтральному состоянию в развитии систем,
- любым переходным состоянием организма (между голодом и насыщением, рождением и смертью, жизнью и умиранием и т.д.) в процессе жизнедеятельности и отправления им своих естественных функций.

В этом нейтральном состоянии, уравнивающем противоположные модусы, человек открыт противоположностям, имеет доступ как к эмоциям, так и логике и находится в состоянии **абсолютного здоровья**, поскольку в этом промежуточном ("просоночном", "сумеречном", "сомнамбулическом") состоянии *уравниваются и гармонизируются* противоположные функции организма:

- нервные процессы возбуждения и торможения,
- активность симпатической и парасимпатической ветвей нервной системы,
- работа полых и полных органов,
- организменные процессы анаболизма (ассимиляции, построения организменной симметрии) и катаболизма (диссимиляции), соотносящихся с эрготропными и трофотропными физиологическими функциями,
- эмоциональные реакции (удовольствие и страдание, страх и гнев и др.),
- быстрая и медленная фазы сна,
- мужское и женское начала,
- Ян и Инь процессы тела, активность янских и иньских меридианов тела,
- состояния сна и бодрствования,
- первая и вторая сигнальная системы,
- абстрактно-логическое однозначное и конкретно-образное многозначное мышление;
- человек как представитель мира и человека как представитель Абсолюта (тварная и божественная природа) и др.

Практика соединения противоположностей реализуется на **нескольких уровнях**.

1) НА НИЗШЕМ ОРГАНИЗМЕННОМ УРОВНЕ мы имеем *соединение состояний возбуждения и торможения нервных процессов, мышечного напряжения и расслабления*, что имеет место в процессе выполнения йоговских асан. Это предполагает достижение состояния мышечного напряжения при выполнении определенной асаны, фиксация этого состояния нервно-мышечного напряжения несколько десятков секунд. Одновременно на фоне этого напряжения человек генерирует состояние нервно-мышечного расслабления. Таким образом, в хатха-йоге выполнение асан предполагает соединение состояния боли (сопровождающейся возбуждением при напряжении мышц и сухожилий) и расслабления (торможения), когда возбуждение и торможение взаимно "погашают" друг друга. Соединение двух противоположных нервно-психических состояний приводит к их нейтрализации и выходу в "нуль" – искомому гармоничному граничному состоянию, которое йоги называют "волнами энергии", обнаруживающимися при выполнении асан. На этом же уровне мы можем соединять воедино состояния мышечного напряжения и расслабления в акте динамической медитации.

Принцип *гармонизации, реализующийся в механизме соединения противоположностей*, имеет место в парадоксальной гимнастике А.Н.Стрельниковой. Данная гимнастика, имеющая колоссальный терапевтический эффект, предполагает соединение несоединимого – мышечного напряжения и вдоха (обычно в этом случае человек выдыхает). Важным преимуществом данной дыхательной гимнастики является использование форсированного вдоха с вовлечением в данный процесс диафрагмы – мощнейшей дыхательной мышцы. При этом имеет место короткий и резкий шумный вдох через нос (3 вдоха за 2 секунды) с последующим абсолютно пассивным выдохом через нос или через рот. Одновременно со вдохом выполняются движения, вызывающие сжатие грудной клетки, то есть имеет место мышечное напряжение, что и придает данной гимнастике парадоксальный характер. Таким образом, короткие шумные вдохи в этой гимнастике выполняются одновременно с движениями, сжимающими грудную клетку, дополненными другими разнообразными движениями тела, при которых имеет место мышечное напряжение. Большое число повторений упражнений (от 1 до 5 тысяч вдохов-движений за час) и систематическая ежедневная тренировка (утром и вечером) на протяжении 12-15 занятий способствуют укреплению и тренировке дыхательной мускулатуры. Применение парадоксальной гимнастики в комплексе с медикаментозным лечением у пациентов с различными

формами туберкулеза, бронхиальной астмой разной степени тяжести, пневмониями, острым и хроническим бронхитом, а также вазомоторным ринитом в острой и хронической формах позволило получить положительные результаты в 92,5% случаев.

2) НА СРЕДНЕМ ОРГАНИЗМЕННОМ УРОВНЕ мы работаем с процессами на уровне телесных ощущений и ментальной сферы, которая направляет наше внимание, соединяя при этом сенсорную и ментальную сферы. Если телесные ощущения реализуются на уровне внутренней среды (ассоциативный модус психической деятельности), то ментальные состояния предполагают обращение психических процессов вовне (диссоциативный модус психической деятельности). Таким образом, направление внимания на телесные ощущения означает соединение внутреннего и внешнего аспектов психической деятельности, что предполагает их взаимную нейтрализацию. Данное состояние на уровне психофизиологических процессов *иницируется тогда, когда человек расслабляется и закрывает глаза, при этом направляя свое внимание на телесные ощущения*. Это состояние, в котором обнаруживается медитативный альфа-ритм мозговой активности, можно назвать (вслед за В.Л. Леви) *состоянием волевого контроля* (самоконтроля, обнаруживающегося в приемах аутогенной тренировки), а также фазой гомеостаза, в которой процессы симпатической и парасимпатической ветвей вегетативной нервной системы, процессы ассимиляции и диссимиляции, возбуждения и торможения, активность правого и левого полушарий уравниваются. Здесь возможно функциональное единство первой и второй сигнальной системы, образа и знака, мысли и чувства.

Концентрация внимания человека на своих телесных ощущениях на фоне телесного расслабления активизирует альфа-ритмику мозга, характерную для состояния медитации, в котором полушария головного мозга функционально синхронизированы, реализуя психофизическое единство. Интересно, что В. В. Авдеев, известный цирковой артист – практик в области парапсихологических феноменов, состояние суперактивации (называемое им состояние "имаго") достигает именно посредством концентрации своего внимания на своих телесных ощущениях, что происходит на фоне состояния некоторого дистанцирования от своего тела, на которое нужно научиться взирать как бы со стороны [Дмитрук, 1989, с. 6-7].

На этом же среднем уровне работают и техники Ци-гуна, Тайзци и других ориентальных систем совершенствования человека, которые призваны соединять сенсорно-динамический и мыслительный аспекты человеческой активности. "За три тысячи лет до нашей эры древние китайцы знали и использовали транс в различных формах. Они практиковали особый вид медицины, основанный на энергетических представлениях о человеке. Предполагалось, что Ци, первичная энергия, циркулирует во всем универсуме, а также внутри человеческого тела. Когда циркуляция происходит гармонично, человек здоров. Если же ее течение блокируется в одном из каналов тела – меридианах – возникают неполадки, которые могут привести к функциональным нарушениям органов и к болезни. Все искусство китайского врача заключалось в том, чтобы восстановить циркуляцию этого временно заблокированного потока энергии. Для этого, помимо других способов, он использовал и элементы особых состояний сознания. Так, в технике Ци-гун пациенту предлагалось делать медленные гимнастические движения. Перед тем, как выполнить эти движения, он должен был их визуализировать – мысль в этом случае предшествовала действию (До сих пор во многих эзотерических учениях основополагающий принцип звучит как "энергия следует за мыслью")" [Ахмедов, Жидко, 2001].

В этой связи приведем **терапевтическую методику**: человек стремится увидеть на своем внутреннем экране, закрыв глаза, человека, делающего упражнения. После недельной практики (каждый день примерно по полчаса) наступает заметное улучшение состояния здоровья человека. Терапевтический эффект объясняется динамической лабильностью нервных процессов на идеомоторном уровне. Данное состояние открытости динамическому аспекту действительности актуализируется каждый раз, когда человек "отключает" свое критическое начало – сознание, и включает воображение, то есть подсознание. При этом подключение к данному процессу, резонансным образом проторяющем идеомоторные реакции человека, реализуется в процессе приобщения человека не только к динамическим видам искусства (в процессе созерцания танцев, например), но и спортивным действиям. Зритель при этом участвует в зрелищах виртуальным образом на внутреннем идеомоторном уровне, выполняя сложные движения и следуя танцевальным ритмам. Такое "подключение" в силу эффекта резонанса имеет место и в процессе созерцания произведений живописи, архитектуры и др.

Таким образом, мы можем говорить о гармонизирующих и исцеляющих факторах хореографического искусства, что иллюстрируется примером "**виртуальной тренировки**", которая, обнаруживая связь воображения и идеомоторных актов, укрепляет мышцы: наши мышцы укрепляются не только благодаря упорному выполнению физических упражнений. То же самое происходит, если всего лишь настойчиво думать о тренировках. В эксперименте, проведенном специалистами по спортивной медицине во главе с психологом Дэвидом Смитом, участвовали две группы студентов. В одной студенты тренировали мышцы пальцев рук, сжимая экспандер, а в другой (контрольной) – студенты регулярно представляли себе в мыслях это занятие. Когда через четыре недели интенсивных реальных и "виртуальных" тренировок замеры мышечную силу пальцев у тех и других, то оказалось, что она существенно увеличилась у испытуемых обеих групп.

О значении работы **воображения** мы можем прочитать в книгах М. Норбекова. Речь идет об излечении детей-инвалидов – сирот дошкольного возраста, страдающих *сахарным диабетом*. Они проходили лечение в нескольких санаториях на берегу Черного моря. В одном из них дети почему-то излечивались, а в других – никакого результата не наблюдалось. В этот санаторий неоднократно направлялись комиссии для того, чтобы установить причину такой эффективности. Выяснилось, что, во-первых, дети удивительного санатория полагали, что у них нет родителей потому, что они больны. Поэтому их огромное желание заполучить родителей было связано с огромным же желанием выздороветь, что вызывало мощную эмоциональную активацию структур мозга. Кроме того, дети знали о своем заболевании, то есть знали о том, что у них в крови "много сахара". ("У меня внутри много-много кусочков сахара друг за другом ходят. Вот из-за этого мои родители ко мне не приезжают" – пояснила ситуацию одна девочка). Каждое утро работники санатория наполняли несколько десятков ванночек морской водой. К обеду, когда вода нагревалась, дети там принимали ванну. Они плескались, приговаривая: "Я сахар, сахар, сахар". Делалось это для того, чтобы сахар, который находится внутри их организмов, растворялся в воде. Воображение у детей работало буквально, и эта игра воображения, как пишет М. Норбеков, их и исцеляла. Только потом, когда об этом рассказали воспитателям, они в один голос воскликнули: "Ах, вот почему многие наши малыши второй раз в эту же самую воду не забираются, ведь там "растворен" сахар" [Норбеков, 2001].

3) НА ВЫСШЕМ ОРГАНИЗМЕННОМ УРОВНЕ мы достигаем самосознания, соединяя противоположности на уровне мыслительных процессов, что реализуется в феномене дипластии – присущем только человеческому сознанию феноменом отождествления двух элементов, которые одновременно исключают друг друга [Брагина, Доброхотова, 1988, с. 10], что проявляется в таких психологических феноменах, как энантиосемия (двойственность, парадоксальность смыслов), "операциональная интеграция" [Горелов, 1987, с. 79; Петров, 1992], бисоциация (или бисоциативность, которая, в отличие от ассоциативности, является способностью человека к созданию абсолютно новых, нетривиальных связей; это соединение того, что никогда еще не было соединено через интеграцию нескольких элементов и формирование из них новой целостности), что реализуется в таких языковых фигурах, как, например, оксиморон – "живой мертвец", "сильная слабость", "гениальная тупость" и др.

В ментальном аспекте соединения противоположностей можно говорить об **акте творчества**, в котором процедуры однозначного абстрактно-логического мышления реализуется в ситуациях многозначности, неопределенности, хаоса в процессе решения проблемных задач (когда соединяются левополушарные и правополушарные функции, сознание и подсознание). И если главной особенностью творческого процесса есть погружение творческого человека в неопределенность, парадокс, абсурд, то одним из главных инструментов формирования творческой личности выступают проблемы, задачи, которые создают ситуации неопределенности.

К единству сознания и подсознания ведут как творческая дипластическая деятельность (в которой соединяются противоположности), как **медитация**, так и осознанные (контролируемые) сновидения. В отличие от медитативного состояния, в которое человек попадает в бодрствующем состоянии, генерируя **состояние, промежуточное между сном и бодрствованием**, в осознанное сновидение человек попадает из состояния быстрого сна, в котором активна деятельность правого полушария головного мозга человека, когда человек не осознает себя. В том момент, когда человек осознает, что спит, активизируется деятельность левого осознающего полушария, что приводит к соединению право- и левополушарных функций: человек осознает свои сны и может режиссировать их, меняя по собственному усмотрению сюжетную линию. Интересно отметить, что в осознанном сновидении степень реальности происходящего превосходит бодрствующую действительность, о чем говорит обострение органов чувств человека и усиление сенсорных качеств сновидческой реальности, когда звуки, цветовая гамма становятся более насыщенными. Контролируемые сновидения, где соединяются право- и левополушарные функции человека, позволяют человеку в бодрственном состоянии воспринимать мир как иллюзию, как сон [Evans-Wentz, 1964], что, в свою очередь, позволяет ему вести себя спонтанным образом, используя ресурсы правого полушария (подсознания). В состоянии же быстрого сна человек может воспринимать сновидческую реальность осознанно, что позволяет достичь "самоинтеграции и внутренней гармонии" [Лаберж, 1996, с. 20-23].

4) НА АБСОЛЮТНОМ УРОВНЕ мы достигаем самосознания (высшей цели развития человека), что связано с соединением таких противоположностей: наше мыслительное представление о самом себе и мире (которое выражает определенный смысл) и мыслительное же представлением об Абсолюте, который находится на пределах всяческой реальности и имеет неопределенный, парадоксальный смысл.

Самосознание при этом реализует **состояние идентификации человека с Абсолютом**, поскольку **человек может осознать себя (и мира, в котором человек находится) только с трансцендентальной позиции над-мира, то есть с позиции Абсолюта**.

В этом единстве человека и Абсолюта обнаруживается **единство тварного и божественного**, что приводит к их **аннигиляции**; в этой нейтральной точке инициируется **САМОСОЗНАЮЩЕЕ НАЧАЛО – высшая цель развития человека**.

Локализующееся в нейтральной граничной точке Самосознающее Начало может воспринимать и воздействовать:

- 1) на мир и над-мир с позиции границы – Самосознающего Начала;
- 2) на Самосознающее Начало с позиции мира и над-мира;
- 3) кроме того, мир (человек) может воспринимать и воздействовать на над-мир (Абсолют), который, в свою очередь может воспринимать и воздействовать на мир (человека).



Рис. Архитектоника реальности

Модель реальности, представленная на рисунке "Архитектоника реальности" объясняет сущность **духовно-медитативных практик**, реализация которых зависит от того, в каком направлении направлена активность действующих лиц: от человека к Абсолюту, или от Абсолюта к человеку.

Направление активности человека на Абсолют

Направление активности человека на Абсолют означает: человек мыслит об Абсолюте, что достижимо в акте созерцания Абсолюта в сфере парадоксального мышления, поскольку в арсенале классического абстрактно-логического мышления нет форм постижения Абсолюта – невыразимого при помощи рациональных конструкций и находящегося за пределами мира.

Таким образом, левополушарная – рационально-мыслительная – активность подавляется парадоксальными мыслительными конструкциями, а само левое полушарие перестает отражать мир в рационально-однозначном виде, что приближает левое полушарие к характеристикам правого полушария. В результате достигается функциональный синтез полушарий, что приводит к синтезу противоположных функций организма со всеми вытекающими из этого последствиями, одно из которых – генерация медитативно-молитвенного состояния, которое, как свидетельствуют энцефалографические исследования, наблюдается в процессе функциональной синхронизации полушарий, то есть полушария выступают единым целым [Murphy, Donovan, 1985; David-Orme-Johnson, 1977]. В то время как в обычном режиме несколько функционально противоречат друг другу (В целом **правополушарная** стратегия восприятия, мышления и освоения мира является инстинктивно-интуитивным, эмоционально-образным, конкретно-экспрессивным, целостно-синкретическим миропониманием, которые формирует многозначно-метафорический лингвистический и мотивационно-смысловой контексты отражения действительности, "пробуждая" к жизни такие формы общественного сознания, как искусство и религия. **Левополушарная** стратегия, напротив, выступает личностно-волевым, абстрактно-логическим, понятийно-концептуальным, дискретно-множественным мировосприятием, которое способствует формированию однозначного лингвистического и мотивационно-смыслового контекста отражения окружающего мира и "пробуждает" к жизни науку и философию. Есть данные, которые позволяют сделать вывод, что правое полушарие функционирует по принципу положительной, а левое – отрицательной обратной связи).

В связи с этим **развитие человека** в плане полушарных стратегий отражения и освоения мира можно понимать как движение от подсознания к сознанию, а от него – к сверх-сознанию (П.В. Симонов), то есть как эволюция от:

1) **правополушарного** многозначного восприятия мира, в рамках которого реализуется **дипластия первого уровня** как способность эмоционально-образного метафорического мышления объединять противоположности, к

2) **левополушарному** абстрактно-логичному однозначному биполярному мышлению, а от него – к

3) **полушарному синтезу** как **дипластии второго уровня** – парадоксально-диалектическому творческому мышлению, способному объединять противоположности – право- и левополушарные познавательные стратегии, то есть способному интегрировать состояния дипластии первого уровня и биполярное восприятие действительности.

Данное состояние имеет такую ориентальную интерпретацию: "буддизм махаяны ставит акцент на несуществовании противоположностей, на нулевом пути, являющимся основанием для бытия и небытия: "есть" – это первая противоположность, "не есть" – вторая. То, что лежит между ними, не подлежит исследованию, неизреченно, непроявлено, непостижимо и не имеет длительности. Это и есть нулевой путь, называемый истинным познанием бытия... С точки зрения буддизма и даосизма, гармония – не конечная цель мира, а лишь путь к конечной цели. Конечная цель – достижение состояния полного покоя – центра круга, снятие всех противоположностей, в том числе между покоем и движением. Идеал – достижение идеального покоя (дао, нирваны), опустошенности, бессмертия, возвращение к Одному" [Кандыба, Кандыба, 1994, с. 155-156].

Приведенные рассуждения можно сопоставить с положением Бхагавад-Гиты о Брахмане: "Брахман, Дух, не имеющий начала... находится вне существования и не-существования" (Бх.-г. 13, 12).

Это состояние, согласно ориентальной доктрине, реализуется через несколько стадий: "На первой и второй стадиях иллюзию преодолевает соответственно субъект и объект... На третьей стадии отбрасываются и субъект, и объект, но различие между ними все еще остается. Этот уровень отрицания относится к состоянию сознания в предельно напряженном созерцании. Только на четвертой стадии достигается отсутствие всех противопоставлений субъекта и объекта. Реальность осознается в ее окончательном единстве" [Дюмулен, 1994, с. 142, с. 234–235].

Одной из разработанных и апробированных духовных практик, позволяющих подготовить человека к слиянию с Абсолютом, есть **трансцендентальная медитация** (сокр. ТМ; от лат. *transcendens*, род. падеж *transcendentis* – *перешагивающий, выходящий за пределы* и лат. *meditatio* – *размышление, обдумывание*) – религиозное учение, техника медитации с использованием мантр, основанная Махариши Махеш Йоги и распространяемая организациями "Движения Махариши".

Практика трансцендентальной медитации предполагает комфортное расположение в кресле или на стуле и произношение мантры (на занятиях по ТМ человеку дают его собственную мантру, произнося которую про себя он несознательно концентрируется на звуке). Считается, что от постоянного и непрерывного произношения утомляются определенные отделы головного мозга, что влечет за собой торможение и подавление левополушарно-рационально-мыслительной (вербально-логической) формы психической активности, постоянно генерирующей "поток мыслей". В результате тело приходит в расслабленное состояние, замедляется дыхание, сознание рассеивается и разум погружается в "первичное сознание", мысли покидают, а тело будто бы погружается в сон. Однако при этом засыпать не нужно, следует прекратить повторение мантры, и как только вновь начнут одолевать мысли процесс произношения звуков необходимо возобновить. Учителя ТМ полагают, что, находясь в первичном состоянии, человек получает энергию от Космического Сознания, благодаря чему он очищается от "умственного хлама".

В *Энциклопедии психологии и бихевиоризма* Р. Корсини мы можем узнать, что практика ТМ – это динамичный процесс, характеризуемый: (а) перемещением внимания с активного, поверхностного уровня мышления и восприятия на более спокойные и абстрактные уровни мысли; (б) трансцендированием тончайшего уровня мышления с переходом к состоянию полного само-осознания... и (в) переходом внимания назад – к более активным уровням мышления. Эти три фазы, отличающиеся по физиологическим характеристикам, циклично повторяются множество раз в каждой сессии ТМ и определяют состояние "спокойной осознанности" – глубокого физиологического отдыха и растущей пробужденности ума. Это состояние спокойной осознанности снимает умственный и физический стресс.

Научные исследования подтверждают эффективность ТМ в профилактике и лечении сердечно-сосудистых заболеваний, в снижении факторов риска, включая следующие: снижение кровяного давления; сокращение потребления табака и алкоголя; снижение повышенных уровней холестерина и окисления липидов и снижение психологического стресса.

Существует лечебно-гармонизирующая методика, которая использует механизм **прекращения внутреннего диалога** в тренинговых группах посредством "тарабарского" языка: люди собираются несколько раз в неделю и каждый начинает говорить на спонтанно изобретаемом тарабарском языке. Через некоторое время между людьми достигается взаимопонимание, а через 1-2 месяца разные тарабарские наречия приводятся к единому групповому тарабарскому языку. Апофеозом является событие, когда участники тренинговой группы собираются в каком-то людном месте и начинают громко разговаривать на своем языке [Сосланд, 1999; Цапкин, 1992].

Тарабарский язык выступает средством, которое замещает наш привычный язык, на котором каждый из нас общается постоянно и с которым связаны множество неприятных стрессовых моментов нашей жизни. Таким образом, сам процесс употребления языка реализуется как серия микрострессов, которыми человек подвергается постоянно как в процессе употребления языка в процессе речи, так и в процессе слушания речи других людей, поскольку при этом органы артикуляции слушающего активны, а сам человек повторяет на идеомоторном уровне то, что слышит. Даже когда человек молчит, речь присутствует в его сознании в виде так называемого внутреннего диалога.

Важно знать, что активность доминантного вербально-логического левого полушария головного мозга человека, которое организывает волевое усилие и с работой которого связана вербально-символическая деятельность человека, выступает управляющей (суггестивно-волевой) функцией

человека (Е.А.Немчин, Б.Ф.Поршнев). Поэтому постоянно звучащий стрессогенный имеющий энтропийную природу внутренний диалог очень досажает человеку, обесточивая его энергетические ресурсы.

На Востоке с внутренним диалогом борются посредством мантр, при помощи которых внутренний диалог вытесняется не имеющими для человека смысла мантрами, а также и молитвами, произносимыми на малопонятном церковнославянском наречии. С внутренним диалогом на Востоке борются и посредством коанов – действий, ситуаций, парадоксальных утверждений, которые лишают левого полушария его однозначно-доминантного статуса, что приводит к активизации творческих ресурсов правого полушария.

При этом считается (см. книгу Б.Сахарова "Открытие третьего глаза"), что волевая (медитативная) остановка внутреннего диалога в течение не менее 2-х часов приводит к состоянию самадхи – нейтральному просветленному состоянию, в котором человек испытывает блаженство и купается в потоках энергии.

Направление активности Абсолюта на человека

Данная активность имеет место в рамках квантового парадокса "Наблюдатель", который актуализирует мир благодаря своему присутствию (на Востоке с этим актом связаны сверхестественные способности, называемые сидхами, одна из которых – "творение материальных вселенных").

На уровне медитативных практик данная активность реализуется в контексте квиетизма – состояния личности, которая совершает тотальный отказ от себя и выступает "телом" Абсолюта (Бога), Который, таким образом, "проливается" в мир и смотрит на него глазами личности (человека), выступающей инструментом Бога. В данном случае личность лишается своей свободной воли, обретая волю Всевышнего, что является основным принципом реализации Богочеловека – И.Христа, Который более десяти раз изрекал, что "ничего не делает по Своей воле, но по воле пославшего Его Отца". О чем в Евангелии от Иоанна сказано: "Я ничего не могу творить Сам от Себя. Как слышу, так и сужу, и суд мой праведен, ибо не ищю Моей воли, но воли пославшего меня Отца" (5, 30). "Если Я свидетельствую Сам о Себе, то свидетельство Мое не есть истинно..." (5, 31).

В Индуизме мы встречаемся с нечто подобным: в Бхагават-Гите можно прочесть, что высшим уделом живущих является удел самозабвенного служения Божеству, а цель жизни человека – стать орудием божественной воли.

В Даосизме мы встречаемся с божественным принципом недеяния, отрицающим манипуляторно-индивидуальную природу человека во имя спонтанно-интуитивного поведения "истинно мудрого человека": "безмолвный, пребывает в недеянии, но всему причастен; невозмутимый, не управляет, а все содержит в порядке. То, что называю "недеянием", означает не опережать хода вещей; то, что называю "всему причастен", это следовать ходу вещей; то, что называю "все содержит в порядке", соблюдать взаимное соответствие вещей" [*Литература древнего Востока, 1984, с. 228, 259*].

В Буддизме целью человеческого существования является пробуждение "высшей" природы. В ее рамках человек преодолевает противостояние Я и не-Я, принимая принцип "анатта" (отсутствие "Я", квиетизм), отрицая желания и волю, обнаруживая "дзен" как выражение интуитивно-просветленного поведения, отвечающий состоянию самореализации (А. Маслоу), а также трансперсональному бытию (Ст. Гроф). Здесь реализуется процесс самоотстранения (самоотречения, спасения, освобождения, пробуждения, просветления, нирваны...) от мнимого, иллюзорного "Я" в пользу некой "запредельной Сущности". На практике упомянутый процесс имеет следующий вид. Мы формулируем тотальный отказ от своего Я, "ощущая" ("фиксируя") наличие Высшего "Я", которое "присутствует" в нас и проливается в мир через нас (воспринимает мир нашими органами чувств). На Востоке данная практика реализуется в призыве: "опустошись и Я тебя наполню". На Западе в рамках Христианства с актом самоотстранения мы встречаемся, когда слышим молитвы, призывающие Святой Дух "прийти и вселиться в нас".

ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЕ ИМПЛИКАЦИИ УНИВЕРСАЛЬНОГО АЛГОРИТМА РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Самосознание человека как способность рефлексировать – это возможность посмотреть на самого себя (и на всю Вселенную, в которую интегрирован человек) со стороны, что возможно только при идентификации человека с нечто запредельным этой Вселенной, то есть с тем, что находится вне границ Вселенной, бытия в целом. Этот акт называется трансценденцией – воспарением человека над Вселенной, что обнаруживает идентификацию человека с Абсолютом, который по определению свободен от мира, "находится" вне его и сотворил (сотворяет) этот мир.

Таким образом, кристаллизация самосознания предполагает ситуацию единства противоположностей – Абсолюта и человека/мира, что обнаруживает *САМОСОЗНАЮЩЕЕ НАЧАЛО*.

Для онто- и филогенетического развития *самосознания, выступающего парадоксально-нейтральной сущностью* (ибо она соединяет противоположности – процессы ассоциации и диссоциации, отождествления и растождествления, интериоризации и экстериоризации, процессы торможения и

возбуждения и др.), необходимо создавать психологические и социально-поведенческие условия, моделирующие *процесс единства противоположностей*.

Дипластия реализуется именно благодаря функциональному соединению двух противоположных стратегий познания и отражения мира человеком – правополушарной многозначной и левополушарной однозначной, что дает возможность развить диалектико-парадоксальное творческое видение мира, достичь состояния холостности, недальности, которое в рамках буддистских психотехник трактуется как просветление, а также выступает целью развития человека – *самосознанием*, реализующимся в сфере как парадокса (на уровне эпистемологическом), так и абсурда (на уровне культурно-историческом).

Данный процесс имеет место не только на логико-поведенческом, психолого-мировоззренческом, но и на *соматическом уровне человеческого организма*, где неспособность человека соединять противоположные состояния (реализуя при этом синергетический системный эффект, умножающий энергетические ресурсы организма) выступает причиной множества болезней – психических, психосоматических и соматических. В физиологии с этим связана павловская "сбивка мотивов" (конфликт двух противоположных и одинаково сильных мотивов поведения), что выступает важным условием возникновения неврозов, которые экспериментальным образом вызываются сильным возбуждением гипоталамуса (при котором одновременно активизируются *оба* его отдела) в процессе борьбы противоречивых стремлений человека [Святоц, 1982, с. 11-13].

В системе дзен-буддизма существует методика достижения просветления, один из существенных моментов которой – *коаны* – вербально-действенные акты, приводящие к восхищению в сиятельные сферы парадокса. Как пишет К. Хемфрейс, "коан – это слово, фраза или воспоминание, которое не поддается интеллектуальному анализу и тем самым позволяет тому, кто использует его, разорвать узы концептуального мышления" [Хемфрейс, 1994]. Один из коанов, который звучит примерно так, "где ты был до своего рождения" выражает философскую идею парадокса развития (или возникновения), заключающегося в том, что новое одновременно возникает из старого (являясь актуально новым) и не из старого, ибо в этом случае стирается различие между новым и старым: если новое возникло из старого, то оно, следовательно, было заключено в нем в потенциально-возможном, виртуальном состоянии и не является принципиально новым.

Алмазная сутра, краеугольный философско-психологический источник буддизма, содержит серию парадоксальных диалогов Будды со своим учеником, призванных культивировать чувство парадокса, приводящего к просветлению. Здесь приводятся такие фразы: "Ты должен привести к уничтожению все существа, в действительности, после их уничтожения, ни одно не бывает уничтожено. И по какой причине?" "Украшающий земли Будды, не украшает их, это и называется украшением". "Если сознание пребывает в каком-то предмете, то именно тогда оно не имеет пребывания" [Торчинов, 1986, с. 53-63].

Действительно, если сознание пребывает в каком-то предмете с целью его определения (осознания), то это сознание вынуждено обращаться к другим предметам, с которыми оно сравнивает наш предмет. Именно поэтому сознание (человеческое "Я") не имеет и одновременно имеет пребывание. Поэтому "когда мы говорим об А как об не-А, то мы говорим об А". Как писал А.Ф.Лосев, "всякая вещь, чтобы быть, должна отличаться от других вещей; но, отличаясь от них, она тем самым при их помощи получает для себя определение как бы возвращается к себе; а это из неопределенной делает ее определенной" ("*Самое само*").

Если мы попытаемся определить мир в целом, то мы должны сравнить его с тем, что миром не является, то есть с *Ничто*, когда "*Смысл мира должен лежать вне его*" – Л. Витгенштейн ("*Логико-философский трактат*").

Получается, что мир в целом определяется через *Ничто*, но *Ничто* как таковое никак не может быть определено, а поэтому мир в целом никак не определяется. Потребность во введении парадоксального *Ничто* в качестве критерия научной доказательности можно проиллюстрировать словами А.К.Сухотина, который в книге "*Парадоксы науки*" писал, что "новая теория, призванная спасти науку от парадокса, сама должна быть парадоксальной" [Сухотин, 1978, с. 14].

Данные рассуждения выступают объяснительной базой логико-семантических парадоксов современной науки (например, в *математической теории множеств*), природа которых коренится в попытке соединить несоединимое – часть и целое. ("Учение о множествах лежит вне математики, а быть может, и вне науки вообще..." – академик П.С. Александров, глава отечественной топологической школы).

Возвращаясь к проблеме *развития самосознания*, которое в рамках Буддизма трактуется как состояние просветления и цель развития человека, отметим, что срединный путь буддизма призывает человека к духовной эволюции по пути "золотой середины", призывает избегать эксцессов и крайностей, призывает совмещать противоположные духовно-соматические модусы (или состояния) человека, реализуя принцип недальности.

В христианстве мы также встречаемся с потребностью развития парадоксального мышления, проистекающего из рефлексии парадоксальной, таинственной природы Высшей Реальности. Как пишет О. Клеман, в Боге заключено "неистощимое парадоксальное таинство" [Клеман, 1994], поэтому

противоречия в Библии могут восприниматься не как ее недостаток, но, наоборот, как выражение парадоксальной природы Высшей Реальности.

Ее постижение требует реализации **алгоритмов парадоксального (целостного, диалектического) мышления**, ибо "истина есть единство противоположностей". Или, как писал Лао-Цзы в "*Книге о Пути и его проявлениях*", "слова истины всегда парадоксальны". "Истины бывают тривиальными и глубокими, – заявил Нильс Бор. – Утверждение, противоположное тривиальной истине, попросту ложно, а утверждение, противоположное глубокой истине, также является истинным". Или: "Если кто из вас думает быть мудрым в мире сём, тот будь безумным, чтобы быть мудрым. Ибо мудрость мира сего есть безумие перед Богом" (1 Кор. 3, 18).

В. Шамаков: "Абсолютное есть, прежде всего, всеохватывающее, есть утверждение и отрицание одновременно всех утверждений и отрицаний... Евангелие не говорит одному "да", другому "нет", но одному и тому же "и да, и нет". На этих кажущихся противоречиях, на антиномиях держится Евангелие, как птица на крыльях" [см. Шамаков, 1916, с. 92].

П. А. Флоренский, рассуждая об антиномичности рассудочных представлений, утверждал: "за что бы мы ни взялись, мы неизбежно дробим рассматриваемое, раскалываем изучаемое на несовместимые аспекты, к положениям, несовместимым в нашем рассудке. Только в момент благодатного озарения эти противоречия в уме устраняются, но не рассудочно, а сверхрассудочным способом. Антиномичность вовсе не говорит: "Или то или другое не истинно", не говорит также "ни то, ни другое не истинно". Она говорит лишь: "И то, и другое истинно, но каждое по своему; примирение же и единство – выше рассудка" [Флоренский, 1914, с. 159].

В диалогах "*Софист*" и "*Парменид*" Платон обосновывает диалектические выводы о том, что высшие роды сущего могут мыслиться только таким образом, что каждый из них есть и не есть, равен себе самому и не равен, тождествен себе и переходит в свое "иное". Поэтому бытие включает в себе противоречия: оно едино и множественно, вечно и преходяще, неизменно и изменчиво, покоится и движется. Противоречие есть необходимое условие для побуждения души к размышлению. Это искусство и является, по Платону, искусством диалектики.

Развитие самосознания в контексте развития парадоксального мышления и мировосприятия означает моделирование абсурда и парадокса как условия кристаллизации самосознания.

Отметим, также, как мы уже подчеркивали, что *Ничто* как парадоксальная и нейтральная сущность, "находящаяся" вне Вселенной, может быть отождествлена с Абсолютом, который, по определению, выступает творцом мира и находится вне мира.

Поэтому **механизм формирования самосознания должен, в конечном итоге, приводить человека к реляции (идентификации) с Абсолютом**, что достигается именно в сфере парадокса (и абсурда), ибо парадокс следует понимать как единственное средство, при помощи которого можно представить (и отразить) запредельный трансцендентальный Абсолют.

Исходя из приведенных выше рассуждений можно утверждать, что **формирование самосознание зиждется в развитии парадоксального мышления.**

Потребность в развитии парадоксального мышления проистекает также из закономерностей социального восприятия действительности, согласно которым это восприятие, как и сам процесс мышления, оказываются искажающими действительность. Данный вывод находит отражение в теориях когнитивного диссонанса, когнитивной дистрибуции, разных механизмах психологической защиты, когда социальная психология обнаружила множество примеров, когда в проблемной ситуации из-за возникновения когнитивного дискомфорта одновременно придерживаться двух идей (психологических состояний), которые противоречат друг другу, человеку, владеющему биполярным мышлением (отражающим мир в черно-белых красках по принципу "да – нет") очень трудно. Для преодоления когнитивной амбивалентности люди могут придерживаться одной из двух противоположных когниций (что приводит к искажению действительности), или изменить, метаморфозным образом трансформировать одну из них, в том числе и путем генерации промежуточной – *дополнительной парадоксальной когниции между двумя противоположными* [Аронсон, 1998, с. 193-195, 200-204]. Реализация последнего осуществляется именно благодаря применению парадоксально-метаморфозного мышления. Следовательно, процесс принятия адекватного решения, а также адекватного же восприятия действительности обязательно требует использования парадоксального мышления.

Именно парадоксальное мышление и способность к парадоксальному поведению позволяют человеку реализовать **синергетический принцип метаморфозности мира**, выражающий фундаментальный способ его актуализации – движение и развитие. Любая метаморфоза, воплощающая процесс превращения одного в другое (и выражающая определенный **кармический** смысл: приведем пример исторических судеб африканских негров, которых нещадно эксплуатировали белые американцы на протяжении более сотни лет – сначала в виде рабов, а потом в виде жертв расовой сегрегации. Сейчас положение метаморфозным образом круто изменилось – из изгоев общества негры превратились в афроамериканцев – наиболее уважаемую часть общества, особенно после того, как президентом США стал Б. Обама. Теперь, малейшее неуважение к лицу африканской расы (как и к еврею) вызывает взрыв возмущения и шквал обвинений в расовой дискриминации), является учебно-воспитательным ресурсом, который способствует развитию личности (как принципа самосознания), поскольку развитие

предполагает многосторонние и многогранные процессы превращения одного в другое. Можно сказать, что любой феномен социальной и психофизиологической реальности (формы общественного сознания, феномены культуры, общественные институты, свойства нервной системы и др.) реализуется как метаморфозные процессы взаимного перехода полярных взаимно исключают друг друга сущностей – действительного и разумного, актуального и потенциального, образа и идеи, возбуждения и торможения, добра и зла, внутреннего и внешнего, хаоса и порядка, жизни и смерти...

Педагогическая парадоксология, ориентирующая развитие человека в направлении *Личности* как трансцендентной миру сущности, согласующейся с трансцендентной же миру Абсолютной Реальностью, в практической психолого-педагогической плоскости предполагают формирование у человека **парадоксального** мышления и мирозерцания, **трансформирующего** обыденную мотивацию человеческого существа (преследующую обыденные субъект-объектные инструментально-рациональные жизненные цели) в направлении творческой мотивации к надситуативной (трансфинитной [Петровский, 1992, 1996]) активности, которая вырывает человека из уз актуальной данности и исполняет его существование высшим смыслом и высшей целью, наполняющих человека-творца самоценной детерминацией "искусства ради искусства".

Иницирует процесс данной трансформации **парадокс**, генерирующий в сознании человека неопределенную (бифуркационно-хаотическую) жизненную ситуацию, в которой нарушаются алгоритмы произвольно-инстинктивного роботизированного шаблонного жизненного цикла. В результате человек-робот пробуждается от серой обыденной жизни и открывает перспективу свободного пространства духовной спонтанно-творческой активности – образуется брешь в плотном причинно-следственном полотне **общей судьбы мира**, обреченного вечно циркулировать по дурным циклическим окружностям скучного бытия. Поэтому истинным призванием образования как культурного ретранслятора человеческого общества и пружины его развития целесообразно считать построение обучающих парадоксов, способных порождать в ребенке парадоксальное ощущение чудесного, глубокого мистического таинства мира.

Общая судьба мира преодолевается на основе парадоксального мышления и мироощущения, вырывающего человека из оков тотального детерминизма бытия, поскольку парадоксальное мышление генерирует зоны неопределенности, хаоса, свободные от увязанных друг с другом детерминистских схем реальности. Это позволяет человеку стать личностью, способной в каждый момент своей жизни совершать свободные поступки.

В одном из произведений Н. С. Лескова повествуется о дворянине – мировом судье – выходеце из крестьян. Этот человек рассказывает, что смотивировал и подвинул его, крестьянского мальчика, к познанию мира и к самосовершенствованию именно парадокс, заключающийся в том, что подросток не мог понять, почему постную пищу может испортить крошка скоромной пищи, но скоромную пищу нельзя сделать постной даже при помощи пуда постной пищи, что иллюстрируется пословицей "*ложка дегтя портит бочку меда*". Приведенный парадокс выражает парадоксальную дихотомию абсолютного и относительного, выражающую сущность всех известных человечеству парадоксов.

Данное несовпадение абсолютного и относительного выражается в логике определения, согласно которой определить предмет как относительную сущность мы можем только соотнося его с другими предметами. И если эти другие предметы при их определении также подчиняются данной процедуре, то в логическую орбиту определяемого предмета входят все предметы реальности. Именно поэтому наш предмет выступает относительно реальности как таковой. Но определить абсолютный предмет – Высшую Реальность – мы не можем посредством других предметов, но только посредством самого себя (см.: парадокс "*Брадобрей*" Б. Рассела). То есть Высшая Реальность обнаруживает самореферентную природу, является самоотнесенной, самоидентичной: имя Бога Яхве – "Я есть Тот, Кто Я есть".

Именно парадоксальное мышление и способность к парадоксальному поведению позволяют человеку реализовать **синергетический принцип метаморфозности мира**, выражающий фундаментальный способ его актуализации – движение и развитие. Любая метаморфоза, воплощающая процесс превращения одного в другое, является учебно-воспитательным ресурсом, который способствует развитию личности (как принципа самосознания), поскольку развитие предполагает многосторонние и многогранные процессы превращения одного в другое. Можно сказать, что любой феномен социальной и психофизиологической реальности (формы общественного сознания, феномены культуры, общественные институты, свойства нервной системы и др.) реализуется как метаморфозные процессы взаимного перехода полярных – взаимно исключают друг друга сущностей – действительного и разумного, актуального и потенциального, образа и идеи, возбуждения и торможения, добра и зла, внутреннего и внешнего, хаоса и порядка, жизни и смерти... Если обобщить образовательный процесс и выразить его одним понятием, то этим понятием будет "метаморфоза", которая как активный осознанный процесс может достигать уровня творческой, бисоциальной метаморфозы.

Следовательно, основным заданием применения учебно-воспитательных метаморфоз в учебной деятельности – является научить человека развиваться, превращаться, что реализуется в процессе решения всеми субъектами образовательного пространства ряда учебно-воспитательных задач, их

участия в разных учебно-психологических тренингах, играх, в которых задействуются литературно-вербальные, образно-предметные психотерапевтические катарсические метаморфозы, ознакомление с которыми и эмоционально-образное переживание которых участниками учебно-воспитательного процесса обеспечит их личностное метаморфозное развитие, суть которого заключается не только в утверждении метаморфозного миропонимания, но и диалектически противоположного аспекта – способности противостоять деструктивно-манипулятивным метаморфозам, имеющим место на уровне социальных систем.

ВЫВОДЫ

Универсальный алгоритм развития предполагает достижение человеком нейтрального состояния на разных психофизиологических и духовно-ментальных "этажах" организма. При этом достаточно использовать такие простые практики:

- мышечное напряжение-растяжение на фоне расслабления (это можно делать не только выполняя асаны, но и любые движения в любом положении тела);
- направление внимание на свои телесные ощущения на фоне расслабления и наблюдения себя со стороны;
- вдох на фоне мышечного напряжения, сжатия диафрагмы;
- удержание просоночного состояния (промежуточного между сном и бодрствованием) после того, как человек просыпается или засыпает;
- концентрация зрительного внимания на внешнем объекте (слуха на звуках, артикуляционного внимания на мантре, молитве), что призвано остановить внутренний диалог;
- размышление об Абсолюте как запредельной парадоксальной сущности;
- отказ от себя, настраивание на Абсолют и призыв к Нему "пролиться" к нам и воспринимать мир через наше тело;
- представлять в своем воображении свои действия (виртуальная тренировка и работа с внутренним экраном);
- динамическая медитация, целью которой является выполнение движений (бег) в расслабленном состоянии;
- погружаться в проблемные, неопределенные ситуации с целью их разрешения (творчество);
- размышлять о парадоксальной стороне реальности;
- использовать практику осознанных (контролируемых) сновидений.

ПУТИ ГАРМОНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

СУЩНОСТЬ ТВОРЧЕСТВА

Истину как парадоксальную сущность можно назвать *“единством противоположностей”*. Данное единство “санкционирует” фундаментальный способ существования человека и мира – целостность.

Иисус Христос говорил: “Где двое или трое собраны во имя мое, там Я среди них” (*Матф. 18, 20*). Подобным же образом, как свидетельствуют этологи, изучающие поведение животных, когда живые существа собираются в большие группы, в их среде обнаруживается некий “разум”, начинающий ими управлять. Приведем здесь наблюдение французского ученого Луи Тома, занимавшегося изучением термитов. Он обнаружил, что отдельный термит является существом, задействованном в хаотичном движении. Но если мы увеличим число термитов до некой “критической массы”, то произойдет чудо: термиты начнут создавать рабочие бригады и, действуя в высшей степени согласованно, возводить грандиозное строение, обнаруживая “большое знание” о сооружении в целом. Это же можно говорить и в отношении всех “общественных животных”. Отдельно взятая особь саранчи не знает направления и цели движения во время миграции, а стая – знает. Эффект “критической массы” существует и у птиц, рыб, а также у всех общественных животных. Как выяснилось, “большое знание”, или “большая воля” руководит всеми нюансами существования сообществ живых существ.

Всякая целостность как единство противоположностей есть чудо, которое встречается везде, где фиксируется слияние двух несовместимых вещей. Так чудо булатной стали, секрет изготовления которой утерян, заключается в совмещении двух в целом несовместимых для металла свойств – необычайной гибкости и твердости. Нужно сказать, что всякое творчество стремится достичь состояния недualности посредством столкновения полярных вещей. Создание художественного мира предполагает состояние, о котором А. Блок писал как о таком, в котором *“в мелодии одной сплелись печаль и радость”*.

В специфическом виде единство противоположностей можно понимать как единство полушарных стратегий обработки информации. В.Л. Деглин, изучая полушарные особенности отражения окружающего мира и, в частности, его пространственные характеристики, показал, что полушария преломляют пространство ошибочным образом, однако эти ошибки имеют противоположный характер, когда для левого полушария свойственно расширение пространства, а для правого – приближение отдельных элементов к наблюдателю. То есть левое полушарие стремится дистанцировать человека от элементов окружающей среды, а правое – интегрировать человека в нее. Однако функциональная согласованность полушарий, компромисс между ними приводит, как пишет В. Л. Деглин, к выравниванию пространственной деформации, то есть достигается адекватность восприятия объемного пространства на плоскости сетчатки глаз, когда объемное и плоскостное, являясь геометрическими антагонистами (что демонстрируется дихотомией геометрий Эвклида и Н. И. Лобачевского) гармонизируется и приводится к общему сенсорному “знаменателю”.

Нужно сказать, что левое полушарие воспринимает мир как научную реальность и выражает при этом скепτικο-аналитический однозначный (а поэтому догматический) способ познания мира, присущий научному сознанию. Как писал Б. Рассел, “научное состояние ума является или скептическим, или догматическим” [*см. Колесников, 1978*], что полностью согласуется с исследованиями в области асимметрии мозга человека [*Деглин, 1989*], показывающими, что доминирование левого полушария делает человека догматиком, оторванным от реальности и воспринимающего мир через силлогизм и анализ, в то время как доминирование правого полушария наделяет человека способностью воспринимать мир таким, каков он есть, опираясь при этом на свой опыт. Правое полушарие дает человеку наивно-реалистическое, актуально-действительное, а левое – абстрактно-теоретическое, потенциально-возможное миропонимание.

Слияние действительного и потенциального дает парадоксальное мировосприятие, в котором фактическое и фиктивное и дифференцируются и не дифференцируются, когда мир представляет собой единый поток жизни, где живое и неживое, материальное и идеальное, физическое и психическое представлены как с одной стороны несомненные противоположности, а с другой – как проекции единой сущности, как одно и то же. Здесь с одной стороны наличествует мистическое отношение к миру, в котором часть и целое способны переходить друг во друга, а с другой – мы встречаемся со способностью к тонкому различению мельчайших оттенков и деталей целого. Здесь с одной стороны мир понимается как величайшая иллюзия, в которой все принципиально условно и относительно ³¹. С другой – мир

³¹ *“Силы, манипулирующие человечеством, не хотят, чтобы мы узнали “истину, которая сделает нас свободными”.* “Физическая реальность” – это всего лишь *иллюзия*, существующая исключительно в наших мозгах. “Все, что мы видим и то, как мы выглядим – не что иное, как сон во сне”... голограмма в голограмме. Кто мы? Что мы здесь делаем? Что такое человеческое тело и как оно может перестать “стареть”? Кто контролирует нашу реальность? Почему в мире существуют страдания, войны, бедность и стресс? Что такое “разум” и “эмоции” и почему они управляют нами? Кто создал религию и кому на самом деле поклоняются ее приверженцы?

Если мы упускаем из виду базовую координату – факт, что мы являемся Бесконечным Сознанием, получающим опыт жизни в иллюзии – мы теряем точку опоры, которая дает нам возможность понять все остальное. Мы думаем, что движемся в определенном

воспринимается с полным доверием, когда ко всему относятся чрезвычайно серьезно и буквально-конкретно.

Знаково-символическая природа левого полушария предполагает мышление строго однозначное в плане манипуляции знаками и относительное, многозначное в плане соотношения знака и вещи: левое полушарие осознает произвольность такого соотношения. Отсюда внешний мир воспринимается как иллюзия, а внутренний – знаково-вербальный – как единственно действительный мир символических форм.

Эмоционально-образная природа правого полушария предполагает однозначное восприятие мира в плане магической манипуляции вещами и многозначное в плане соотношения вещей в процессе манипуляции, когда стирается различие между естественным и сверхестественным, когда, как писал Л. Леви-Брюль, сознание не чувствительно к противоречиям, и вместо направленности на установление логических отношений между предметами подчиняется закону сопричастности или партиципации, что предполагает признание существования различных форм передачи свойств от одного предмета к другому путем соприкосновения, заражения, заговора и т.д. Отсюда внешняя срада воспринимается как единственно действительный мир, а все внутренние индивидуальные проявления человеческой психики нивелируются и низводятся до иллюзии.

Функциональное слияние полушарий предполагает интеграцию полушарных “идеологий”, когда грань между внутренним индивидуально-личностным и внешним социоприродным (воплощающимся в понятиях “коллективных представлений”, по Э. Дюркгейму, или “коллективного бессознательного”, по К. Юнгу) стирается. Вымысел и реальность больше не противостоят друг другу. Данное состояние удивительно тем, что оно рождает величайшее снисхождение ко всем существам, а человек осознает себя как нечто неповторимое и одновременно воспринимает мир во всем его многообразии как манифестацию самого себя. На Востоке это состояние называется просветленностью, когда человек открывает в себе Будду. На Западе христианство также подводит человека к мысли о его богоизбранности. “Бог содеялся человеком, дабы человек смог стать богом”, читаем мы у св. Ирины, в трудах святых Афанасия, Григория Богослова, Григория Нисского [см. Лосский, 1967]. “Я столь же велик, как Бог, Он столь же мал, как я... Я сам есть Вечность: освобожденный от действия времени, я сливаюсь с богом и Бога сливаю с собой”, – читаем мы у Ангелуса Силезиуса. “Я царь – я раб, я Бог – я червь”, – читаем мы у М. Державина; “Я сказал: вы – боги, и сыны Всевышнего – все вы” (Пс. 81: 6)

Данное состояние есть состояние креативности, творчества. Творчество это создание новых смыслов, это синтез понятий, вещей, явлений, категорий, положений, приведение их к единству. Поэтому творчество предполагает интеграцию активного и пассивного, открытого и закрытого подходов к освоению мира. С одной стороны творчество есть правополушарная деятельность, характерной чертой которой есть синтетическое, целостное восприятие действительности. С другой, для творчества как процесса построения новых смыслов, необходима множественно-аналитическая, левополушарная среда, изобилующая множеством понятий и концептуальных схем. Творчество как раз и предполагает единство правого и левого принципов жизнедеятельности человека, когда единство и множественность сливаются воедино, когда оперенный правополушарным стремлением к единству человек способен оперировать левополушарными атомарными категориями, соединяя их воедино и создавая новые смыслы. То есть

направлении (считая себя человеком в “реальном” теле, который взаимодействует с “реальным” миром), когда, на самом деле, все это – насаженный нам сон. Мы позволили иллюзиям Матрицы исказить наши ценности, восприятие и даже мечты. Если у вас появилась потребность стать успешным, то вы попали в Матрицу. Если у вас есть потребность нравиться и быть уважаемым, то вы попали в Матрицу. Если вы думаете, что один, благодаря своей славе, статусу или деньгам, является более успешным, чем другой, то вы попали в Матрицу. Но подобного не должно быть.

Матрица представляет собой сеть ловушек, предназначенных для удержания нас в этой иллюзии, и выход из нее такой: прекратить ассоциировать себя с ней. Это значит перестать воспринимать себя как голограмму, имеющую имя и ограничения, и осознать, что мы – Бесконечное Сознание. Мы, ассоциируя себя с человеком, сливаемся с программой своей ДНК, но это не тот, кем мы являемся. Это программа, которая раздражается, когда люди говорят матерные слова, имеют гомосексуальные связи или побеждают в “Поп-идоле”. Именно она диктует мысли и эмоциональные реакции большинству людей, и, по своему незнанию, мы позволили компьютеру управлять клавиатурой. Но это прекратится, если мы всегда будем помнить один простой факт: Только Бесконечная Любовь истинна, все остальное – хреновина.

Если вы живете, зная, что являетесь Единным, в ваши взгляды и отношения преобразуются. То, что казалось важным или наводило страх, превращается в объект гомерического смеха. Когда вы смотрите на мир, находясь в состоянии Единства, все то, что раздражало или разочаровывало вас, вводило в депрессию и страх, предстает как незначительное – то, чем оно и является по своей сути. При возникновении подобных ситуаций стоит задать себе вопрос: как бы на это посмотрело Единное? Не обратило бы оно внимания на сказанное кем-то матерные слова? Осуждало бы Единное сексуальные предпочтения людей? Впадало бы Единное в гнев из-за того, что какая-то спортивная команда не выиграла? Пошло бы Единное на выборы или стало бы поддерживать какую-либо политическую партию? Исповедывало бы Единное какую-то религию или размышляло бы над возможными опасностями пирога с сыром? Вынуждено было бы Единное защищать себя от иллюзорной “Тьмы”? Волновалось бы Единное по поводу своего гороскопа или кармы или прошлой жизни? Испытывало бы Единное потребность в достижении успеха или в том, чтобы “быть” кем-то? Отправилось бы Единное на войну или занялось бы борьбой за мир? Стало бы Единное волноваться из-за чего-то, сожалеть о “прошлом” или опасаться за “будущее”? Испытывало бы Единное страх “смерти”, в то время как ее не существует? Ответ на все эти вопросы – нет, потому что они касаются иллюзий. Так почему же мы делаем все эти вещи, когда мы являемся Единным? Единственное отличие состоит в разнице между Единством, осознающим себя, и Единством, которое забыло, кем оно является”. – Дэвид Айк (<http://www.dunmers.com/?p=196>)

творчество предполагает создание синергии (характеризующейся феноменами антиэнтропийности, то есть способностью порождать энергии) как в плане гносеологии, так и онтологии, что предполагает актуализацию двух полярных аспектов культуры – духовного и материального.

Нужно сказать, что *творчество как процесс построения целостностей*, как единство правополушарного и левополушарного аспектов активности индивида, все же есть преимущественно правополушарный процесс, который, однако, немислим без левополушарного “наполнения”. Однако следует знать, что развитие преимущественно левополушарных схем восприятия и освоения действительности, препятствует актуализации творческих актов. При этом дети как существа преимущественно правополушарные оказываются более способными к творчеству, чем взрослые, что подтверждается стремлением детей к построению новых смыслов, то есть к потребности в нахождении объяснения явлений окружающего мира, а не простой их констатации, что свойственно взрослому населению, которое хотя и восторгается детской непосредственностью и “гениальностью”, способностью задавать вопросы и удивляться, однако воспринимает эти качества во многом как реализацию наивно-примитивного подхода к освоению мира. То есть человеку взрослому, отягощенному фактологической эрудицией и зачастую утратившему правополушарную способность к генерации смыслов, очень трудно творить. Об этом пишет профессор Вяч. Вс. Иванов, рассказывая о том, что школьники, с которыми он занимается, лучше справляются с решением научных задач, чем аспиранты [*Литературная газета*, 1996, 25 декабря, с. 1]. В этом плане интересны результаты исследования Дж. Гилфорда и П. Торенса: дети в возрасте до пяти лет дают при тестировании до 90 % оригинальных ответов, семилетние – до 20 %, а взрослые – только 2 % (*Информационный бюллетень реферативной группы. Вып. 11 : Исследования по психологии научного творчества в США (обзор литературы и рефератов) / под ред. М. Г. Ярошевского, М., 1966*). По мнению М.А. Холодной, суть проблемы одаренности фокусируется в факте: не всякий одаренный ребенок превращается в одаренного взрослого человека и не всякий одаренный взрослый был в детстве одаренным ребенком. П. Торенс провел изучение креативного мышления и получил следующие результаты: креативность имеет пик в возрасте от 3,5 до 4,5 лет, а также возрастает в первые три года обучения в школе, уменьшается в последующие несколько лет и затем получает толчок к развитию.

Итак, творчество реализуется в функциональной плоскости функционального синтеза полушарий. А творческие личности должны быть парадоксальными существами. Данный вывод подтверждается исследованиями феномена творчества. Отмечается [*Csikszentmihalyi, 1997*], что креативные личности характеризуются взаимоисключающими особенностями: 1) Творческие личности владеют, с одной стороны, огромной физической энергией, а с другой – они часто находятся в состоянии спокойствия и отдыха. 2) Они одновременно суровые и наивные. 3) В их личности сопрягаются игривость, легкомысленность и дисциплина, ответственность и безответственность. 4) У них фантазия и чувство реальности интегрируются. 5) Они проявляют себя одновременно как экстраверты и интроверты. 6) Они скромны и одновременно горды. 7) Они уклоняются от стереотипов в области половых ролей. 8) Они проявляют одновременно бунтарский дух и консерватизм. 9) Стремясь к физическому покою, они одновременно демонстрируют настоящую страсть к работе. Они также объективно оценивают свой труд. 10) Открытость и чувствительность креативных людей часто приводит их к переживанию страдания и боли. Они с одной стороны, стремятся к комфорту, а с другой – способны пожертвовать им ради идеи.

По данным Мак-Коннена, с оригинальностью мышления связаны еще три характеристики личности – доминантность, отзывчивость к эмоциям, проявление фемининности у мужчин. Раскин обнаружил связь между творческими способностями и такой чертой личности, как нарциссизм. При этом творческие личности часто идентифицируют себя с другими личностями и легко меняют роли.

Другие качества креативных людей таковы [*Amabile, Collins, 1996*]: самодисциплина в работе; способность отсрочить удовольствие; резистентность к фрустрациям; независимость суждений, высокий уровень автономности; толерантность к неопределенности, склонность к риску, высокий уровень самоинициации и стремление выполнить задание наилучшим образом. Они демонстрируют способность к широкой категоризации и идиосинкразии (повышенной чувствительности). Отмечается, что креативные люди имеют наивысшую силу “Я”, которая позитивно коррелирует со средним невротизмом [*Eysenck, 1995; Barron, 1969*].

В целом творческие люди более психопатологичны, психолжны [*Eysenck, 1995; Дорфман, Ковалева, 1999*]³². Одной из главных особенностей творческих людей – парадоксальное мышление, открытость неопределенности.

³² В.П. Эфроимсон, исследовавший биологические факторы умственной активности, гипоманиакально-депрессивный психоз у крупнейших ученых и деятелей истории встречается в десять раз чаще, чем у обычных людей. Борьба за приоритет в открытии первого закона термодинамики привела его первооткрывателя Ю.Р. Майера к тяжелому нервному расстройству, и он закончил свои дни в психиатрической лечебнице. Один из авторов второго закона термодинамики Л. Больцман покончил жизнь самоубийством, страдая манией преследования. Отрицательные отзывы крупных математиков на работы Я. Больяи по неевклидовой геометрии тяжело сказались на его психике. В страхе перед все учащающимися приступами эпилепсии выстрелом из револьвера нанес себе смертельную рану В. Ван Гог. Эпилепсией страдал и Ф.М. Достоевский. В состоянии нервного расстройства и глубокой духовной депрессии Н.В. Гоголь сжег рукопись второго тома “*Мертвых душ*”. Душевная болезнь омрачила последние годы жизни М.А. Врубеля. – Р.А. Браже [*Браже, 2002, с. 95*]

МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ ПАРАДОКСАЛЬНОГО МЫШЛЕНИЯ И ПАРАДОКСАЛЬНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ

В связи с этим поговорим о методах развития парадоксального мышления и парадоксального мировоззрения. Парадокс как форма несоответствия формально-логического и предметно-конкретного имеет множество проекций. Он может быть реализован в виде формально-логического противоречия (апории), в виде парадоксальности самого логического движения мысли, ибо логика как доказательная сущность покоится на аксиомах логики, обладающих “логическим иммунитетом”. Именно поэтому полное логическое обоснование всех без исключения положений любой теории невозможно в рамках данной теории. Данное положение о том, что в достаточно богатом формализованном языке имеются истинные утверждения, доказать которые принципиально невозможно при помощи средств, формализованных в данном языке, доказанное в теореме К. Геделя, приводит к тому, что даже вопрос о реальности нашего мира не может быть положительно решенным в рамках материалистической теории, а тезис материалистической теории об объективном существовании внешнего мира принимается ею в качестве очевидной, а не логически доказуемой истины [Бычко, 1969], когда вопрос о реальности нашего мира не является прерогативой чистой теории [Карнап, 1959].

Наиболее наглядная форма парадокса все же обнаруживается там, где он может быть проиллюстрирован конкретным примером. Так, например, противоречие между единственным и множественным может быть представлено как парадоксальная сущность при помощи средств аналитической геометрии. Здесь “один и тот же предмет, спроецированный из своего измерения в низшие по отношению к нему измерения, отражается в этих проекциях так, что различные проекции могут противоречить друг другу” [Франкл, 1990, с. 49]. Так, например, если стакан спроецировать из трехмерного пространства на двумерные плоскости, соответствующие его поперечному и продольному сечению, то в одном случае получается круг, а в другом – прямоугольник. Получается, что единое – стакан, и множественное – его проекции, не совпадают, при этом множественно различные сущности оказываются проявлениями единой сущности и по сути являются тождественными формами, однако, эта тождественность наблюдается в более высокой “онтологической плоскости”.

Парадоксальное мышление и мировоззрение проистекают из парадоксальных психологических установок. Поэтому у ребенка следует формировать нейтрально-парадоксальные установки, которые дают ему простор для развития и не закрепощают, не программируют, не зомбируют его.

Однако психологические установки, которые были сформированы вне поля моральной деятельности общества, остаются на всю жизнь, ибо моральная деятельность (как и вообще форма идеологической деятельности) является глубоко дуальной, антиномичной (не нейтральной).

Приведем пример выработки таких *парадоксальных, нейтральных установок в половой сфере*³³.

Таким образом, расколотость человека на чувственный и сверхчувственный психические компоненты предполагает и его стремление к достижению целостности и гармонизации своих противоположных начал. Данная же гармония обнаруживается как парадоксальная сущность.

Понятно, что методики достижения гармоничного состояния должны работать на принципе парадокса. Данный подход помогает уяснить основной принцип противостояния негативным влияниям окружающей среды. Дело в том, что можно говорить о *двух основных видах культурных и техногенных влияний* – влияние, оказываемое на *сознание* – на уровне идеологии и мировоззрения – (отрицательная обратная связь) и влияние, оказываемое на *подсознание* – на уровне сферы психологических установок – (положительная обратная связь).

Влияние на уровне сознания предполагает использование основного метода – убеждения. Противодействие негативному влиянию здесь зависит от уровня развития человеческого Я, масштаба его личности. Данный же уровень напрямую связан с ролевым началом человека. Можно сказать, что Я человека как в основном способность к саморефлексии и умение посмотреть на себя со стороны имеет ролевую природу. Поэтому актуальным является *проблема развития и совершенствования ролевого начала человека*.

Влияние на уровне подсознания предполагает использование широкого арсенала воздействий, которые эффективны в двух случаях: когда они не фиксируются сознанием, то есть воспринимаются человеком минуя сферу сознания; и когда они действуют при отключенном сознании (например, во сне). И в том, и в другом случае актуальной является *выработка антиманипуляторных, коррективно-гармонизирующих психологических установок*, способных противодействовать любому негативному

³³ Как пишет З. Фрейд, в сознании мальчика-подростка чувственно-эротическое стремление и потребность в психологической близости и тепле сначала разобщены, когда грубые, лишенные всякой духовности, эротические фантазии нередко соседствуют с мечтой о нежной и возвышенной любви, в которой нет ничего сексуального. Писатель В. Вересаев в автобиографической повести пишет о своей влюбленности в трех сестер одновременно: Поражает меня, – пишет он, – в этой любви вот что. Любовь была чистая и целомудренная, с нежным застенчивым запахом, какой бывает от луговых цветов в тихой лощинке, обросшей вокруг орешником. Эти три девушки были для меня светлыми, бесплотными образами редкой красоты, которыми можно было только любоваться”. Однако с другой стороны, автор пишет, что “он был развращен в душе, с вождением смотрел на красивых женщин, которых встречал на улицах, с замиранием сердца думал, – какое бы это было невыразимое наслаждение обнимать их, жадно и бесстыдно ласкать. Но весь этот мутный поток несся мимо образов трех любимых девушек, и ни одна брызга не попадала на них из этого потока. И чем грязнее я себя чувствовал в душе, тем чище и возвышеннее было мое чувство к ним...”

влиянию на уровне подсознания. Необходимо сказать, что человеческое подсознание (или бессознательное) как инстинктивный аспект человеческого организма уже по своей природе есть сущность гомеостатическая, то есть подсознание функционирует в гармонизирующем режиме. Поэтому если в плане сознательно-личностном человек гармоничен и характеризуется низким уровнем агрессивности, негативизма, критического отношения к внешней среде, то на уровне подсознания он не будет неосознанно стремиться причинить себе вред. А поэтому и любое негативное влияния, которое целенаправленно оказывается на его подсознание, также не будет встречать психологической поддержки. Данный вывод подтверждается тем, что в состоянии гипнотического транса, как утверждает некоторыми специалистами, человек не склонен совершать действия, противоречащие моральным нормам его поведения.

Итак, центральным моментом противодействия негативному влиянию внешней среды является работа человека над совершенствованием своего сознания, своего "Я". Мы уже писали, что в своем развитии человек в конечном итоге приходит к слиянию своего сознания и подсознания (концепция "взаимопотенцирующего синтеза сознания и бессознательного"), мужского и женского начал своего организма. То есть человеческое сознание как аналитико-оценивающая, абстрактно-логическая рефлексивная сущность, отделяющая внутреннее от внешнего, часть от целого, простого от сложного, дробящая Вселенную на части, останавливающая движущее и омертвляющая живое, в конечном итоге своего развития уподобляется подсознательной установке на восприятие мира в единстве и целостности, когда часть и целое, внутреннее и внешнее, "Я" и не-"Я" не дифференцируются, а Вселенная начинает постигаться как Целое, где все связано со всем органическим образом. Принятие мира как Целого предполагает размывание границы между "Я" и не-"Я", человеком и окружающей его средой. В этом случае мир начинает пониматься человеком как его собственная манифестация. Отсюда рождается фундаментальный оптимизм, тотальная открытость миру, глобальное восприятие и полное доверие ко всему происходящему ("кто был ничем, тот станет всем"). Здесь грань между внутренним индивидуально-личностным и внешним социоприродным (воплощающимся в понятиях "коллективных представлений", по Э.Дюркгейму, или "коллективного бессознательного", по К. Юнгу) стирается. Достижение данного состояния предполагает расширение ролевого репертуара человека, когда в ролевом плане человек может быть практически всем. Поэтому работа с ролевым началом человека может пониматься как основной метод самосовершенствования. Приведем пример работы человека с ролевым началом человека [Донченко, Титаренко, 1989, с. 162–163]: [34].

Наблюдения за повседневными поступками здоровых людей и данные клинической психиатрии позволили утверждать, что формы поведения одного и того же человека в различных ситуациях, как правило, различны. Человек использует множество социально-психологических ролевых масок, он играет, лабильно перестраивая свою психику в зависимости от потребностей ситуации. Исчезновение этой лабильности, гибкости игрового момента в поведении человека свидетельствует о серьезном нарушении в действии механизмов социального поведения.

Умножение количества ролей означает открытость миру. Состояние данной открытости в принципе является панацеей от нервных и психиатрических патологий. Приведем пример. Рассмотрим метод негативного воздействия К. Дулнопа [Свядоц, 1982, с. 279 и сл.], который выдвинул парадоксальное положение, согласно которому от дурной привычки можно избавиться, если многократно сознательно повторять то привычное действие, от которого хочешь освободиться. Данный метод, очевидно, основывается на **принципе открытия человека навстречу негативному моменту его жизни.**

МЕТОД ПАРАДОКСАЛЬНОЙ ИНТЕНЦИИ В. ФРАНКЛА

В Франкл [Франкл, 1990, с. 334-351] назвал данный метод **методом парадоксальной интенции.**

Приведем пример данного работы метода. Больному кардиофобией со страхом ходьбы одному по улице перед навязчивой перспективой умереть от ходьбы, врач говорил: "Постарайтесь умирать каждый день 3 раза. Три раза в день вызывайте у себя паралич сердца и умирайте. Повторяйте: "Я хочу умереть" и выходите при этом на улицу, чтобы умереть". Одна пациентка страдала от тяжелой формы клаустрофобии по меньшей мере 15 лет. Дело было в Южной Африке за неделю до того, как она должна была лететь к себе на родину в Англию. Она оперная певица, и ей приходилось много летать по свету, чтобы выполнять свои обязанности по контрактам. При этом клаустрофобия, как нарочно, фокусировалась на самолетах, ресторанах, лифтах и театрах. К ней была применена техника парадоксальной интенции. Пациентке было предписано отыскивать ситуации, вызывающие ее фобию, и желать того, чего она всегда так

³⁴ Существует множество примеров, когда проблемы человека, связанные, например, с заиканием, решались, когда человек обучался играть роль людей, уверенных в себе [Донченко, Титаренко, 1989, с. 162-163].

боялась, а именно, задохнуться. Она должна была говорить себе: “На этом месте я и задохнусь, чтобы мне лопнуть!”. Пациентка в короткий срок освободилась от своего затруднения.

Еще один пример из Франкла. Он рассказывает, как к одному психиатру привели мальчика, страдающего энурезом. Ранее предпринимались многочисленные безуспешные попытки избавиться его от болезни. Теперь же психотерапевт сказал мальчику, что за каждую ночь, когда он намочит постель, он получит по 5 центов. Мальчик немедленно пообещал сводить его в кино и на чашку шоколада – настолько он был уверен, что скоро разбогатеет. К моменту следующей встречи он заработал 10 центов, сказав, что делал все возможное, чтобы мочиться в постель каждую ночь, однако, к сожалению, у него ничего не получалось. Вскоре он совсем перестал мочиться в постель.

Один сексопатолог применил метод парадоксальной интенции в отношении пациента, который с 16 лет страдал преждевременной эякуляцией. Вначале с этим пытались справиться с помощью поведенческой терапии, однако безуспешно. Потом врач сказал пациенту, что он вряд ли сможет справиться со своим преждевременным семяизвержением, так что ему надо лишь стараться самому получить удовлетворение. После того, как врач посоветовал пациенту сделать половой акт как можно короче, парадоксальная интенция привела к тому, что продолжительность коитуса увеличилась в 4 раза. Рецидивов с тех пор не возникало. Таким же образом молодой паре, в которой мужчина страдает от импотенции или слабой эрекции, можно предложить спать вместе, но строго-настрого запретить им вступать в половую связь.

Метод парадоксальной интенции как средство борьбы с отрицательными привычками используется многими психотерапевтами часто на интуитивном уровне. Покажем, как работал М. Эриксон с ребенком, который сосал палец.

“Давай выясним один момент. Большой палец левой руки – это твой палец. Рот тоже твой, и передние зубы тоже твои. Я считаю, что ты имеешь право делать все, что тебе хочется со своим пальцем, своим ртом и своими зубами. Когда ты пошел в садик, первое, чему ты там научился, это соблюдать очередь. Если вам поручали в садике какое-то задание, то вы все, мальчики и девочки, делали это по очереди... Дома тоже соблюдается очередь. Мама, например, подает тарелку с едой сначала твоему братишке, потом тебе, потом сестренке, а потом уже себе. Мы привыкли соблюдать очередь. А вот ты все время сосешь большой палец левой руки, а как же другие пальцы, чем они хуже? Я думаю, что ты поступаешь несправедливо, нехорошо, неправильно. Когда наступит очередь указательного пальца? Остальные тоже должны побывать во рту... Думаю, ты и сам понимаешь, что надо установить строгую очередь для всех пальцев”.

Само собой разумеется, что очень скоро выясняется, какая это “непосильная работенка” – обсасывать по очереди все десять пальцев. В результате ребенок избавляется от привычке, так надоевшей его окружению.

Метод парадоксальной интенции можно полагать одним из основополагающих методов психологической коррекции школьников. Его можно использовать в педагогической практике тогда, когда, например, необходимо избавить ребенка от некоторой ошибки в речи, которая приобрела статус стойкой привычки. Этот метод можно использовать и с целью избавления детей от вредных привычек, такой, например, как курение. Тут следует научить ученика воспринимать процесс курения как некое серьезное (ритуальное) действие, которое он сознательно регулирует волевым образом. Переход от автоматически-непроизвольного к произвольно-регулируемому поведению по позволяет волевым образом бросить курение.

Следует сказать, как мы уже отмечали, что избавление от вредной привычкой, которая вышла из-под контроля, имеет место в результате открытости индивида данной привычке, что приводит к ее контролируемости. Приведем пример. Среди клиенток одного из психотерапевтов была миловидная восьмилетняя девочка по имени Сара. У нее было дневное недержание мочи. Когда она пришла первый раз, психолог поинтересовался, что она любит больше всего, какое мороженное, например, ей больше всего нравится. Затем психолог предложил ей выбрать любимый день недели (а потом и любимое время суток) и ходить в этот день с мокрыми штанишками, ни о чем не беспокоясь. Таким образом, девочка научилась контролировать свой симптом, одновременно проявляя его, отрываясь к нему. В конце-концов, через месяц проблема с энурезом была решена.

Приведем другой случай, который описал Ошо (Раджниш) в *"Оранжевой книге (1993)*, где приводится методика "курительной медитации".

К Ошо обратился человек с более чем 30-летним стажем курильщика с просьбой избавить его от курения. Ошо посоветовал ему медитацию на базе курения, подобно тому как церемония чаепития напоминает нам медитацию. Ошо сказал следующее: “Когда вы достаете пачку сигарет из кармана, делайте это медленно. Наслаждайтесь этим безо всякой спешки.

Будьте сознательны и бдительны, доставайте пачку медленно, с полным осознанием. Потом достаньте из пачки сигарету, также без спешки и осознавая то, что делаете. Потом постучите сигаретой по пачке, будьте при этом очень бдительны. Слушайте звук при этом, совсем как люди Дзен, когда начинает петь самовар и кипеть вода для чая... и ощущайте аромат. Потом понюхайте сигарету и ощутите красоту запаха. Да, ощутите аромат, табак также божественен, как любое другое. Вдыхайте это, это аромат Бога. Потом вы положите сигарету в рот с полным осознанием, зажгите ее с полным осознанием. Наслаждайтесь каждым действием, и разделяйте их на столько маленьких действий, как только возможно, чтобы вы могли стать все более осознающим. Потом сделайте первую затяжку. Бог в форме дыма. Индуисты говорят: "Аннам Брахмо", то есть пища есть Бог. Глубоко заполняйте легкие, это пранаяма. Я даю вам новую йогу для нового века. Потом выпустите дым, расслабьтесь... Если вы сможете это все делать, то рано или поздно вы увидите всю глупость всего этого. И это видение не будет всего лишь интеллектуальным. Оно будет исходить от всей вашей сущности, оно будет видением вашей тотальности. И тогда, однажды, если это отбрасывается – это отбрасывается, а если продолжается – то продолжается. Вам об этом не нужно беспокоиться". Через некоторое время человек, обратившийся к Ошо, бросил курить.

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ СТ. ГРОФА

Излечение об различных болезнях может достигаться и при помощи открытости человека своим **трансперсональным переживаниям**. Так, Ст.Гроф в книге "*ЛСД терапия*" (в главе "*Терапевтические механизмы трансперсонального уровня*") приводит такие примеры психологической "открытости человека своим предыдущим реинкарнациям":

"Таня, 34-летняя учительница и разведенная мать двоих детей, проходила ЛСД психотерапию депрессии, тревожных состояний и склонности к утомлению. Один из её ЛСД сеансов дал неожиданное решение серьезной физической проблемы, природа которой считалась чисто органической. В течение двенадцати предшествующих лет она страдала от хронических синуситов с периодическими острыми вспышками из-за простуд или аллергий. Проблемы с пазухами начались вскоре после её свадьбы и создавали большие трудности в жизни. Главными проявлениями были головные боли и сильные боли в щеках и зубах, субфебрильная температура, обильные назальные выделения и приступы чихания и хрипа. Во многих случаях её пробуждали приступы кашля; несколько раз эти утренние симптомы продолжались три-четыре часа. Таня проходила многочисленные тесты на аллергии, и многие специалисты лечили её антигистаминными препаратами, антибиотиками и промывкой пазух разными растворами. Когда всё это не принесло никаких терапевтических результатов, доктора предложили операцию на пазухах, от которой Таня отказалась.

В некоторых своих ЛСД сеансах Таня испытывала удушье, гиперемиию и сдавленность головы в контексте переживаний рождения. Она заметила, что некоторые из этих ощущений имели близкое сходство с её проблемами с пазухами; однако они были значительно усилены. После многих эпизодов чисто перинатальной природы переживание полностью раскрылось в повторное переживание того, что выглядело воспоминанием прошлого воплощения. В этом контексте её подавленность, удушье и перегрузка, раньше бывшие частью травмы рождения, стали симптомами утопления. Таня почувствовала, что она была привязана к наклоненной доске, и её медленно погружала под воду группа деревенских жителей. После драматичной эмоциональной абреакции, связанной с криком, сильным удушьем, кашлем и мощной секрецией огромных количеств густых, зеленоватых назальных выделений, она смогла опознать место, обстоятельства и протагонистов.

Она была молодой девочкой в деревне Новой Англии, которая была обвинена соседями в ведьмовстве, потому что у неё были необычные переживания духовной природы. Группа деревенских жителей затащила её ночью в березовую рощу неподалеку, привязала её к доске и утопила вниз головой в холодном пруду. В ярком лунном свете ей удалось узнать среди экзекуторов лица своего отца и мужа в нынешней жизни. В этот момент Таня увидела во многих элементах её теперешнего существования приблизительные повторения исходной кармической сцены. Определенные аспекты её жизни, включая специфические паттерны взаимодействия с её мужем и отцом, внезапно обрели смысл, вплоть до самых конкретных деталей.

Это переживание драмы в Новой Англии и все сложные связи, которые сделала Таня, хотя они и были убедительными на субъективном уровне, очевидно, не являются доказательством исторической валидности этого эпизода и причинной связи между тем событием и её проблемами с пазухами. Также её убежденность, что она встретила с кармическим паттерном, не может служить доказательством существования реинкарнации. Однако, к удивлению всех заинтересованных, это переживание устранило состояние

хронического синусита, которое беспокоило Танно в течение двенадцати лет и было совершенно невосприимчивым к конвенциональному медицинскому лечению.

Интересно отметить, что этот механизм не ограничивается психоделическими состояниями. Многие схожие наблюдения сообщались терапевтами, использующими немедикаментозные техники наподобие гипноза, гештальт практики или первичной терапии. Деннис Кесли и Джоан Грант вызывают у своих субъектов гипнотический транс и внушают, что они возвращаются во времени, чтобы найти источник их эмоциональных и физических проблем. Без специального программирования многие из их субъектов в этих обстоятельствах повторно проживают воспоминания прошлых воплощений и разрешают в этом контексте свои симптомы.

Следует упомянуть здесь одну из их пациентов, потому что участвующий механизм очень похож на тот, который я много раз наблюдал во время ЛСД психотерапии. Она страдала от тяжелой фобии птичьих крыльев и перьев, которая годами не поддавалась конвенциональному психологическому лечению. Её трудный симптом разрешился после повторного проживания с драматичной абреакцией сцены, имевшей качество прошлого воплощения. Она ощутила себя в мужской форме, персидским воином, который был ранен стрелой и умирал на поле боя. Когда он лежал, приближаясь к последней агонии, вокруг него собирались стервятники, ожидая его смерти. Они постоянно подпрыгивали к нему и клевали его, ударяя по лицу крыльями. Пациент нашла корни своей фобии птичьих перьев в этом ужасном переживании; разрядка эмоциональной энергии вместе с новым инсайтом немедленно освободило её от изнуряющего симптома.

Эмметт Миллер периодически делала похожие наблюдения, используя гипнотическую технику, которую она называет выборочным осознанием. В США есть психологи и психиатры, специализирующиеся на регрессии пациентов до уровня прошлого воплощения с целью нахождения корней личностных и межличностных проблем. Многие переживания прошлых воплощений описывались в контексте аудитинга в саентологии. Лекции Эдгара Кейси также часто содержат обращения к кармическим уровням, как к источникам проблем его клиентов. Иногда воспоминания прошлых воплощений проявляются спонтанно в повседневной жизни; они могут иметь такие же благоприятные последствия, если им позволяют достигнуть завершения. Это поднимает вопрос о том, как много возможностей эффективного терапевтического вмешательства были упущены Картезиано-ньютонскими психиатрами, пациенты которых сообщали о доступе к кармическим уровням. Важность трансперсональных переживаний для терапевтического подхода к шизофрении в этой книге было проиллюстрировано выше историей Милады".

ПРИНЦИП РОЛЕВОЙ АКТИВНОСТИ

Психологическая открытость может найти реализацию в сфере *ролевой активности*, которая имеет большое значение в процессе социализации. В данном случае, отрицательная привычка выступает элементом ролевой игры. Так, например, если ребенок вытирает сопливый нос рукой, игнорируя платок, хотя и понимает, что этого делать нельзя, то можно проиграть это действие в ролевой сценке, где он может выступать как в качестве стороннего наблюдателя (приобретая отстраненную позицию), так и в качестве объекта воспитания, произвольным образом совершая действие, превратившееся в дурную привычку.

Интересно, что *метод ролевого самовыражения через дурную привычку*, который нами разрабатывается, может получить и иные психолого-педагогические проекции. Известно, что от своих страхов дети могут избавиться, если выразят их через рисунок, лепку и т.д.

Открытость миру реализуется на многих уровнях. Не только на уровне мировоззрения, но и эмоций, ощущений. Особенно важно является последняя – сенсорная открытость, то есть открытость человека миру в сфере его ощущений – всех сенсорных каналов (сенсорных модальностях), которых три: слуховой, зрительный и кинестетический). Если один из них заблокирован, то это приводит к серьезным нарушениям восприятия действительности, что, в свою очередь, рано или поздно формирует органические и психические патологии.

К. Юнг в книге “*Душа и символ*” (1958) говорил о трех группах бессознательного:

“Общее содержание бессознательного... распадается на три группы: во-первых, временно находящееся за порогом осознания содержание, которое можно воспроизвести волевым усилием (память); во-вторых, бессознательное содержание, не воспроизводимое произвольно; в-третьих, содержание, которое никогда не может быть осознано”.

Создана теория о внесознательной чувственной (сенсорной) системе, которая отвечает за проявления любого психогенного (а иногда и органического) нарушения и именно с нее должно начинаться лечение. С помощью методики “бессознательного реконструирования” следует выявить подсознательные возможности клиента и с их помощью устранить проблему. Таким образом, проблема может заключаться в том, что какая-то сенсорная модальность у человека не функционирует в том

смысле. Что она недоступна для анализа и ее работа блокируется. Для того чтобы ее разблокировать, следует переключиться с негативного (блокированного) на позитивный сенсорный аспект, который и позволит вывести из ступора блокированный эффект в виде блокированной сенсорной операции.

Приведем пример.

Однажды к М. Эриксону привели пятиклассника Томми, который не мог читать учебники даже для первого класса. Для начала Эриксон заявил, что научить Томми читать – пустая трата времени, а потому не лучше ли им заняться чем-нибудь более интересным, например, посмотреть карты дорог и изучить возможные маршруты для будущих каникул Томми. Таким образом, Эриксон переключил внимание с негативного опыта на позитивный и одновременно проник в его внутренний мир, *инициировав состояние открытости*. Эриксон установил, что мальчик владеет навыками чтения, но проявить их ему мешает “психологическое препятствие”. Это подтверждается той легкостью, с которой Томми смотрел и изучал географические карты. Можно предположить, что препятствием в данном случае была внесознательная слуховая система, породившая негативные внутренние диалоги и мешавшая проявлению естественной способности читать. Переключив внимание мальчика на “поиски мест”, Эриксон стимулировал его положительные ассоциации (положительные слуховые диалоги) при изучении карт.

Приведем еще пример.

Пациентка боится летать самолетом. Выяснилось, что она совершенно неосознанно ведет с собой внутренний диалог о разных жутких катастрофах, которыми может закончиться полет, и ее внесознательная аудиальная система исправно поддерживает этот диалог. В ответ воображение послушно создает кошмарные картины (визуальная система), а те, в свою очередь, вызывают ощущения тревоги и страха (что проявляется на уровне кинестетики – обоняния и осязания). Необходимо было найти способ прервать негативную утилизацию ее внутреннего слухового процесса. Проблема заключалась в том, что все прежние попытки лечения сводились к перестройке визуального и кинестетического восприятия (пациентке надо было увидеть как ей хорошо в самолете). Поэтому все старания представить себя спокойной и расслабленной на борту самолета сводились на нет все теми же устрашающими картинками, порожденными внесознательным диалогом. Надо было остановить, какие слуховые ощущения доставляют удовольствие пациентке и связать их каким-то образом с ее состоянием во время полета. Путем расспросов выяснилось, что ей нравилось смотреть бейсбольные матчи, нравилось состояние возбуждения и подъема, связанное с криками одобрения или возмущения со стороны болельщиков. Надо было использовать эту положительную внешнюю звуковую активность, чтобы заглушить (интегрировать) негативный внутренний звуковой фон.

Когда пациентка вошла в гипнотический транс, ей была предложена связанная с бейсболом метафора, в которой фигурировали многие элементы бейсбольного матча, например, звук ударяющегося в биту мяча и т.д. Потом было проведено сравнение многогранного звукового фона полета в самолете с полетом мяча. Когда пациентка в очередной раз должна была лететь самолетом, она бессознательно обратилась к бейсбольной метафоре, чтобы придать своим внутренним диалогам приятную окраску, что, в свою очередь, положительно воздействовало на визуальную и кинестетическую системы.

В приведенных примерах, возникшие психологические проблемы людей были связаны с укоренением негативных реакций в сфере какого-то сенсорного канала, который являлся основным, по которому люди получали информацию о действительности. В этом случае рекомендуется научить человека активно использовать иные сенсорные каналы, с которыми следует связывать положительные эмоциональные состояния.

Нечто подобное мы можем встретить при анализе некоторых сновидений [Крипнер, Диллард, 1997]. Рассмотрим одно из них.

Мэгги была коммерческой художницей. Ее постоянно мучили устрашающие сновидения, в которых она спасалась бегством от огромного безобразного чудовища. Эти сновидения тревожили ее настолько, что она даже пыталась изображать это чудовище на рисунках, но ей никак не удавалось передать его черты. В следующий раз, когда она увидела этот сон, Мэгги твердо решила запомнить, как выглядит эта тварь, поэтому она повернулась к ней лицом – но чудовище исчезло. Сновидение повторилось вновь, но на этот раз, как только чудовище замаячило неподалеку, Мэгги пустилась за ним вдогонку, настигла и дотронулась до него. И в этот самый момент, когда она, крича от ужаса, схватила чудовище, оно превратилось в прекрасное создание, похожее на коня. Мэгги уселась на его спину, взвилась в облака и в

конце концов обнаружила себя в объятиях мужчины. Проснувшись Мэгги осознала, что некогда уже испытывала похожее чувство ужаса во время одного из своих первых контактов с мужчиной. Из-за этого она стала держаться с мужчинами отчужденно, держа их на приличном расстоянии и полагая, что сексуальная реакция будет для нее болезненной. Но получив во сне ключ, Мэгги позволила сексуальным фантазиям войти в ее мысль, а позже – и в ее жизнь. Ее прежний личный миф, уверявший ее, что интимная близость – нечто чудовищное, сменился новым, утверждающим, что межличностная близость может унести ее в царство нового понимания, подобно крылатому коню из ее сновидения.

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ ГАРМОНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Отметим, что сущность метода парадоксальной интенции заключается в том, что человек открывается навстречу патологии. Всякое состояние открытости инкорпорирует человека в спонтанно-континуальный, парадоксально-целостный аспект Вселенной, где данный человек попадает в "универсальное поле" всеобщей координации объектов, где они предстают как включенные в гармоничные, внутренне самодостаточные взаимоотношения. Здесь и происходит "выравнивание" всех патологических напряжений.

Нужно сказать, что всякое лечение, будь то соматическое, или терапевтические, призвано обеспечить состояние открытости лечебному воздействию и именно данное состояние приводит к излечению, единственно оно одно. Все иные моменты терапии выступают подручными средствами, играющими весьма относительную роль. Так, прием лекарств приводит к "истинному", безрецидивному излечению только в том случае, когда человек открылся лекарству, поверил в него. Само состояние открытости "вознаграждается" излечением.

Здесь необходимо отметить несколько психотерапевтических методик, иллюстрирующих вышеприведенные сентенции. Известно, что если ребенок нарисует, изобразит свою психопатологическую проблему, то данная проблема с большой долей вероятности в той или иной степени разрешается. Здесь мы имеем пример воздействия творчества на патологический процесс. Известен психотерапевтический метод, предусматривающий процедуру лепки из глины себя, часто в натуральную величину. Работа может длиться около суток. После завершения работы часто наступает излечение от той или иной психической патологии. И вообще, любой творец, художник, писатель, создавая произведение искусства, выливает в него свою боль, помещая ее в темницу тех или иных художественных образов. Всякое творчество – акт открытости миру, поэтому оно так притягательно как способ излечения, катарсиса. Акт приобщения к произведению творчества также вызывает катарсическое очищение организма за счет повторной актуализации специфической проблемы, что совершается в процессе открытости.

Известна еще одна методика: человек стремится увидеть на своем внутреннем экране, закрыв глаза, человека, делающего упражнения. После недельной практики (каждый день примерно по часу) наступает заметное улучшение состояния. Эффект здесь также объясняется открытостью, к которой должен стремиться каждый психотерапевт. Состояние данной открытости актуализируется каждый раз, когда человек "отключает" свое критическое начало – сознание, и включает воображение, то есть подсознание.

Рассмотрим пример "виртуальной тренировки", которая, базируясь на работе механизмов воображения, укрепляет мышцы. В "*Фактах*" (12 февраля 1999 г.) можно прочесть следующее. Оказывается, наши мышцы укрепляются не только благодаря упорному выполнению физических упражнений. То же самое происходит, если всего лишь настойчиво думать о тренировках. В эксперименте, проведенном специалистами по спортивной медицине во главе с психологом Дэвидом Смитом, участвовали две группы студентов. В одной студенты тренировали мышцы пальцев рук, сжимая экспандер, а в другой (контрольной) – студенты регулярно представляли себе в мыслях это занятие. Когда через четыре недели интенсивных реальный и "виртуальных" тренировок замерили мышечную силу пальцев у тех и других, то оказалось, что она существенно увеличилась в испытуемых в обеих группах.

О значении работы воображения мы можем прочитать в книгах М.Норбекова. Речь идет об излечении детей-инвалидов сирот дошкольного возраста, страдающих *сахарным диабетом*. Они проходили лечение в нескольких санаториях на берегу Черного моря. В одном из них дети почему-то вылечивались, а в других – никакого результата не наблюдалось. В этот санаторий неоднократно направлялись комиссии для того, чтобы установить причину такой эффективности.

Оказывается, дело было в том, что, во-первых, дети удивительного санатория думали (так говорили им люди из обслуживающего персонала), что у них нет родителей потому, что они больны. Поэтому их огромное желание заполучить родителей было связано с огромным же желанием выздороветь. Кроме того, дети знали о своем заболевании, то есть знали о том, что у них в крови много сахара. ("У меня внутри много-много кусочков сахара друг за другом ходят. Вот из-за этого мои родители ко мне не приезжают" – пояснила ситуацию одна девочка). И они прибегли вот к какому исцелению. Каждое утро работники санатория наполняли несколько десятков ванночек морской водой. К

обеду, когда вода нагревалась, дети там принимали ванну. Они плескались так, приговаривая: "Я сахар, сахар, сахар". Делалось это для того, чтобы в воде сахар, который находится внутри их организмов, растворялся. Воображение у детей работало буквально. И эта игра воображения их и исцеляла. Только потом, когда об этом рассказали воспитателям, они в один голос воскликнули: "Ах, вот почему многие наши малыши второй раз в эту же самую воду не забираются". Ведь там растворен сахар.

Э. Фромм пишет о своем опыте излечения одного из своих пациентов, который лечился у Э. Фромма более десяти лет. Выздоровление наступило только тогда, когда пациент наконец открылся врачу и стал относиться к нему с доверием. Поэтому работая с пациентами, психотерапевту, прежде всего, нужно открыться самому. Дело в том, что состояние открытости "работает" по принципу положительной обратной связи, то есть не вызывает противодействия со стороны внешних психических стихий.

МЕТОД ОТКРЫТИЯ МИРУ

Здесь мы встречаем *метод открытия миру* (как один из аспектов психотерапевтического метода парадоксальной интенции), который можно проиллюстрировать рассказами из книг Д. Карнеги [*Карнеги, 1994*].

Выходец из бедной семьи, Эдвард Эванс начал зарабатывать себе на жизнь, продавая газеты, затем он работал клерком в бакалейном магазине. Впоследствии он получил работу помощника библиотекаря. Ему надо было содержать семь человек. Хотя его жалование было маленьким, он боялся уйти с работы. Прошло 8 лет, прежде чем он нашел в себе мужество начать все сначала. Он открыл предприятие, в которое было вложено 55 долларов, взятых в займы, и получал доход 24 тысячи долларов в год. Затем на него обрушился убийственный удар. Он взял у своего друга вексель на крупную сумму, а друг неожиданно разорился. Вскоре последовал другой удар: банк, в котором находились все деньги Эванса, обанкротился. Он не только потерял все свое состояние до единого цента, но и остался должен 6 тысяч долларов. Его нервы не выдержали этого потрясения. "Я не мог ни спать, ни есть, – говорил Эванс. – Я заболел непонятной болезнью. Беспокойство и только беспокойство вызвало эту болезнь. Однажды я шел по улице и упал в обморок. Я не мог больше двигаться. Я был прикован к постели и мое тело покрылось фурункулами не только снаружи, но и внутри. Даже лежа в постели, я испытывал нечеловеческую боль. С каждым днем я становился все слабее. Наконец доктор сказал, что мне осталось жить две недели. Я был поражен. Я составил завещание, а затем снова лег в постель в ожидании конца. Не было смысла ни бороться, ни беспокоиться. Я смирился, расслабился и уснул. Неделями я спал не более двух часов подряд, но теперь, поскольку мои земные проблемы заканчивались, я заснул сном ребенка. Постепенно проходила усталость. У меня появился аппетит, я стал прибавлять в весе. Шесть недель спустя я начал работать. Я начал продавать тормозные колодки, которыми крепятся колеса автомобилей. Наконец-то я осмыслил свой жизненный опыт. Главное для меня – избавиться от беспокойства, не сожалеть о том, что случилось в прошлом, не испытывать страха перед будущим. Я посвятил все свое время, силы и энергию владению новой профессией. Вскоре я стал стремительно продвигаться по служебной лестнице, а через несколько лет стал президентом компании..." Эванс считался одним из самых прогрессивных деловых людей Америки. Итак, как сказал китайский философ Лин Ютань в своей книге "*Важность жизни*", подлинное душевное спокойствие достигается в результате примирения с самым худшим, что означает высвобождение энергии.

Другая история, иллюстрирующая вышеприведенные принципы жизни следующая.

Молодой человек из Брокен-Боу, штат Небраска, составил завещание. Его звали Хэни. У него была язва двенадцатиперстной кишки. Три врача, включая знаменитого специалиста по язвам, заявили, что мистер Хэни неизлечим. Они порекомендовали ему написать завещание, сесть на диету и не волноваться. Заболевание уже заставило Хэни отказаться от прекрасной и хорошо оплачиваемой работы. Таким образом, ему было нечего делать и нечего ожидать, кроме медленного надвигающейся смерти. Тогда он принял оригинальное решение. "Раз мне так мало осталось жить, – подумал он, – надо постараться за это короткое время взять у жизни все. Я всегда мечтал совершить кругосветное путешествие. Если мне предстоит это осуществить, то следует это сделать сейчас". И он купил билет на пароход. Врачи были в ужасе. "Мы должны предупредить вас, – сказали они мистеру Хэни, – если вы совершите это путешествие, вы будете похоронены в море". "Нет, этого не произойдет, – ответил он. – Я договорился со своими родственниками, что они похоронят меня в семейном склепе в Брокен-Боу. Поэтому я собираюсь купить гроб и взять его с собой в путешествие". Он купил гроб, доставил на корабль и договорился с руководством пароходной компании о том что делать в случае его смерти:

положить его тело в холодильное отделение до прибытия лайнера на родину. Во время путешествия он отнюдь не соблюдал сухой закон. “Я пил виски с содовой и льдом и курил длинные сигары во время этого путешествия, – рассказывает мистер Хэни. – Я ел самую разнообразную пищу, включая экзотические туземные кушанья, которые наверняка должны были убить меня. Я развлекался с наслаждением, какого не испытывал в течение многих лет! Мы пережили муссоны и тайфуны, которые должны были бы уложить меня в гроб от одного только страха, но я лишь испытал острые романтические ощущения. Находясь на корабле, я играл в винт, пел песни, приобрел друзей, развлекался до полуночи. Когда мы достигли Китая и Индии, я понял, что тревоги, вызванные делами, заботами, преследовавшими меня дома, были раем по сравнению с бедностью и голодом, увиденными мною на Востоке. Я перестал мучаться своими бессмысленными переживаниями и почувствовал себя прекрасно. Я вернулся в Америку, прибавив 90 фунтов веса. Я почти забыл, что у меня была язва желудка. Никогда в жизни я не чувствовал себя лучше. Я немедленно продал гроб обратно гробовщику и снова занялся делом. С тех пор я ни разу не болел”.

МЕТОД КОНТРОЛИРУЕМОЙ ГЛУПОСТИ

Ролевые тренинги могут находить самые неожиданные практические проекции. Приведем эффективную технику борьбы против насилия, которую мы называем, согласно К. Кастадене, “**методом контролируемой глупости**” [см. Горин, Огурцов, 2001]. С. Горин и С. Огурцов по этому поводу пишут следующее:

“Как-то раз одной творческой группе поставили сравнительно узкую задачу в рамках большой темы: “Обучение детей выживанию в большом городе”. Этой узкой задачей было: научить детей всегда отвечать *отказом* на предложения незнакомых людей пойти куда-то вместе, покататься в автомобиле и т. д.

Выяснилось, что в ролевой игре дети легко усваивают такое поведение: в ответ на *грубые* приставания, на попытки незнакомца увести ребенка с собой – дети начинают кричать, звать прохожих на помощь, отбиваться; в общем, всеми доступными средствами привлекают к себе внимание окружающих.

Казалось бы, задача решена. Однако осталось одно “но”: если к ребенку обращались вежливо, “учительским” тоном, то ребенок послушно выполнял указания незнакомца. Эту часть задачи долго не удавалось решить, пока один из участников группы не вспомнил случай, которому был свидетелем.

А случай был таким. В тамбуре электрички ехал “хиппующего вида” молодой человек и молча курил. На остановке в вагон зашел военный патруль, причем старшему патруля “хиппующий” молодой человек сразу не понравился.

Расположившись в вагоне на скамейке, лицом в сторону тамбура, старший патруля сразу начал комментировать вид молодого человека, сделав ряд не лишенных оригинальности предположений о том, как такого рода молодые люди появляются на свет.

Ответом было молчание.

Тогда, достаточно распалившись от собственной речи, старший патруля пошел в тамбур “выяснять отношения”. Вот тут-то и произошло самое главное...

Как только военный служащий со словами “эй, ты послушай!” похлопал хиппующего молодого человека по плечу, тот медленно повернулся к собеседнику и *очень выразительно* произнес один только звук: “Ы-ы-ы!”. После чего вновь повернулся к окну, продолжая курить. Старший патруля, как загипнотизированный, вернулся на свое место и молчал до конца маршрута.

Теперь детей стали обучать такому поведению – отвечать “Ы” – в ответ на приглашение любого незнакомца, что оказалось гораздо более эффективным. Впоследствии методика “Ы” вошла и в курс психологической подготовки женщин, которые хотели бы, в частности, знать, как защитить себя от насилия.

ПРИНЦИП ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО САМОВЛИЯНИЯ

Приведем пример *принципа положительного самовлияния* [Карнеги, 1994]. Рассмотрим принцип примирения с самим собой. Как писал Р. Эмерсон [Эмерсон, 1986], “в духовной жизни каждого человека наступает такой момент, когда он приходит к убеждению, что зависть порождается невежеством; что подражание – самоубийство; что человек, хочет он того или нет, должен примириться с самим собой, как и с назначенным ему уделом; что какими бы благами ни изобиловала вселенная, хлеба насущного ему не найти, коль скоро он не будет прилежно возделывать отведенный ему клочок земли. Силы, заложенные в нем, не имеют подобных в природе, и лишь ему самому дано узнать, на что он способен, а это не выяснится, пока он не испытает себя”.

Данный вывод иллюстрируется жизненной историей, произошедшей с Эдит Олпред. Она пишет следующее:

“Когда я была ребенком, я отличалась повышенной чувствительностью и застенчивостью. Я всегда имела лишний вес, а щеки у меня были такие, что я казалась даже толще, чем была. Моя мать была женщиной старой закалки и полагала, что одежда не должна быть красивой. Она всегда говорила: “Широкая одежда будет хорошо носиться, а узкие вещи быстро порвутся”. Она одевала меня в соответствии с этим принципом. Я никогда не ходила в гости, не имела никаких развлечений. Когда я пошла в школу, я никогда не участвовала в играх на свежем воздухе и даже не занималась спортом. Я была болезненно застенчива, чувствовала себя непохожей на других и считала себя совершенно непривлекательной. Став взрослой я вышла замуж за человека несколько старше меня. Но я не изменилась. Мои родственники со стороны мужа были людьми спокойными и уверенными в себе. Они обладали всеми качествами, которыми хотела бы обладать и я. Я старалась изо всех сил быть похожей на них, но у меня ничего не получалось. Все их попытки сделать меня более общительной приводили к тому, что я все больше замыкалась в себе. Я стала нервной и раздражительной. Я избегала всех своих друзей. Мое состояние настолько ухудшилось, что я дрожала от ужаса, когда звонили в дверь. Я чувствовала себя неудачницей. Я знала это и боялась, что муж это заметит. Поэтому, когда мы бывали в обществе, я старалась выглядеть веселой и нередко переигрывала. После этого я чувствовала себя несчастной в течение нескольких дней.

Наконец я пришла в такое подавленное состояние, что мне стало казаться бессмысленным продолжать жить. Я стала думать о самоубийстве. Изменило всю мою жизнь случайное замечание. Однажды моя свекровь стала рассказывать о том, как она воспитывала своих детей и сказала: “Что бы ни случилось, я всегда требовала, чтобы они были самими собой”. Быть собой?... Это замечание заставило меня по-новому осмыслить мою жизнь. Вдруг меня осенило. Я поняла, что все мои горести были вызваны тем, что я пыталась играть роль, которая мне совершенно не подходила. Я сразу изменила свое поведение. Я начала быть собой. Я старалась изучить свою собственную личность. Пыталась выяснить, что я собой представляю. Я изучила свои достоинства, я научилась выбирать цвета и стиль в одежде, и стала одеваться к лицу. Завела новых друзей. Вступила в общественную организацию, которая сначала была небольшой, – и я цепенела от страха, когда мне поручили сделать доклад. Но с каждым новым выступлением я становилась все смелее и смелее. Мне потребовалось много времени – но сегодня я более счастлива, чем мне когда-либо представлялось в мечтах”.

БОРЬБА ЧЕЛОВЕКА С МАНИПУЛЯЦИЕЙ ИНДИВИДУАЛЬНЫМ И МАССОВЫМ СОЗНАНИЕМ

Как видим, женщина в данном случае одержала победу над собой и обстоятельствами посредством того, что она открылась самой себе, приняла себя такой, какой она была.

Одна из стратегий отражения манипуляционных психических атак заключается в *акте разотождествления*, которую Э. Цветков называет “Я отпускаю себя” [Цветков, 2001], когда “все свои мысли, чувства и ощущения я начинаю воспринимать как единый поток энергии, как единый поток осознания, и я позволяю этому потоку свободно протекать через мой организм, нигде не фиксируясь и не задерживаясь”. Это значит, что человек осознает: “я не есть мои мысли, я не есть мои чувства, я не есть мои ощущения, я не есть мой ум, я не есть мое имя, я не есть мое тело, я не есть мое мнение о себе, я не есть мнение обо мне других, я не есть моя история, я не есть моя биография, я не есть мое прошлое, я не есть моя ситуация, я не есть моя личность. Я полностью отпускаю себя и разотождествляюсь со всем тем потоком иллюзий, которые называют мыслями, чувствами, ощущениями, концепциями, предписаниями, суждениями, установками, понимая и осознавая, что я не есть этот поток. Понимая и осознавая, что я не есть то, на что я похож. Понимая и осознавая, что я не есть то, что я думаю и говорю о себе. Понимая и осознавая, что я не есть то, что думают и говорят обо мне другие”.

В качестве же дополнительных приемов, действующих четко и практически мгновенно в ситуации, предполагающей наличие “психоэнергетического покушения” Э. Цветков предлагает следующие средства: *тактика деперсонификации* (заключается в том, чтобы своего партнера по общению начать воспринимать не личностью, а словно несколько отстраненно, объективно, с исследовательским интересом, подобно тому как работает психиатр с пациентами, никак не подпадая под влияние последних, какие бы аффекты те ни проявляли. Оппонент начинает восприниматься просто-напросто как мешок плоти, из которого через две дырочки глаз выглядывает ум, наполненный набором концепций и мнений, лишенных какой-либо ценности и истинности по причине их субъективности. Такое спокойно-наблюдающее восприятие также обезличивает человека, стирает его индивидуальность и тем самым устраняет у наблюдающего реактивность в данной ситуации), *словечки-камушки* (наблюдатель внимательно смотрит на рот говорящего и представляет, будто произносимые им слова

материализуются, отвердевают и, словно крохотные камушки, осыпаются на землю у ног слушающего; состояние отстраненности и невовлеченности при этом возникает самопроизвольно и довольно скоро) [Цветков, 2001].

Далее предлагается техника, способствующая нейтрализации того, что проникло в психоэнергетическую систему и стало ее рабочим, хотя и чужеродным элементом:

(1) "Закройте глаза. Всякий раз, когда человек закрывает глаза, перед его внутренним взором возникает нечто такое, что воспринимается как фон. Этот фон может быть темным, почти черным, или же разноцветным, или наполненным различными образами – не имеет значения, потому что его состояние зависит от состояния личности в данный момент. Ничего не делайте. Не создавайте никаких ожиданий и никаких установок. Позвольте своему организму пребывать в пассивном, созерцательном состоянии. И только лишь наблюдайте за тем, что происходит... или не происходит. И начните наблюдение с исследования своего фона. Определите, какого он цвета, какова его глубина, то есть насколько он воспринимается как плоскость или же как некое пространство, какова его фактура, то есть насколько он воспринимается как нечто плотное или же разреженное. И само по себе такое наблюдение, когда фокус внимания фиксирован на фоне и означает погружение сознания в магическую реальность вашего внутреннего пространства. Просто осознайте, что глаза наши никогда не бывают закрытыми. Даже в том случае, если опущены веки, глаза все равно остаются открыты, только взгляд направляется при этом не наружу, а вовнутрь. И вы можете теперь понять, что и сейчас вы смотрите и видите, так как поле вашего восприятия сохраняется.

А это и есть психоэнергетическое поле – участок воспринимаемого при опущенных веках пространства, на котором проявляются образы. Всматривайтесь в расслаивающееся мерцание фона, осознавая, что он и является тем тоннелем, который соединяет сознание и подсознание. В сознании – слова, в подсознании – образы. Теперь подумайте, каким словом вы могли бы обозначить актуальную проблему – ту, которая беспокоит вас больше всего".

Обычно на это уходит немного времени, и пациент благополучно справляется с подобным заданием, формулируя в одном слове или тревожащую его ситуацию, или состояние, которое воспринимается им как неблагоприятное.

(2) "А сейчас, продолжая всматриваться в свое психоэнергетическое поле, отчетливо и ясно повторяйте это слово до тех пор, пока из глубины фона не проявится какой-либо образ – или в виде цветowego пятна, или в форме некой геометрической фигуры – он проявится достаточно явственно".

Пациент выполняет эту инструкцию, после чего процесс переходит к следующему этапу.

(3) "Сделайте три глубоких вдоха – выдоха. Если сейчас этот образ не исчез и стойко удерживается в поле восприятия, значит, это то, что является вирусом. Теперь вы знаете, что на самом деле являлось причиной того, что вы обозначали словом "...". Смотрите на него отрешенно, отстраненно, созерцательно. Воспринимайте его только как форму. Раз он проявился в вашем восприятии и осознании, он потерял свою силу. Вам остается лишь внимательно следить за ним и наблюдать, как он исчезает. Однако сами не форсируйте процесс, не прикладывайте никаких усилий, оставаясь в нейтральном, невовлеченном состоянии".

После того, как пациент сообщает об окончании процедуры, мы проводим контрольную проверку, возвращаясь к этапу (2). Если выявленный образ возникает снова, то это означает, что его нейтрализация прошла неокончательно, и мы повторяем процесс до тех пор, пока образ не перестает проявляться) [Цветков, 2001].

ИНФОРМАЦИОННАЯ ТЕОРИЯ ЭМОЦИЙ КАК ОСНОВА ИНФОРМАЦИОННОЙ КОНЦЕПЦИИ БОЛЕЗНЕЙ

В. Джеймс в книге *"Многообразие религиозного опыта"* исследует то, что произошло с людьми, которые коренным образом изменили систему ценностей. В его книге много примеров удивительнейших метаморфоз, которые произошли с этими людьми. Мы полагаем, что определенное изменение системы ценностей человека может служить мощным и эффективным средством против любой манипуляции.

В связи с изложенным выше важным представляется рассмотреть *информационную теорию эмоций* П.В.Симонова. Эмоции, как известно, есть особый класс психических процессов и состояний, связанных, так или иначе, со всеми проявлениями человеческой психики, сопровождающих практически все проявления активности субъекта и отражающихся в форме непосредственного переживания. Эмоции выступают одним из главных механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворение актуальной потребности. В этом проявляется информационной функция эмоций, учение о которой создал П. В. Симонов. Его информационная теория эмоций гласит, что эмоция это функция информации, то есть эмоция есть реакция организма на недостаток информации о той или иной актуальной жизненной ситуации, связанной с удовлетворением потребностей человека [Симонов, 1981].

Можно сказать, что эмоция есть выражение ситуации, когда потребность человека удовлетворяется не автоматически, когда сам процесс удовлетворения потребности встречается с проблемами.

Следует сказать, что эмбриональный организм, находящийся в материнской утробе, удовлетворяет свои потребности безпроблемно, автоматически, симультанно (мгновенно), поскольку составляет с организмом матери единое органическое целое. Следует предположить, что в этом случае процесс удовлетворения потребностей эмбриона не сопровождается эмоциональными реакциями.

В тот момент, когда живое существо появляется на свет, наблюдается утрата этим живым существом непосредственной органической связи с материнским организмом. Теперь уже потребности родившегося удовлетворяются с некоторой задержкой, утрачивается автоматический характер их удовлетворения.

Между временной и пространственной точкой актуализации потребности и точкой ее удовлетворения находится некий пространственно-временной интервал, заполняемый элементами действительности, в которую погружается родившийся организм. Восприятие данного интервала в совокупности некой последовательной структуры элементов, его составляющих, следует полагать, и создает чувство времени, а интериоризация этого интервала получает идеальную репрезентацию в сфере психики и, собственно, кристаллизует психические функции.

Впоследствии данный интервал между моментами актуализации потребности и ее удовлетворения (вместе с развитием потребностной сферы) расширяется до границ "объективной реальности", "данной человеку в его ощущениях", которую можно назвать человеческой цивилизацией.

Итак, реальность, которая есть суть человеческая цивилизация, как форма и способ существования человека, представляет собой упомянутый выше интервал, который сам по себе уже несет чувство времени как "промежуток между сейчас и тогда", который, как пишет Ф.Перлз, есть выражение фундаментальной тревоги человеческого бытия (библейского "проклятия").

Возникшее чувство времени есть отражение интервала, который в данном случае представляется информационной сущностью, выражающей вероятностную перспективу удовлетворения потребностей и одновременно порождающей эмоциональную реакцию на эту перспективу.

Можно сказать, что цивилизация есть совокупность "полей" вероятности удовлетворения потребностей. А окружающий мир представляется актуальным (существующим) для человека в том своем аспекте, который выражает проблемный (информационный) характер удовлетворения потребностей. В целом, следует признать, что мир есть информационная неопределенность, на которую человек реагирует эмоционально и преодоление которой в виде жизненной активности формирует социально-поведенческие, мыслительные психические матрицы (структуры), являющиеся сутью *Homo sapiens*.

Таким образом, мы живем в вероятностном мире, в котором протекающие события характеризуются той или иной степенью вероятности, то есть информативности: высокочастотные, повторяющиеся события несут в себе минимум информации, в то время как информационная "емкость" редких, нетривиальных, низковероятностных событий высока.

Можно сделать вывод, что чем более неопределенной в плане осмысления и понимания является для человека окружающий его мир, тем более эмоциональнее и проблемнее он предстает перед ним.

Возвращаясь к основной канве нашего повествования скажем, что ролевые тренинги, позволяющие человеку значительно обогатить свой ролевой репертуар и расширить сферу его смыслов, формируют умение вставать на позицию другого, понимать его, сочувствовать и сопереживать ему (принцип сострадания), позволяют выработать стойкий иммунитет против любого негативного влияния.

ПРИНЦИПЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ КОНФЛИКТОВ

В связи с рассмотренной *холистической, целостно-резонансной педагогической парадигмой интерес представляет принцип единства "Я" и не-"Я" в контексте преодоления агрессии и конфликта* – наиболее существенных моментов нашего бытия.

Социальный конфликт, являющийся *актуальнейшей проблемой современной цивилизации*, без сомнения, выступает фундаментальным атрибутом человеческого бытия. Существует множество социологических и психолого-педагогических теорий и представлений, объясняющих сущность конфликта и человеческой агрессии как процесса реализации конфликтных ситуаций. Все они ищут истоки конфликта в том или ином специфическом аспекте нашего мира, на основании чего и строятся соответствующие объяснительные модели, дающие рекомендации по преодолению конфликтов. Однако, как отмечает Э. Фромм в книге "*Анатомия человеческой деструктивности*", до сих пор не создано всеохватывающей теории конфликта, которая бы подвела "общий теоретический знаменатель" под множеством взглядов на его природу и механизмы протекания.

На наш взгляд, не должно вызывать сомнения утверждение, что фундаментальная причина любого конфликта проистекает из дискретно-атомарного принципа жизни, то есть обуславливается фактором множественности живых форм (являющихся дискретными сущностями, локализованными в

пространстве и времени и ограниченными их рамками), что порождает множество специфических противоречий между этими живыми формами в процессе их сосуществования.

На социальном уровне дискретность живых форм, выступающая источником агрессии, находит преломление в индивидуально-личностном, дискретно-атомарном, эгоцентрическом начале человека.

Этот вывод можно проиллюстрировать словами В. Д. Шадрикова, который писал что "наделив человека умом, природа внесла дисбаланс в гармонию инстинктов индивидуального и видового сохранения. Ум всегда является эгоистичным, ум советует сначала стать эгоистом, и именно в эту сторону пойдет умное существо, если его ничто не остановит. Ум изобретает орудия труда, благодаря уму человек осваивает процессом их изготовления и учится применять орудия труда. Ум усиливает возможность человека в борьбе за существование, обеспечивает прогресс обществу. Но в то же время ум угрожает разрушить в некоторых пунктах сплоченность общества. И если общество должно сохраниться, то необходимым является то, чтобы существовал противовес ума, точнее, его индивидуальной ориентации" [Шадриков, 1999].

Связи с этим можно говорить о фундаментальной философской традиции рассматривать реальность в сфере отношений "Я" и не-"Я" (человека и мира, внутреннего и внешнего), которые на психическом уровне можно трактовать как отношения между сознательным (активным, "Я") и подсознательным (пассивным, не-"Я") аспектами человеческого бытия. При этом сущность социальной агрессии можно полагать в извечном противостоянии "Я" и не"Я", сознания и подсознательного (которые можно соотнести, соответственно, с функциями левого и правого полушарий головного мозга человека, что позволяет привлечь концепцию полушарной асимметрии к объяснению природы агрессии и конфликта и обосновать целостный механизм его протекания, поскольку полушария можно рассматривать как функциональный фокус человеческого организма).

И если индивидуально-личностное начало человека (его "Я"), организующее волевое усилие, позволяет ему мыслить, манипулировать действительностью и зачастую агрессивным образом изменять ее (то есть, быть "Я" означает быть волевой рефлексивной единицей), то слияние сознания и подсознания, "Я" и не-"Я" приводит к разрушению границы между ними, что реализует процесс расширения "Я" до размеров всего мира, с которым человек в сфере своего подсознательного аспекта в известном смысле "слит воедино" (сравните с фрейдовским императивом – "там, где было Оно, должно стать Я").

Таким образом, можно утверждать, что гармонизация человеческого бытия идет путем расширения его "Я". Это предполагает интеграцию индивидуально-личностного начала в окружающий социоприродный мир, эмпатическое слияние с последним, что знаменует собой высший уровень духовно-моральной эволюции человечества.

Как писал И. А. Бунин, "древняя индусская мудрость говорит, что человек должен пройти два пути жизни: Путь Выступления и Путь Возврата. На Пути Выступления человек чувствует себя сперва только своей "формой" своим временным телесным бытием. своим обособленным от всего Я находится в своих личных границах, куда заключена часть Единой Жизни, и живет корыстью чисто личной; затем корысть его расширяется, он живет не только собой, но и жизнью своей семьи, свое племени, своего народа, и растет его совесть, то есть стыд корысти только личной, хотя все еще живет он жадной "захвата", жадной "брать" (для себя, для своей семьи, для своего племени, для своего народа), На Пути же Возврата теряются границы его личностного и общественного Я, кончается жажда брать – и все более и более растет столь же повелительная жажда "отдавать" (взятое у природы, у людей, у мира): так сливается сознание, жизнь человека с Единой Жизнью, с Единым Я – начинается духовное существование"; без такого возврата не может быть осуществлено нарушенное равновесие, не может осуществиться справедливость, на которой держатся миры" [Бунин, 1988, с. 15].

Таким образом, прежде чем человек дойдет до такого целостного восприятия действительности, он должен завершить определенный цикл своей спиралевидной поступательной эволюции – сформировать, а затем преодолеть на более высоком диалектическом уровне развития эгоцентрический дискретно-атомизированный дух своего логического мышления (порождающий, согласно Н.О. Лосскому, "психоматериальное царство относительно непроницаемых форм"), трансформировать его в творческое мышление, воссоединившись с сакральными источниками своей природы, возродив при этом детское (и дикарское) наивное и творческое восприятие мира как органичного единства, в котором все имеет душу и может мыслить ("психизация действительности" представителями древних цивилизаций), а всякая мысль такого человека при этом неотделима от действия (как это бывает у дикарей и маленьких детей: П. А. Флоренский, отмечая задачу развития человека в соединении мистика и аналитика в одном лице, предупреждал об опасности, таящейся в движении только лишь по мистическому или аналитическому жизненному пути, а йога учит о том, что каждая мысль человека должна быть прочувствована, а каждое чувство должно быть осознанным).

То есть такой гармоничный человек, воплотивший в себе связь времен, интегрировавший в себе художника и мыслителя, мистика и аналитика, должен "спуститься вниз по лестнице, ведущей вверх"³⁵,

³⁵ "Сейчас, как это ни парадоксально звучит, настало время, когда ученым необходимо возвыситься до мироощущения, миропонимания древнего человека, еще не знающего никаких наук, а следовательно, воспринимающего мир целостно" –

прийти к восприятию мира как некоего сверхценного интегрального единства в виде Абсолюта – единственного основания Вселенной, которая в силу этого только и может быть единой и целостной.

Процесс преодоления (отрицания) человеком своего личностно-волевого (мыслительного, абстрактно-логического) начала реализуется не только как последовательный, но и как параллельный акт, когда наряду с утверждением личностного начала в человеке совершается одновременное его отрицание, что подчас приобретает мучительный характер, делающий духовную эволюцию не только мирского человека, но и религиозного подвижника весьма противоречивой и парадоксальной.

Приведем "*Пример покаянного самовоззрения*" св. Ефрема Сирина:

"Злые навыки опутывают меня как сети, и я радуюсь, что связан. Погружаюсь в самую глубину зла, и это веселит меня. Враг ежедневно обновляет узы мои, потому что видит, сколько рад я разнообразию сих уз.

То и достойно рыдания и плача, в том и позор и стыд, что связан я своими хотениями. И еще ужаснее то, что связываю себя теми узами, какие налагает на меня враг, и умерщвляю себя теми страстями, какие его радуют.

Зная, однако ж, коль страшны узы сии, тщательно скрываю их от всех зрителей под благовидною наружностью. На вид облечен я в прекрасную одежду благоговения, а душа опутана срамными помыслами. Пред зрителями я благоговеею, а внутри исполнен всякого непотребства. Совесть моя обличает меня в этом, – и я будто и хочу освободиться от уз своих и каждый день сетую и вздыхаю о сем, но все оказываюсь связанным теми же сетями.

Жалок я, жалко и ежедневное покаяние мое, потому что не имеет оно твердого основания. Каждый день полагаю основание зданию, – и опять собственными руками своими разоряю его. Покаяние мое не положило еще доброго начала; злomu же нерадению моему не видно конца. Порабощен я страстям и злой воле врага, губящего меня.

Выжидаю в надежде покаяния и обманываю себя сим суетным обещанием, пока умру. Всегда говорю: покаюсь, и никогда не каюсь. На словах будто усердно каюсь, а делами весьма далек от покаяния.

Что же будет со мною в день испытания, когда Бог откроет все пред судилищем Своим! Конечно, осужден буду на муки, если здесь слезами не умолю Тебя, Судию моего.

После того, как уже приобрел я познание истины, стал я убийцею и обидчиком, ссорюсь за малости, стал завистлив и жесток к живущим со мною, немилостив к нищим, гневлив, спорлив; упорен, ленив, раздражителен, питаю злые мысли, люблю нарядные одежды; и доньше еще очень много во мне скверных помыслов, вспышек самолюбия, чревоугодия, сластолюбия, тщеславия, гордыни, зложелательства, пересудов, тайноядения, уныния, соперничества, негодования.

Не значу ничего, а думаю о себе много; непрестанно лгу, и гневаюсь на лжецов; оскверняю свой храм блудными помыслами, и строго сужу блудников; осуждаю падающих, а сам непрестанно падаю; осуждаю злоречивых татей, а сам и тать и злоречив. Хожу со светлым взором, хотя весь нечист.

В церквах и за трапезами хочу быть на первом месте. Вижу иноков и величаюсь; вижу монахов и кичусь. Домогаюсь того, чтоб казаться приятным для женщин, величавым для чужих, смышленным и благоразумным для своих, совершеннейшим для благоразумных; с благочестивыми обхожусь как мудрейший, неразумных презираю как бессловесных. Если оскорблен, мщу; если почтен, гнушаюсь почтившим; если требуют чего от меня по праву, начинаю тяжбу; а кто говорит мне правду, тех почитаю врагами. Обличаемый, гневаюсь; но если льстят мне, не совсем недоволен.

Не хочу почтить достойного, а сам, будучи недостойн, требую почестей. Не хочу утруждать себя, а если кто мне не услужит, гневаюсь на него. Не хочу идти вместе с работающими, а если кто мне не поможет в деле, злословлю его.

Брату, когда он в нужде, горделиво отказываю, а когда сам нуждаюсь, обращаюсь к нему. Ненавижу больного, а когда сам болен, желаю, чтобы все любили меня. Высших знать не хочу, низших презираю.

Если удержу себя от неразумного пожелания, тщеславлюсь; если преуспеваю в бдении, впадаю в сети непокорности и прекословия; если воздержусь от снeдeй, утопаю в кичливости и высокомерии; если неусыпен в молитве, препебеждаюсь раздражительностью и гневом; если вижу в ком добродетель, не останавливаюсь на нем вниманием.

Презрел я мирские приятности, но не отстаю от суетного пожелания оных. Если вижу женщину, развеселяюсь. По наружности смиренномудрствую, а в душе высокоумствую; по видимому не стяжателен, а на самом деле обладаю любоиманием. И к чему распространяться? По видимому отрекся я от мира, а на деле опять все думаю о мирском. Во время службы занимаюсь

В. А. Обухов (*Обухов и др.*, 1999, с. 160); "Если нет Бога, то есть если нет высшей сферы свободы, вечной и подлинной жизни, нет избавления от необходимости мира, то нельзя дорожить миром и тленной жизнью в нем" (Н.А. Бердяев, "*Самопознание*", с. 285).

все разговорами, блужданием помыслов, суетными припоминаниями. Во время трапезы вдаюсь в пустословие, имею алчность к подаркам, принимаю участие в чужих падениях, вдаюсь в гибельное соперничество.

Такова моя жизнь! Сколько худого противопологаю я своему спасению! И мое высокомерие, мое тщеславие не позволяют мне подумать о своих язвах, чтобы уврачевать себя. Вот мои доблестные подвиги! Таким множеством грехов ополчается на меня враг! - И при всем том я домогаюсь прославиться святостью, окаянный. Живу во грехах, а желаю, чтоб почитали меня праведником.

Одно у меня оправдание во всем этом: диавол опутал. Но это не послужило в оправдание Адаму. Конечно, и Каина научил диавол; но и он не избежал осуждения. Что же буду делать, если посетит меня Господь? Никакого нет у меня оправдания в нерадении моем.

Увы, возобладавший мною грех нашел во мне пажить свою, и с каждым днем более и более унижает и погружает меня во глубину свою; и я, окаянный, не перестаю прогневлять Бога, не страшась одного неугасимого огня, не трепеща нескончаемых мучений.

О какая власть надо мною греховных страстей! О какое господство злохитрого и коварного змия! Действуя по природе, он входит в торг, дает залог, чтобы продать ум самому греху. Убеждает меня угождать плоти, под предлогом употреблять ее на служение душе; и я препобеждаюсь сластолюбием и, предавшись тотчас невоздержному сну, совершенно лишаясь ее услуги. Когда молюсь, внушает мне мысль о каком-либо ничтожном удовольствии, и ею, как медною цепью, держит слабый ум мой - и не ослабляет уз, хотя он и порывается бежать.

Так грех блюдет под стражею ум и запирает от меня дверь ведения. Враг непрестанно наблюдает за умом, чтобы не пришел он в согласие с Богом и не воспрепятствовал продать плоть; для того приводит множество перепутанных помыслов, уверяя, что на суде и вопроса не будет о такой малости, что невозможно даже быть и ведению о сих помыслах и что все, подобное сему, предано будет забвению. Но я представляю пред взор себе обличение свое и знаю, что мне угрожает наказание.

Смотрю я, Господи, на грехи свои и сетую, видя их многочисленность. Увы, как это постигло меня такое бедствие? Язык мой говорит прекрасно, а поведение мое срамно и презренно. Горе мне в тот день, когда откроются тайны!

Весьма прекрасны слова мои для других, а дела мои отвратительны. Других учу порядку в мире, а сам, несчастный, предаюсь страсти.

Все дни мои протекли и исчезли в грехах, и ни одного дня не служил я правде. Едва начинал каяться с намерением больше не грешить, как приходил лукавый и уловлял меня по ненависти своей. Горе мне, потому что добровольно попадаюсь в сеть его.

Если выйду пройтись, то выступаю, как праведник и мудрец. Увижу ли, что иной грешит, смеюсь и издеваюсь над ним. Увы, обнаружатся и мои беззакония, - и я посрамлюсь!

О лучше бы мне не родиться на свет! Тогда не развратил бы меня этот преходящий мир; не видя его, не сделался бы я виновным, не осквернил бы себя грехами и не боялся бы истязания, суда и мучения.

Едва даю я обет принести покаяние, как снова возвращаюсь и выпадаю в те же грехи. Радует меня час, проведенный в грехе; и думаю еще, что делаю похвальное. Увы мне! Доселе не помышлял я, что ожидает меня геенна.

Лукавая воля вводит меня в грех; но когда согрешу, слагаю вину на сатану. Но горе мне! потому что сам я причиной грехов моих. Лукавый не заставит меня насильно согрешить, грешу я по своей воле. Благодать Твоя, пришедши к сердцу моему, находит там зловоние скверных помыслов, почему тотчас отступает, не обретая себе входа и не имея возможности войти и вселиться во мне, как желательно ей.

Нищ я, ограбленный змием; немощен я, связанный тлением; не имею сил, подавленный грехом. Утратил я дар Твой и потому не имею совершенного благоразумия. Утратил я общение с Тобою, потому не знаю, куда иду. Ничего нет у меня. Если имею что, то Ты же, умилосердившись, дал мне. Крайне нищ я; если же обогатюсь, все это будет Твое дарование. И теперь оно Твое, и прежде было Твоим.

Прошу только благодати, - исповедую, что чрез Тебя спасусь, если только спасусь!" (*"Псалтирь, или Богомысленные размышления, извлеченные из творений Ефрема Сирина"* (ис. 10, 55, 69, 71, 98, 128). Изд. Моск. Патриархии, 1973).

Отмеченный И. А. Бунином эволюционный сценарий Э. Фромм в книге *"Бегство от свободы"* описывает таким образом: "человек перерастает свое первоначальное единство с природой и с остальными людьми, человек становится "индивидом" - и чем дальше заходит этот процесс, тем категоричнее альтернатива, встающая перед человеком. Он должен суметь воссоединиться с миром в спонтанности любви и творческого труда или найти себе такую опору с помощью таких связей с этим миром, которые уничтожают его свободу и индивидуальность" [Фромм, 1990, с. 29].

Итак, можно утверждать, что глубинная сущность конфликта лежит в контексте фундаментального противоречия между *внутренним* (глубинным психофизиологическим, индивидуально-личностным пространством человека) и *внешним* (поверхностным социоприродным модусом человеческого существования), то есть в плоскости взаимного несоответствия внутреннего и внешнего.

Данное обстоятельство выступает **важнейшим методологическим принципом психолого-педагогического и естественнонаучного анализа сущности конфликта**, рассматриваемого как необходимое условие взаимодействия живых существ и самой жизни, которая как форма бытия материи вступает в конфликт с окружающей средой, поскольку, по одному из определений жизни, она реализуется за счет поддержания порядка (антиэнтропии) внутри своей среды благодаря нарушению порядка и повышению хаоса, беспорядка (энтропии) внешней среды.

Все множество конфликтов, сопутствующих человеку на его жизненном пути, при этом являются лишь частными случаями **фундаментального конфликта** человека и окружающего его мира, – того конфликта, который религиозное сознание понимает как "первородный грех", преодолеваемый на путях коренного изменения атомарно-индивидуалистской природы самого человека. Данный конфликт, как мы уже указывали, проистекает из взаимного социоприродного несоответствия человека и мира, что на психолого-поведенческом уровне реализуется в механизмах психологической защиты, которые, выступая продуктивными факторами человеческого поведения, как известно, не сглаживают конфликт, но "загоняют" его вовнутрь.

Преодоление отмеченного фундаментального конфликта как инициатора всех иных специфических его форм предполагает достижение состояния духовно-личностного тождества человека и мира ("Я" и не-"Я", внутреннего и внешнего). Данное тождество реализуется на нескольких уровнях человеческой жизнедеятельности:

1. *На уровне сознания* единство человека и мира означает то, что в мире для человека не будет явлений, которые бы он не осознал и не понимал (*мудрость*), что предполагает развитие специфического направления педагогики – "педагогики жизненных фактов": как писал Гете, "чего я не понимаю, тем я не управляю".

2. *На уровне ценностно-мировоззренческих ориентаций* такое единство предполагает, что в мире нет ценностей, которые бы человек отрицал и отвергал (*ценностно-мировоззренческая толерантность*).

3. *На уровне аффективно-перцептивном* отмеченное единство предполагает, что в мире нет эмоциональных реакций, которые бы человек не был способен генерировать и к которым был бы глух, а также нет таких перцептивных каналов восприятия действительности, которые бы человек не использовал (*обширный жизненный опыт, эмпатия и синестезия*).

4. *На уровне социально-поведенческом* единство человека и мира означает то, что в последнем не встречается таких поведенческих схем (социальных ролей), которые бы человек не отработал либо практически, либо в своем воображении (*социально-ролевая диффузия, ролевой контроль поведения, богатый ролевой репертуар*).

Рассмотренные четыре аспекта в комплексе обнаруживают задачу развития человека в направлении самосовершенствования, которое на уровне религиозного сознания ориентируется на библейский принцип – "будьте совершенны, как Отец ваш Небесный".

Итак, если практическое воплощение конфликта может осуществляться в форме агрессии, то социальное существование человечества кристаллизуется вокруг двух фундаментальных модусов: эскалации агрессии и процессов ее преодоления. Причем, эти модусы реализуются как на уровне социумов (военные конфликты), так и в рамках отдельных индивидов, где агрессия проявляется в ее чистом "биологическом" виде. При этом, каковы бы ни были причины индивидуальной агрессии, все они сводятся к рассмотренному выше фундаментальному противостоянию человека и внешней среды, когда ареной данного противостояния выступает сам человек во всей своей психофизиологической тотальности.

Данное противостояние может реализовываться как в человеческом поведении, направленном на самоизменение с целью приспособления себя к внешней среде, так и в поведении, направленном на изменение среды с целью приспособления ее к человеку. Иногда эти два противоположных процесса (получивших в психологии название *внутреннего и внешнего локуса контроля*) протекают параллельно и, так или иначе, сводятся к процессу контроля как направленного (контролируемого) изменения человеком как внешней среды, так и самого себя.

Контроль как субъект-объектная сущность предполагает наличие контролирующего начала и объекта контроля. При этом процесс контроля, как правило, осуществляется как акт манипуляции, при котором объект контроля рассматривается контролирующим началом как нечто чуждое, чужое, внешнее, как средство для достижения своих целей. **Такой контроль и можно назвать актом агрессии.**

Если же человек как контролирующее начало отождествляет себя с объектом своего контроля (что реализуется в образовательном пространстве субъект-субъектной парадигмы), то такой контроль можно определить как самоконтроль (его на уровне механизмов социального управления можно назвать "синергетическим", "резонансным", "рефлексивным", "мягким" управлением), который, в принципе, исключает агрессию, ибо при этом объект контроля из средства превращается в цель, что соответствует

категорическому императиву Канта, выражающему отношение человека к другому человеку как к самому себе (сравните с христианским принципом "возлюби ближнего как самого себя"), то есть не как к средству, а как к цели.

Как видим, преодоление агрессии предполагает отношение человека ко всему окружающему как к самому себе, когда во всем человек рефлексирует самого себя (*принципы партисипации и психизации в древних социумах, субъективации в психологии, а также антропный принцип в философии и космологии*). Здесь человек как контролирующее начало, контролируя себя, одновременно контролирует и весь мир и, наоборот, контролируя мир, контролирует себя. Это положение иллюстрируется ориентальной и одновременно синергетической характеристикой "мудрого человека": "безмолвный, пребывает в недеянии, но всему причастен; невозмутимый, не управляет, а все содержит в порядке. То, что называю "недеянием"³⁶, означает не опережать хода вещей; то, что называю "всему причастен", это следовать ходу вещей; то, что называю "все содержит в порядке", соблюдать взаимное соответствие вещей" [*Литература древнего Востока, 1984, с. 228*]³⁷.

ФЕНОМЕНОЛОГИЯ СОМАТИЧЕСКОГО И ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

Изложенное выше отражает феноменологию соматического и духовного здоровья, которое реализуется как явление *целостности*.

Сейчас стало уже аксиомой то, что человеческий организм есть целостность и что в случае заболевания отдельного органа следует лечить весь организм. Более того, для передового медика, психотерапевта, психолога понятно, что болезни, в том числе и психические, являются положительными ресурсами психики (А. Маслоу, К. Роджерс), приспособительными реакциями организма человека (Р. Лэинг, И.В. Давыдовский, В. П. Казначеев и др. [*Давыдовский, 1962, 1966, 1968; Казначеев, Спиринов, 1991*]), прозрачного для негативных факторов внешней среды (патогенных микробов, вирусов и т. д.). Ясно, что болезнь не приходит к нам извне незванным гостем, а зарождается в самом организме при тех или иных условиях, которые пробуждают к жизни соответствующих возбудителей болезней.

Целостность человека проявляется и в том, что на любой специфической негативный раздражитель внешней среды организм отвечает неспецифической реакцией – *стрессом*, приводящим к различным заболеваниям (Г. Селье). Таким образом, стресс сопровождается общим набором реакций организма, характерным для всех без исключения болезней. Получается, что у истоков заболеваний лежит узкий набор причин, или, лучше сказать, полагается универсальный фактор, который приводит к ослаблению жизненного тонуса организма и сужает его жизненное пространство. В дальнейшем имеет место нарушение нормального режима функционирования одного из "слабейших" звеньев этого организма, что и называется болезнью, которая побеждается также единой функцией организма – *иммунитетом*.

Данные рассуждения позволяют сделать вывод о том, что стресс как психофизиологическое "потрясение" организма обуславливается в меньшей степени негативными факторами внешней среды и в большей – *единым фактором* – психолого-мировоззренческим "негативизмом" самого человека, когда психическое и физическое представляются полюсами единого целого, что находит место в физике, биологии, психологии и медицине XXI века, где ускоренными темпами происходит стирание дифференциации между психикой и физическим организмом.

То есть, соматические реакции на тот или иной стимул (раздражитель) внешней среды, в силу наличия практически неисчерпаемых ресурсов гомеостаза (поддерживающего диалектическое постоянство внутренней среды организма), принципиально не могут вылиться в болезнь (здесь мы не рассматриваем экстремальные условия человеческого существования). А болезнь возникает именно тогда, когда организм человека не может адекватно реагировать на внешние раздражители именно в силу собственной психолого-мировоззренческой деструкции, формирующей массу ущербных психологических установок, генерирующих, в свою очередь, всевозможные болезни. Как писал А. Маслоу, сейчас многие психологи и представители других специальностей приходят к выводу, что причина многих, если не всех болезней человека связана с его психикой, и, в конечном итоге, с его мировоззрением. Процесс лечения любой болезни при этом оказывается чрезвычайно простым: он заключается в гармонизации духовного мира человека, то есть в "упорядочивании" его сознания (как писал бл. Августин, страдания человека проистекают из неупорядоченного разума), что предполагает приведение к единству внутреннего и внешнего аспектов человеческого бытия, "Я" и не"Я", что реализуется как на уровне сознания человека, так и его соматики.

³⁶ Принцип недеяния ("у-вэй") древнекитайской культуры, требующий невмешательства в протекание природного процесса, понимался как минимальное действие, согласованное с ритмами мира.

³⁷ "Искусный полководец побеждает без боя. Величайший воин не воюет" [*Малявин, 2002, с. 3*].

МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО АЙКИДО

Рассмотрим *методы психологического айкидо*, который выражает одну из эффективных стратегий преодоления агрессии на основе утверждения единства "Я" и не-"Я".

На одной из лекций, посвященных проблеме общения, М. Е. Литвак спросил своих слушателей: "Кто из вас любит власть?" Ни один из 450 человек не ответил утвердительно. Когда же он попросил поднять руки тех, кто хочет стать гипнотизером, то руки подняли почти все. Из этого можно сделать два вывода. Во-первых, никто не признается себе, что он любит власть. Во-вторых, никто не признается себе, что он хочет, чтобы ему беспрекословно подчинялись (власть гипнотизера над гипнотизируемым кажется безграничной). Желание командовать, осознаваемое или неосознаваемое, встречается с аналогичными претензиями партнера по общению. Возникает конфликт, столкновение, в котором нет победителей.

В течение многих лет М. Е. Литвак пытался лечить лекарствами и гипнозом неврозы, которые всегда возникали после конфликтов. Больным на короткий промежуток времени становилось легче, но очередной конфликт, даже меньшей выраженности, приводил к еще более тяжелому состоянию. И это вполне понятно. Ведь ни лекарства, ни гипноз, ни биоэнергетические методы, ни иглоукалывание не могли научить поведению в конфликтной ситуации. Тогда параллельно с назначением лекарств М. Е. Литвак стал учить больных правильному поведению в конфликтной ситуации, побеждать в споре, управлять партнером так, чтобы он этого не замечал, ладить с самим собой, начинать общение и продолжать его продуктивно без ссор и конфликтов, грамотно формировать, а потом отстаивать свои интересы.

Первые же опыты нового подхода для лечения больных дали потрясающие результаты. Молодой человек 25 лет в течение трех дней излечился от тиков, которыми страдал 15 лет. Женщина с функциональным параличом нижних конечностей стала ходить через несколько часов. Больной, направленный на лечение с подозрением на опухоль головного мозга, избавился от головных болей за две недели. К матери вернулся ушедший из дома из-за семейных конфликтов 15-летний сын. Мужчине 46 лет удалось выйти из депрессии, сохранить чувство собственного достоинства и двоих детей во время бракоразводного процесса, начавшегося по инициативе жены, решившей уйти к другому. У многих налаживались отношения на работе и в семье. Исчезла необходимость командовать. Своеобразный стиль подчинения партнеру, характерный для методики психологического айкидо, приводил к необходимому результату.

Постепенно вырабатывался взгляд на общение как на вид психологической борьбы, а ее приемы напоминали автору психологического айкидо восточные единоборства, в основе которых лежат принципы защиты, ухода, обороны. Он назвал свой метод "*психологическим айкидо*". Тогда же автор сформулировал и *принцип амортизации*.

Современная наука указывает, что корни невроза уходят в раннее детство, когда формируется невротическая система отношений, невротический характер. Это приводит к тому, что личность живет все время в состоянии выраженного эмоционального напряжения, часто неосознаваемого, и становится уязвимой в трудных конфликтных ситуациях. Начинается невроз, психосоматические заболевания (бронхиальная астма, гастрит, язвенная болезнь желудка, гипертоническая болезнь, колиты, дерматиты и др.). В состоянии стресса, эмоционального напряжения нарушается иммунитет. Невротические субъекты чаще болеют инфекционными заболеваниями, у них чаще возникают злокачественные опухоли, с ними чаще происходят несчастные случаи. Таким образом, поговорка "Все болезни от нервов" получает сейчас научное обоснование. Но зачем же ждать, когда человек заболеет или с ним что-нибудь случится, или он кому-нибудь принесет несчастье? Не лучше ли начать работу до того, как он заболел? Так был создан клуб психопрофилактической и психокоррекционной направленности (КРОСС – клуб решивших овладеть стрессовыми ситуациями). В рамках данного клуба отрабатывались определенные поведенческие психотехники, одна из которых – *принцип амортизации*.

Рассмотрим следующий психологический эксперимент из теста Дембо. Представим себе вертикальную шкалу. На ее северном полюсе самые умные люди, на южном – самые глупые. Практически все люди располагают себя немного выше среднего уровня. Любой человек, находящийся в здравом уме и твердой памяти, размещает себя именно здесь. Ближе к северному полюсу размещают себя обычно слабоумные люди. Ближе же к южному полюсу размещают себя люди, находящиеся в глубокой депрессии, или мудрецы типа Сократа, который говорил: "Я знаю только то, что ничего не знаю".

Какой вывод можно сделать из этого изящного эксперимента? Общаюсь с партнером, мы должны помнить, что общаемся с человеком, который о себе хорошего мнения. Поэтому М.Е. Литвак советует подчеркивать данное обстоятельство всем своим видом, построением фраз во время беседы, важно также следить за тем, чтобы не было пренебрежительных жестов, снисходительного выражения лица и т.п.

Рассмотрим основы принципа амортизации. В основе принципа амортизации лежат законы инерции, которые характерны не только для физических тел, но и для биологических систем. Чтобы погасить ее, мы применяем амортизацию, не всегда осознавая это. А раз не осознаем, то и используем не всегда. Гораздо успешней применяем мы физическую амортизацию. Если нас столкнули с высоты и тем

самым навязали падение, мы продолжаем движение, которое нам навязали – амортизируем, тем самым гася последствия толчка. Если нас столкнули в воду, то и здесь мы вначале продолжаем движение, которое нам навязали, и только после того, как иссякли силы инерции, выныриваем. Спортсменов специально обучают амортизации.

Модель амортизации представлена в *“Похождениях храброго солдата Швейка”*:

“Шредер остановился перед Швейком и принялся его разглядывать. Результаты своих наблюдений полковник резюмировал одним словом: “Идиот!” “Осмелюсь доложить, господин полковник, идиот!” – ответил Швейк”.

На что рассчитывает партнер, обращаясь к нам с теми или иными предложениями? Нетрудно догадаться – на наше согласие. Весь организм, все обменные процессы, вся психика настроены на это. И вдруг мы отказываем. Как при этом он себе чувствует? Не можете представить? Вспомните, как вы себя чувствовали, когда приглашали партнера (или партнершу) на танец или в кино, а вам отказывали? Вспомните, как вы себя чувствовали, когда вам отказывали в приеме на интересующую вас работу, хотя знали, что уважительных причин для такого отказа не было? Таким образом, амортизация – это немедленное согласие с доводами партнера.

Амортизация бывает *непосредственная, отставленная и профилактическая*.

Непосредственная амортизация часто применяется в процессе общения в ситуациях

– “психологического поглаживания” (когда вам делают комплименты или льстят);

– “приглашения к сотрудничеству”;

– “нанесения “психологического удара”.

Приведем *примеры техники амортизации*. При *“психологическом поглаживании”* может иметь место следующая ситуация.

А: “Вы сегодня великолепно выглядите”.

Б: “Благодарю вас за комплимент! Я действительно неплохо выгляжу”.

Последнее предложение обязательно: некоторые делают комплименты неискренне с осознаваемой или неосознаваемой целью смутить партнера. На этом ответ можно закончить, но если вы подозреваете партнера в неискренности, можно добавить следующее: “Мне особенно приятно слышать это именно от вас, ибо в вашей искренности я не сомневаюсь”.

При *приглашении к сотрудничеству* может возникнуть следующая ситуация:

А: “Мы предлагаем вам должность начальника цеха”.

Б: 1) “Благодарю вас. Я согласен” (при согласии). 2) “Благодарю вас за интересное предложение. Надо подумать и все взвесить” (если предполагается отрицательный ответ).

Следует отметить, что специалист по психологическому айкидо дает согласие после первого приглашения. Если первое приглашение было неискренним, все сразу становится на свои места. В следующий раз с вами в эти игры не будут играть. Если приглашение искреннее, вам будут признательны за быстрое согласие. С другой стороны, когда приходится делать какое-либо деловое предложение самому, его тоже следует делать только один раз. Здесь следует помнить правило: “Уговаривать – значит насиловать”. Обычно специалист по психологическому айкидо сам ничего не предлагает, а организывает свою деятельность так, что к интересующему его делу его приглашают.

При *“психологическом ударе”* может возникнуть следующая ситуация:

А: “Вы глупец!”

Б: “Вы абсолютно правы!” (уход от удара).

Обычно двух-трех уходов от нападения бывает достаточно. Партнер дезориентирован, растерян. Бить его уже не нужно.

Для иллюстрации автор психологического айкидо описывает сцену, которая произошла в автобусе.

Специалист по психологическому айкидо М., пропустив представительниц прекрасного пола, последним протиснулся в переполненный автобус. Когда закрылась дверь, он стал искать в своих многочисленных карманах (на нем была куртка, брюки и пиджак) талоны. При этом он, естественно, доставлял некоторое неудобство стоящей на ступеньку выше Г. Вдруг в него был брошен “психологический камень”. Г. гневно сказала: “Долго вы еще будете ковыряться?!” Тут же последовал амортизационный ответ: “Долго”. Далее диалог протекал следующим образом: Г.: “Но ведь так мне может пальто налезть на голову!” М.: “Может.” Г.: “Ничего смешного нет!” М.: “Действительно, ничего смешного нет”. Раздался дружный хохот. Г. в течение всей поездки больше не произнесла ни одного слова. Представьте себе, сколько бы продолжался конфликт, если бы на первую реплику последовал традиционный ответ: “Это вам не такси, можете потерпеть!” Вы видите, М. использовал “энергию” партнера – он сам не придумал ни одного слова!

Рассмотрим *отставленную амортизацию*. Когда непосредственная амортизация все-таки не удалась, можно использовать отставленную амортизацию. Если непосредственный контакт между партнерами прекратился, можно направить амортизационное письмо.

Так, к автору психологического айкидо обратился за психологической помощью Н, военнослужащий, мужчина 42 лет. Настроение у него было подавленное. Ранее он проходил курс психологического айкидо и с успехом использовал приемы, непосредственной амортизации, что

позволило ему значительно укрепить свое положение на работе, внедрить в производство свои разработки. Он рассказал следующую историю.

Года полтора назад он увлекся сотрудницей из соседнего отдела. Инициатива сближения исходила от нее. Она восхищалась без меры нашим героем, сочувствовала ему, когда у него были неудачи. Под его руководством начала осваивать разработанные им методики, довольно успешно овладела ими и стала ярой его последовательницей. Она же первая объяснилась в любви. Они уже планировали начать совместную жизнь, как вдруг, совершенно неожиданно для него, его подруга предложила прекратить встречи. Случилось это через несколько дней после того, как ему предложили уйти в запас, но остаться в учреждении по вольному найму. Это была неприятность, но не столь значительная, ибо он мог продолжать свои исследования, хотя оклад становился значительно меньше. Разрыв же с подругой он воспринял как катастрофу. Казалось, что все рухнет. Ему бы тут амортизировать, и все бы стало на свои места. Но он начал выяснять отношения. Это ни к чему не привело, и он решил больше вообще с ней не разговаривать, “перетерпеть”, так как понимал, что в конце концов все пройдет. Так продолжалось около месяца. Он с ней не виделся и начал успокаиваться. Но вдруг она стала обращаться к нему с деловыми вопросами без всякой надобности и смотрела при этом на него с нежностью. На какое-то время отношения налаживались, но затем снова следовал разрыв. Так продолжалось еще полгода, пока наконец он не понял, что она издевается над ним, но устоять против ее провокаций не мог. К этому времени у него развился выраженный депрессивный невроз. Во время очередной ссоры она ему сказала, что вообще никогда его не любила. Это был последний удар. И он обратился за помощью.

Было совершенно ясно, что направлять его сейчас в бой не имеет смысла. Тогда было написано *амортизационное письмо*:

“Ты абсолютно права, что прекратила наши встречи. Благодарю тебя за наслаждение, которое дала мне, по-видимому, из жалости. Ты так искусно играла, что у меня ни на секунду не было сомнений, что ты меня любишь. Ты меня увлекла, и я не мог не ответить на твое, как я тогда считал, чувство. В нем не было ни одной фальшивой ноты. Пишу это не для того, чтобы ты вернулась. Сейчас это уже невозможно! Если ты снова будешь говорить, что любишь меня, как я смогу поверить? Теперь я понимаю, как тебе со мной было тяжело! Не любить, и так себя вести! И последняя просьба. Постарайся со мной не встречаться даже по делу. Надо отвыкать. Говорят, время лечит, хотя пока мне поверить в это трудно. Желая тебе счастья!”

В письмо были вложены все ее письма и фотографии. Сразу же после отправки письма Н. почувствовал большое облегчение. А когда начались многочисленные попытки “подруги” восстановить отношения, спокойствие уже было полным. Нет смысла проводить детальный анализ амортизационным ходом этого письма. Здесь нет ни одного упрека. Следует обратить внимание на одну психологическую тонкость, которая содержится во фразе: “Постарайся со мной не встречаться даже по делу”. Человек устроен удивительным образом. Он имеет тенденцию желать того, что ему недоступно (запретный плод сладок). И наоборот, человек обнаруживает стремление отказаться от того, что ему навязывают. Как только Н. попросил свою знакомую не встречаться с ним, она сразу стала стремиться наладить отношения. Когда же он пытался назначить свидание, то тогда у него ничего не получалось. В общении запреты дают обратный эффект. Хочешь чего-то добиться от человека, запрети ему это.

Рассмотрим *профилактическую амортизацию*.

Определение дано в самом названии. Ее можно использовать в производственных и семейных отношениях, в тех случаях, когда конфликт идет по одному и тому же стереотипу, когда угрозы и упреки приобретают одну и ту же форму и поведение партнера заранее известно. Модель профилактической амортизации находим в “*Похождениях храброго солдата Швейка*”.

Один из героев книги подпоручик Дуб, разговаривая с солдатами, обычно произносил: “Вы меня знаете? Нет, вы меня не знаете! Вы меня знаете с хорошей стороны, но вы меня узнаете и с плохой стороны. Я вас доведу до слез”.

Однажды Швейк столкнулся с подпоручиком Дубом. “Ты чего здесь околачиваешься?” – спросил он Швейка. – Ты меня знаешь?” “Осмелюсь доложить, я бы не хотел узнать вас с плохой стороны”. Подпоручик Дуб от дерзости онемел, а Швейк спокойно продолжал: “Осмелюсь доложить, я вас хочу знать только с хорошей стороны, чтобы вы не довели меня до слез, как изволили пообещать в прошлый раз”. У подпоручика Дуба хватило духу лишь на то, чтобы завопить: “Проваливай, каналья, мы еще с тобой поговорим!”

Д. Карнеги в таких случаях предлагает: “Скажите о себе все то, что собирается сделать ваш обвинитель, и вы лишите ветра его паруса”. Или, как гласит пословица: “Повинную голову меч не сечет”.

Приведем несколько примеров профилактической амортизации (*профилактическая амортизация в семейной жизни*).

Зам. главного конструктора одного из крупных заводов, мужчина в возрасте 38 лет, женатый, имеющий детей, ведущий еще и активную общественную жизнь, на занятиях по психологическому айкидо рассказал о своей проблеме. У него из-за частого позднего прихода домой нередко возникали конфликты с женой, с которой, в принципе, были хорошие отношения. Упреки имели следующее содержание: “Когда это кончится! Я не знаю, есть ли у меня муж или нет! Есть ли отец у детей или нет! Подумаешь, какой незаменимый! Сам выступаешь, вот тебя и нагружают!” и т.п.

Послушайте его рассказ об эпизоде, который произошел у него в семье после месячного обучения в КРОССе:

“Однажды после очередного позднего прихода домой я увидел в грозном молчании своей супруги “психологическую кочергу” и подготовился к бою. Диалог начался с крика: “Почему задержался сегодня?” Вместо оправданий я сказал: “Дорогая, я удивляюсь твоему терпению. Если бы ты вела себя так, как веду я, я бы давно не выдержал. Ведь посмотри, что получается: позавчера пришел поздно, вчера – поздно, сегодня обещал прийти рано – как назло, опять поздно”. Жена (с гневом): “Брось свои психологические штучки!” (Она знала о моих занятиях.) Я (виновато): “Да причем здесь психология. Муж у тебя есть и в то же время его практически нет. Дети отца не видят”. Жена (уже не так грозно, но все еще недовольно): “Ладно, проходи”. Я молча раздеваюсь, мою руки и иду в комнату, сажусь и начинаю что-то читать. Жена в это время как раз заканчивает жарить пирожки. Я был голоден, пахло очень вкусно, но на кухню я не пошел. Жена вошла в комнату и с некоторым напряжением спросила: “Что же ты не идешь есть? Поди, где-то уже накормили!” Я (виновато): “Нет, я очень голоден, но я не заслужил”. Жена (несколько мягче): “Ладно, иди есть”. Я съел только один пирожок и продолжаю сидеть. Жена (настороженно): “Что, пирожки невкусные?” Я (по-прежнему виновато): “Да нет, пирожки очень вкусные, но я их не заслужил”. Жена (совсем мягко, даже с лаской): “Ну, ладно. Ешь сколько хочешь”. В таком тоне беседа продолжалась около минуты. Конфликт был исчерпан. Раньше размолвка могла продолжаться несколько дней.

Итак, амортизация – это согласие со всеми утверждениями противника. Основные принципы амортизации:

1. Спокойно принимай комплименты.
2. Если предложение тебя устраивает, соглашайся с первого раза.
3. Не предлагай своих услуг. Помогай, когда сделал свои дела.
4. Предлагай сотрудничество только один раз.
5. Не жди, когда тебя начнут критиковать, критикуй себя сам.

ТУРБО-СУСЛИК

В связи с этим можно привести “новейшую систему по очистке собственных мозгов от глюков” – “Турбо-суслик” (<http://turbo-suslik.com.ua/>; <http://brainhack.ru/turbo-suslik.html>). Автор системы Дмитрий Лёушкин утверждает, что “каждый без исключения человек способен самостоятельно решить любые свои психологические проблемы и перестать глючить по жизни. Стать свободным от чужих установок, социального зомбирования, манипулятивных кнопок, ограничивающих убеждений, ложных верований и т.п. Полностью сам, самостоятельно, и в меру быстро – за единицы месяцев. Единственное условие – готовность человека к этому, и его желание”. В целом, Турбо-Суслик (имеющий много общего с системой К. Кастанеды), который увидел свет в мае 2010 года, считается “универсальным инструментом для устранения практически любых психологических и имеющих психологические корни проблем”. Здесь имеются в виду:

- следы травмирующих эпизодов прошлого, включая раннее детство, младенчество и даже утробный период;
- негативные эмоции и эмоциональные состояния (страх, печаль, депрессия, злость, ненависть, гнев, агрессия и т.д.);
- фобии, навязчивые мысли, действия и прочие автоматизмы;
- негативные качества личности (жертвенность, прокрастинация, низкая самооценка, стеснительность, обидчивость, раздражительность, завистливость и т.д.);
- вредные привычки и прочие зависимости (игровая, Интернет-зависимость, курение, переедание и т.д.);
- комплексы и общая скованность и закрепощенность, как психическая, так и физическая;
- ложные концепции и ограничивающие убеждения (“я не могу/не смогу/не сумею”, “это не для меня”, “у меня никогда этого не будет” и т.д.);

- социальное зомбирование в виде внедренных социумом постулатов, установок, норм, правил, требований и программ;
- психологические корни безденежья и хронических болезней (хотя система не является лечебной)...

Утверждается, что всего вышеперечисленного Турбо-Суслик реально позволяет добиться за 9-12 месяцев самостоятельной работы по часу в день. Утверждается, что почти всего этого можно добиться и при помощи других техник (хотя это и потребует в несколько раз больше времени и усилий), но ничто из этого не является главной целью проработок по Турбо-Суслику – главной же целью, реально достижимой за разумный срок только в Турбо-Суслике, является полная свобода от своей личности, это, "реактивного ума".

Возникает вопрос о том, чем отличает Турбо-Суслик от других техник. Дадим слово Дмитрию Лёушкину: Для ответа на этот вопрос нужно сначала сказать несколько слов об устройстве человеческой психики и о депрограммировании подсознания в общем. Основной предпосылкой Турбо-Суслика является то, что мы осознаем лишь очень малую часть своей психики. На остальных же его ресурсах "работает" подсознание, и именно там, в этих огромных "подвалах" ума, кроются корни всех психологических проблем и психических явлений. И депрограммированием подсознания называется процесс, направленный на устранение этих корней.

Важно понять, что подсознание способно сохранять материал вместе с уделяемой ему ментальной энергией, придавая ему таким образом командную силу. Хотим мы, например, что-то получить, чему-то научиться, попасть куда-то или достичь еще какой-либо цели, и это намерение вместе со вкладываемой в него энергией записывается подсознанием и запускается им "на исполнение". Вы наверняка сами не раз замечали, как какие-то желания, намерения или цели удивительно точно и как по волшебству реализуются тогда, когда вы о них уже давно забыли. Так что подсознание – это, на самом деле, очень полезная вещь, наш личный "слуга", помогающий нам строить нашу "личную вселенную" и избавляя нас от необходимости делать это полностью осознанно.

Проблема, однако, возникает тогда, когда человек не осознан и не контролирует "приказы", которые он отдает своему подсознанию. Самый яркий и актуальный пример этого – ребенок, который восприимчив к "воспитанию" и подавлению со стороны социума и, сам того не осознавая, "отражает" их у себя в голове. Ребенку говорят, что он плохой, и он, будучи тотальным, но неосознанным, соглашается, прописывая этот постулат в своем уме. Его наказывают, третируют, подавляют, загоняют в рамки, "образовывают", "воспитывают", и все это оставляет свой след в подсознании, потому что ребенок не может не реагировать на такие вещи. А уже к 7-9 годам куча постулатов, установок, навязанных социумом правил, требований, целей и программ, реакций и прочего ментального хлама становится столь огромной, что практически полностью подчиняет себе его поведение и мышление, и всю оставшуюся жизнь человек, по сути, занимается лишь тем, что воспроизводит и развивает ее, даже не подозревая, что является рабом своего эго.

Единственный способ достичь Свободы состоит в том, чтобы избавиться от всего этого ментального мусора, и именно позволяет сделать Турбо-Суслик. Избавиться – не значит стереть из памяти, это значит "разрядить", устранить из материала вложенную в него ментальную энергию, которая придает ему командную силу и власть над человеком. Для этого и был разработан ряд техник депрограммирования, однако до появления Турбо-Суслика, как считает его автор, максимум, чего они позволяли достичь – это эффективное решение отдельных проблем, тотальная же "зачистка" оставалась практически недостижимой целью. Причин тому две, и обе они связаны с тем, что все эти техники требовали в значительной степени осознавать обрабатываемый материал. Во-первых, при этом практически невозможно добраться до корней материала в младенчестве и в утробном периоде, а именно в них закладывается "фундамент" для самых "жирных" личностных проблем и самого эго. А во-вторых, и это главное, заряженный "материал" вливался в ум каждого из нас ДЕСЯТКИ ЛЕТ, и его там СТОЛЬКО, что на одно только его осознание ушло бы минимум несколько лет, а в сочетании с повседневными делами – так и все лет двадцать!

В Турбо-Суслике, как пишет его автор, этот срок был радикально сокращен путем использования для очистки подсознания... самого подсознания. Действительно, если оно столь могуче, что формирует и поддерживает такой огромный ментальный груз, то почему бы не напрячь его, чтобы оно само весь этот груз быстренько и почикало? Как оказалось, то, на что на сознательном уровне ушли бы десятки лет, подсознание может сделать за год-полтора, поскольку эту работу оно делает 24 часа в сутки, без перерывов, кроме того, у подсознания нет проблемы что-либо вспомнить – в самом себе оно имеет доступ ко всем переживаниям, которые мы когда-либо имели.

Суть метода Турбо-Суслика сводится к работе с т.н. протоколами – специальными текстами, которые необходимо один раз прочитать, после чего подсознание самостоятельно запускает алгоритм (алгоритм содержится в тексте протокола) очистки мозга от накопившегося в нем мусора в виде стереотипов, предубеждений, верований о том или ином аспекте жизни человека. Таким образом прорабатываются чувства важности, чувства вины, комплекса неполноценности и т.д. Покажем один из протоколов (<http://samoprozesing.Opk.ru/viewforum.php?id=6>; <http://samoprozesing.Opk.ru/viewtopic.php?id=169>)

Вопросы о жизни и энергиях: • Почему я боюсь жить? • Чего я боюсь в жизни? • Как я боюсь жить? • Что я боюсь делать? • Какой негативный опыт усиливает мои страхи перед будущим? • Чего я боюсь в будущем? • Как страх перед будущим влияет на мое настоящее? • Что я делаю чтобы не чувствовать страха перед будущим? • Как я спасаюсь от своих страхов? • Как я спасаюсь от предполагаемых ужасов из будущего? • Зачем я хочу остановить жизнь? • Почему я стараюсь не чувствовать? • Что мне дает то что я перестал что либо чувствовать? • Как я могу решить проблему, если я отстраняюсь от ситуаций? • Можно ли решить проблему, разрешить ситуацию, которая мне не нравится если не заниматься ею? • Куда уходит моя энергия? • На что я трачу свою энергию? • Почему мне не хватает энергии? • Куда подевалась моя энергия? • Почему я боюсь решать свои проблемы? • Почему я перевожу ситуации в проблемы? • Почему я считаю что легче ничего не делать, чем делать? • Почему я считаю что надо экономить свои силы? • Как мне начать действовать? • Как мне переходить с режима ожидания в режим действия? • Что меня сдерживает от действий? • Почему я устаю? • Чего мне не хватает чтобы активно и успешно действовать? • Что я понимаю под успешностью? • Как мне создать механизм активности и вовлеченности в жизнь? • Как мне перестать бояться и начать активно жить и действовать? • Какие установки и убеждения я создал для того чтобы создать барьер между мною и жизнью? • Почему я само устраняюсь от жизненных процессов? • Как мне увидеть иллюзорность барьеров отделяющих меня от жизни? • Как мне почувствовать свою энергию? • Как мне использовать свои силы и ресурсы? • Как мне эффективно использовать свои возможности, способности, ресурсы и навыки? • Каким образом я различаю, что "проще", а что "сложнее"? • Каким образом я различаю, что "легче", а что "тяжелее"? • Какие критерии я использую для того чтобы разделять на "легче", "проще" и на "сложно" и "тяжело"? • Почему я считаю что легко и просто – это хорошо? • Почему я считаю что тяжело и сложно – это плохо? • Почему я считаю что силы надо экономить? • Почему я считаю что у меня мало силы, способностей и возможностей? • Как мне получать удовольствие от использования своей силы? • Как мне получать удовольствие от активных действий? • Как мне быть уверенным в своих силах? • Что мне мешает быть уверенным в себе и своих силах? • Что или кто мне мешает получать удовольствие от демонстрации своей силы? • Какие напряжения в теле мне мешают чувствовать и использовать свою энергию, силу? • Как я блокирую в себе свою энергию? • Где я блокирую в себе свою энергию? • Почему я блокирую в себе свою энергию? • Как разблокировать свою энергию? • Как позволить себе использовать свою энергию? • Что или кто запрещает мне использовать свою энергию? • Кому и почему я отдал право на использование своей энергии? • Кто пытается заблокировать мою энергию? • Какие цели и выгоды я преследую блокируя свою энергию? • Почему я считаю что лучше не чувствовать? • Почему я считаю что лучше не переживать? • Почему я не чувствую что лучше не действовать, а ждать? • Почему я считаю что нельзя ошибаться? • Почему я считаю что нужно получать разрешения? • Почему я считаю что лучше быть ниже, скромнее, в "тени", осторожным? • Почему я считаю что легче не работать, чем работать? • Почему я принял решение что лучше и легче отстранится от ситуаций чем переживать эти ситуации? • На кого я надеюсь? • Почему я считаю что кто то другой должен за меня действовать и решать проблемы? • Почему я считаю что мне кто то и что то должен? • Почему я считаю что лучше и легче ждать от кого либо помощи, чем самому делать? • Как переходить от слов и размышлений к действию? • Что мне мешает переходить от слов и размышлений к действию? • Почему я считаю что все надо делать правильно? • Почему я считаю что нельзя ошибаться? • Как я различаю что правильно, а что неправильно? • Как я различаю что ошибочно, а что правильно? • Какими критериями и категориями я руководствуюсь когда принимаю решения? • На какие ценности и важности я опираюсь при принятии решений? • Как на мои решения влияют проекции родителей? • Почему я думаю о других людях когда принимаю решения? • От каких ресурсов и способностей я отказываюсь когда принимаю решения? • Чего я боюсь когда принимаю решения? • Чего я боюсь когда я хочу действовать? • Почему я боюсь когда принимаю решение действовать? • Как я подавляю в себе импульсы к действию? • Почему я подавляю в себе импульсы к действию? • Почему я принимаю решение бездействовать, ждать? • Как мои мышцы реагируют на сдерживание действия? • Как моя нервная система реагирует на сдерживание действия? • Куда уходит энергия которая была направлена действие, но не использовалась? • Как расходуется энергия действия во время бездействия? • Какие каналы существуют в настоящий момент в нашем теле через которые уходит наша энергия? • Какие терминалы используют нашу энергию? • Кому выгодно чтобы мы бездействовали в момент когда нужно действовать? • Кем и зачем созданы каналы утечки нашей энергии? • Какие мы приняли решения для того чтобы не действовать? • Почему мы считаем что можно одними размышлениями решить проблему? • Почему мы придали большую важность умственным размышлениям и меньшую важность реальным действиям? • Почему мы считаем что если мы найдем причины наших проблем то они должны решиться сами, без каких либо наших действий в реальности? • Почему мы считаем что если мы отстранимся от проблемы то она

должны исчезнуть? • Почему мы считаем что если мы порвем отношения , то таким образом сможем решить проблему? • Почему мы считаем что если мы не будем с чем либо контактировать, то сможем этим управлять? • Почему мы считаем что можно чем либо управлять когда мы не контактируем с этим? • Почему мы считаем что если мы не будем чему либо придавать важность, то это должно перестать нас парить, тревожить? • Почему мы считаем что если мы перестанем придавать важность чему –либо то это нам будет уже не нужно? • Как сделать так чтобы то что нам нужно, нас продолжало интересовать и при этом мы от этого не зависели? • Как перестать придавать вещам и явлениям важность в том для чего они не предназначены? • Как перестать приписывать вещам и предметам качества , которыми они на самом деле не обладают? • Как научиться видеть реальную суть вещей и явлений? • Почему мы хотим себя обманывать? • Почему мы считаем что искажая свой взгляд мы можем решать свои проблемы? • Каким образом мы заставляем себя верить в собственные иллюзии? • Как мы замешаем реальность иллюзиями? • Каким образом и почему мы стараемся иллюзиями подавить свои страхи? • Почему мы боимся встречаться со своими страхами? • Какие страхи нам мешают работать с своими страхами?

ПРАКТИКИ СИМОРОН ПО УПРАВЛЕНИЮ РЕАЛЬНОСТЬЮ

Рассмотрим оригинальную практику *Симорон*, которая успешно использует ресурсы социально-ролевых тренингов с целью гармонизации личности, устранения конфликта между "Я" и не-"Я" [Бурлан, 2006; Гурангов, 2000].

Отметим, что развитие социально-ролевого начала человека изначально обнаруживает состояние отсутствия ролевой дифференциации, когда первобытный человек (и ребенок) не может регулировать динамику социально-ролевых отношений и его ролевой статус полностью определяется императивами внешней среды. Здесь ролевая активность проявляется в виде мифо-символической (магической) активности, в русле которой внешняя среда сакрализуется, природа наделяется психическими свойствами, обобщается и воспринимается как единое чувственное целое. Л. Леви-Брюль в книге "*Первобытное мышление*", анализируя первобытные мифы, верования и обычаи, делает вывод о существенном отличии сознания первобытного и цивилизованного человека. Специфичность первобытного сознания характеризуется тем, что оно мистическое, или магическое, в нем нет различия между естественным и сверхприродным, сном и бодростью, частью и целым. По своей логикой оно нечувствительно к противоречиям и вместо направленности к установлению логических отношений между предметами подчиняется закону сопричастности или партиципации: призывает существование разных форм передачи свойств от одного предмета к другому путем столкновения, заражения, овладения и др. В таких условиях реализуется феномен взаимной трансформации, текучести социально-ролевых установок, когда человек может рассматриваться одновременно и человеческим существом, и животным, и духом.

На втором этапе развития социально-ролевой активности человек учится произвольным образом переходить от одной социальной роли к другой, что рано или поздно приводит человеческое существо к осознанию относительности своего ролевого статуса, когда обнаруживается перспектива преодолеть ролевую ограниченность и слиться с внешним миром, научившись быть всем, кем человек пожелает. Здесь человеческое "Я" сливается со Вселенной, а человек словно получает возможность управлять Вселенной на основе управления своим "Я".

Данное умение является не сверхестественно-мистическим, а, напротив, вполне научным, о чем можно узнать, анализируя *принцип антропологической причастности миру*, который указывает, что мир во многом есть таким, каким его конструирует человек, который с ним взаимодействует [Казначеев, Спирин, 1991].

Принцип единства "Я" и не-"Я" мы иллюстрировали отрывком из книги В. Пелевина "*Чингиз и пустота*".

Система "*Симорон*" призывает разрушить границы между "Я" и не-"Я". При этом перечисляются разные аспекты границ: пространственные границы – мои личные вещи, моя комната, мой дом, моя улица, моя страна, моя планета, моя солнечная система, моя галактика; часовые границы – мой рабочий день, мой месяц отдыха, мой учебный год, моя юность, моя зрелость, моя жизнь. Есть еще внутренние границы – мои планы, мои идеи, мои переживания, мои мечты, мои привычки, мои страхи, мои болезни, мое здоровье. Рассмотренные границы отличаются людей друг от друга. А где же сам человек, его "Я"? В мозге, в душе, в центре Вселенной, в физическом теле, внутри своего сознания? Любое слово выделяет, ограничивает какой-то объект. И если мы определяем что-либо, то тем самым проводим границу между этим объектом и тем, что этим объектом не является.

Человек здесь рассматривается творцом внешней и внутренней реальности, которая является лишь отражением его "Я". Решение конфликта между "Я" и не-"Я", достижение гармонии между ними здесь достигается с помощью определенных психологических техник [Гурангов, Долохов, 2000].

На начальной стадии овладения системой “Симорон” изучаются самые простые способы коррекции внешней среды как зеркала, которое преломляет “Я”. Если человек корректирует то, что находится вне его, то, понятно, он исправляет себя. Если он сталкивается с болезнью во внешней реальности, это должно пониматься и осознаваться как отражение того, что гнездится в самом человеке, потому что породить болезнь мог только сам человек через трансляцию ее на экран внешней реальности. Картины на этом экране для человека являются предупреждающими сигналами о том, что может с ним произойти через какое-то время. Наблюдая их, человек должен заблаговременно распознать, что его ожидает через определенный период. Видя болезнь вне себя, трансформируя ее в здоровье, человек профилактически работает над собой, корректирует и изменяет себя, устраняя возможность собственного заболевания.

Симоронист не занимается своей личностью, он занимается собой исключительно в своих проекциях, в отражении на внешнем экране, то есть во внешнем мире.

Сигналы могут быть и позитивными, что свидетельствует о том, что человек желает природе, что он гармоничен. Тогда – это сигналы поддержки. В этом случае, чтобы человек не делал, ему везет. Это состояние симоронисты называют “парением”. Если сигналы говорят о противоположном, то это сигнализирует о том, что человек себя закрыл, поставил *пробки личной заинтересованности*, и его задача заключается в том, чтобы вытянуть эти пробки, корректируя при этом внешнюю среду, когда изменение себя приводит к изменению внешней среды (ибо внутренне и внешнее в этой системе взаимосвязаны). *Высшее наслаждение для симорониста – это полное отсутствие себя и наблюдение за собой исключительно через внешние проявления.* Когда симоронист творит жизнь, у него не должно возникать никаких мыслей, эмоций или ощущений, потому что он понимает себя как сущность, которая расплывлена в пространстве и времени.

Следовательно, *симоронистские техники* призваны гармонизировать “Я” и не-“Я”, привести их к единству. Эти техники реализуют принципы управления реальностью, для чего симоронисты используют парадоксальные, “безумные” ритуальные техники [Гурангов, 2000]. В симоронской книге “*Фейерверк волшебства*” приводятся масса процедур, которые открывают каналы везения. Все эти парадоксальные и безумные процедуры имеют под собой солидную концептуальную основу – они работают, поскольку выражают собой нарушение жизненных шаблонов и выход из рутинного сомнамбулического существования на поле активных перспектив. Сама природа благоприятствует человеку, активно развивающемуся и разрывающему сеть шаблонов обыденной жизни.

Таким образом, система симорон заключает в себе в качестве существенного аспекта абсурдные ритуалы как способ изменения социального детерминизма. Абсурдные ритуалы при этом также служат концентрации нужного намерения и внимания. Данный феномен имеет место в магических процедурах, в которых используются определенные ритуалы, одна из функций которых – концентрация внимания и намерения.

Эффект управления реальностью, который здесь имеет место, можно обосновать с помощью таких научных фактов. Начиная с 1996 года, резко возросло использование в исследованиях физических устройств – генераторов случайных чисел (ГСЧ). Указанные приборы основаны на записи так называемого *фликер-шума* и компьютерной обработке его сигналов, автоматически отражающих случайный набор чисел в виде нуля и единицы в сериях по 200 бит в секунду и подсчета по специальной программе *вероятности появления этих чисел* и ее отклонения от средних значений при наличии внешних воздействий. Как известно в математике, появление таких чисел при непрерывной работе каждого ГСЧ является абсолютно случайным событием. Согласно международному проекту подобные генераторы были установлены в 60 странах мира, включая Россию, где они работают непрерывно все годы. Оказалось, что в дни, когда внимание мировой общественности привлечено к каким-либо важным событиям в жизни людей, например, к террористическому акту в Нью-Йорке 11 сентября 2001 года, смерти известных мировых личностей — принцессы Дианы, Матери Терезы, Папы Иоанна Павла II или к проведению (к результатам) общественно-значимых мероприятий в спорте, культуре (чемпионаты мира, знаменитые кинофестивали), все эти события находят отражение в работе ГСЧ.

Проявляется это в том, что точно в то же самое время, тот же день, час и минуты вероятность повторяемости одних и тех чисел среди всех ГСЧ резко и высоко (до 1%!) статистически достоверно возрастает. Это явление указывает на то, что имеется прямая связь в мировом масштабе между *Глобальным Сознанием* и эмоциональным состоянием людей, причастных к таким событиям, и работой электронных приборов типа ГСЧ. Как полагает физик М.В. Быстров, *фликер свидетельствует о глубокой гармонии, усложняющей от нашего рассудочного понимания. Естественно пришла вера в разумную организацию, установившую Творцом, которую можно понять только как результат творческого процесса.* Как пишет А.П. Дубров, механизм этих явлений и его причины пока неизвестны, но можно предполагать кумулятивное глобальное ментальное влияние огромных масс людей на работу ГСЧ на квантовом уровне и, следовательно, влияние на волновую функцию квантовых объектов и изменение энтропии самой системы. Следует особо отметить, что вообще использование ГСЧ имеет огромную статистику наблюдений, накопленную за более чем 40-летний период исследований в психофизике, а глобальное использование стало их естественным развитием [Дубров, 2006, с. 83-84, 179].

Парадоксальным образом вскрываются идеальные основания современного мира, когда сбывается загадочное предположение Пифагора, что мир произошел из чисел, о чем говорит и число логический имплицативный порядок квантовых систем: большинство фундаментальных открытий физики были сделаны "на кончике пера", когда математика мира, его математическое описание определяет сам мир. Когда А. Эйнштейн для решения проблемы движения искусственно ввел тензор энергии-импульса, то метафизика вернулась к пророчествам Пифагора, который описал связь между арифметикой и физикой, указав, что именно в числе обнаруживаются все фундаментальные мировые последовательности (начиная от предметов и явлений, и заканчивая мыслью), соединив разум и реальность, показав их изоморфность и тождественность, к чему пришел и А. Эйнштейн, когда объединил количество (число) и качество (фюзис), геометроматематику и движение (природу), когда Мировой разум Гегеля (Логос), прочертив 2-тыс. цикл развития, вернулся к своим фундаментальным основам [Окороков, 2007].

Рассмотрим техники системы **Симорон**.

1. Одна из техник называется принципом благодарения ситуации, когда человек открывается негативному аспекту внешней среды, то есть жизненному беспорядку, который здесь понимается как результат принятия на себя "цветов" объекта, раскрашивания себя под него, присоединение к нему, как к хозяину. Для спасения от неприятностей предлагается принципиально другой подход, когда недостатки не исправляются, не искореняются, а ищется и находится везде и во всем элемент здоровья, силы, радости, который и утверждается. Тогда зло, горе оставляет человека.

Приведем пример. У симоронистки Ани не складывались отношения с подчиненной. Аня ее отблагодарила (внутренне, применяя образную, метафорическую технику), и буквально на следующий день та нашла более высокооплачиваемую работу и уволилась. В выигрыше оказались обе.

2. Техника переименования (с поиском корней), работа с препятствиями.

Вместо того чтобы проламываться сквозь препятствия, борьбы с ними или отступления под их натиском, предлагается отблагодарить препятствия за предостережение от более серьезных неприятностей (что обнаруживает "эффект вихря"). При этом человек как бы освобождается от препятствий, прекращая бороться с обстоятельствами, которые породили эти препятствия, придерживаясь сентенции Сенеки, заметившего, что когда человек борется с препятствиями, он становится их рабом. В Индуизме мы встречаемся с нечто подобным: в Бхагават-Гите можно прочитать, что высшим уделом живущих является удел самозабвенного служения Божеству, а цель жизни человека – стать орудием божественной воли. В Даосизме мы встречаемся с божественным принципом недеяния, отрицающим манипуляторно-индивидуальную природу человека во имя спонтанно-интуитивного поведения (ср. с библейским поучением: "пусть твоя правая рука не знает, что делает левая") "истинно мудрого человека": "безмолвный, пребывает в недеянии, но всему причастен; невозмутимый, не управляет, а все содержит в порядке. То, что называю "недеянием", означает не опережать хода вещей; то, что называю "всему причастен", это следовать ходу вещей; то, что называю "все содержит в порядке", соблюдать взаимное соответствие вещей" [Литература древнего Востока., 1984, с. 228, 259–260].

В Буддизме целью человеческого существования является пробуждение своей высшей "божественной" природы, в рамках которой человек "совершает прыжок над бездной" и преодолевает противостояние Я и не-Я, (внутреннего и внешнего, субъекта и объекта), обнаруживая "дзен" – принцип интуитивно-просветленного поведения.

Для работы с вихревыми ситуациями в Симороне предлагается несколько методов. Один из них – переименование с поиском корня. Для этого необходимо найти корень вихря – тот момент, когда возникла проблема (сравните с психоаналитическим методом). Дальше возможны два варианта. Первый – найти благоприятный поступок относительно сигнализатора (то есть того, с чьей "помощью" возникла проблема). Второй – предпринять шаг назад, в предыдущий момент, когда все вокруг было безоблачным, и разыграть корневой вариант по новому сценарию.

Приведем примеры.

Одна серьезная проблема (хроническая мигрень) имела такой корень. Пятилетний Шурик гостил летом в деревне. Возвращаясь с речки, он подошел к компании деревенских мальчиков, скучающих на завалинке. Самому старшему из них пришла мысль подшутить над мальчиком. Он выхватил здоровенную полуживую щуку и, растопырив ей пасть, резко поднес к лицу Шурика. Рыбина шевелила жабрами и была хвостом. Что творилось с Шуриком, описать невозможно. Сбежались взрослые, и его с трудом удалось успокоить.

Надо переиграть корневой эпизод. Саша остановился на следующем варианте. Увидев, что мальчикам скучно, он подошел к ним и вытащил из кармана перочинный ножик. Глаза у пацанов загорелись, и предложение Шурика сыграть в "ножички" нашло всеобщую поддержку. Время пролетело незаметно, и когда он собрался уходить, старший из мальчиков предложил щуку в обмен на ножик. Шурик едва дотащил крупную рыбину до дома. Все! Не было никакого испуга, а Шурик получил новое имя: "Я тот, который предлагает мальчикам игру в ножички".

Я пришла домой 23 февраля, а мой сын сидел с друзьями и распивал вино. Это меня очень встревожило. Стала искать эпизод, когда я в первый раз испугалась пьяного человека. Вспомнила момент, когда мне было три года. Я помню все очень подробно. Мы ждем отца, сестра делает уроки, бабушка готовит. Отца все нет и нет. Бабушка говорит, что, наверное, он придет пьяный. И продолжает: “Вы вечно виснете на отце, нет, чтобы сказать ему: ах ты такой-сякой! Соседский мальчик сказал, и его отец две недели не пьет!”

Приходит отец, и мы ему говорим то, чему научила бабушка. Начался скандал. Отец замахнулся на маму, и она убежала. Затем он бросил в бабушку пальто, чтобы она замолчала. Сестра сказала ему что-то обидное и убежала, а я сижу на стуле. И хотя я очень любила папу, я ему сказала, что он – пьяная свинья. Он подошел ко мне и замахнулся.

Я мысленно переиграла ситуацию – уговорила бабушку испечь пироги, и мы встретили его с пирогами. Я стала повторять имя: “Я та, кто встречает папу с пирогами”.

Мой сын постепенно перестал встречаться с пьющими ребятами, а затем поступил в институт, и у него появились новые друзья.

Итак, диагностическое имя Вари: “Я та, кто встревожена выпивками сына”. Чтобы разрешить проблему с выпивками, Варе не обязательно переименовывать всех пьяных людей (сигнализаторов проблемы), в ее жизни, которые произвели на нее впечатление. Можно применить технику поиска корня – найти самого первого сигнализатора и протранслировать ему симоронское излучение. Если я сделаю это качественно, то он передаст по всей цепи сигналов: “Ребята! Это наш, пропустите его”.

С. К. Кинг в книге “*Городской шаман*” приводит несколько примеров применения похожей техники. Невероятный случай произошел с жительницей Калифорнии, которая сильно обожгла ногу о выхлопную трубу мотоцикла. Ожог долго не заживал. Она представила благополучный исход события (без касания выхлопной трубы), прокрутила его в воображении сорок раз и получила впечатляющий результат – тяжелая рана затянулась за три дня.

3. Якательный перевод

Эта техника предполагает очень простой и эффективный прием решения проблем, который заключается в том, что человек во время проблемного контакта с внешним миром учится в корне изменять свое отношение к нему с помощью того, что он видит в этом мире самого себя. Ниже описан диалог мужчины с женой, осуществленный в ключе якательного перевода.

- Я почему так поздно домой вернулся?
- А я что, с девками, что ли, гулял? Я делом занимался.
- Какие у меня могут быть дела после одиннадцати?
- А это уже не мое дело! Я ж себя не спрашивая, какие у меня дела после работы и чем я там занимаюсь со своими больными-сифилитиками.
- В следующий раз я приду домой и не найду себя дома.
- Может, я не буду себя пугать?
- Наплевать мне на себя!
- Это мне на себя наплевать! Я ухожу.
- Могу не приходиться.
- Вообще-то я виноват.
- Нет, это я виноват, дай я себя поцелую
- Я обязуюсь уделять себе больше внимания и проводить с собой больше времени.

ПРИНЦИПЫ ТРАНСЕРФИНГА

Этот и другие научные факты [Дубров, 2006, с. 83-84] говорят о том, что человеческое общество (как актуальное, так и виртуальное – в виде архетипов коллективного подсознания, по К. Юнгу) обнаруживает свой индивидуальный темпомир, который влияет на всех представителей этого общества через так называемые общественно-суггестивные нормы. “Сумасшедшие” ритуалы симоронистов направлены на освобождение человека от суггестивно-нормативной основы общественного существования. На это, собственно, направлена и известная в некоторых кругах исследователей концепция **трансферфинга – управление реальностью** [Зеланд, 2006; Собкович, 2007]. Рассмотрим ее главные аспекты – ключевые понятия и теоретические основы.

1. Реальность имеет бесконечное многообразие форм проявления. Многовариантность мира является его первейшим фундаментальным свойством. Любая модель представляет лишь отдельный аспект проявления реальности. Любая отрасль знания базируется на выбранном аспекте проявления реальности. Ваш выбор всегда реализуется. Что выбираете, то и получаете. Пространство вариантов – это поле информации о том, что было, есть и будет. Поле информации содержит потенциальные варианты любых событий. Вариант состоит из сценария и декораций.

Пространство можно разбить на секторы, в каждом из которых свой вариант. Чем больше расстояние между секторами, тем сильнее различия в вариантах. Секторы с примерно однородными параметрами выстраиваются в линии жизни. Материальная реализация движется в пространстве как сгусток плотности. Излучение мысленной энергии материализует потенциально возможный вариант. Каждый организм вносит свой вклад в формирование материальной реализации. Когда параметры излучения меняются, происходит переход на другую линию. Вы не можете изменить сценарий, но вы способны выбрать другой. Не нужно бороться за счастье – можно просто выбирать себе вариант по душе.

2. Реальность (пространственно-временной континуум) является своеобразным полем (пространством) потенциально возможных состояний, в дальнейшем – пространство вариантов. Пространство вариантов является своего рода матрицей, шаблоном, по которому происходит движение всей материи. В нем сохраняется информация о том, что и как должно происходить в вещественном мире. Число разных потенциальных возможностей бесконечно. Сектор является звеном пространства вариантов, где содержатся сценарий и декорации, то есть траектория и форма движения материи. Другими словами, сектор определяет, что в каждом отдельном случае должно происходить и как выглядеть. Информация находится в пространстве вариантов стационарно, в виде матрицы. Структура информации организована в связанных друг с другом цепочках. Причинно-следственные связи порождают ход вариантов (потоки событий).

3. В окружающем пространстве в неограниченном количестве также находится Свободная энергия Космоса. Все живые существа могут определенным образом утилизировать эту энергию.

4. Свободная энергия входит в тело человека в виде центральных потоков, формируется мыслями (намерением) и на выходе приобретает параметры, соответствующие этим мыслям модальности.

5. Вне наблюдателя говорить что-либо конкретное о Реальности не имеет смысла. Лишь сознание (любая, а не только человека) проводит определенную структуризацию в Реальности. Параметры этой структуризации полностью задаются свойствами воспринимающего сознания.

6. Траектория движения субъекта в пространстве вариантов воспринимается как линия жизни (одним из проявлений которой, есть ощущение времени). Судьба человека (линия жизни) является цепочкой секторов, приблизительно однородных по качеству. Теоретически не существует никаких ограничений относительно возможных поворотов судьбы человека, поскольку пространство вариантов бесконечно.

7. Можно предположить, что такое движение происходит по векторам наименьшего сопротивления (своего рода геодезическими линиями, которые являются линиями на поверхности, главные нормали всех точек которых совпадают с нормальными к поверхности; кратчайшей линией на поверхности между двумя точками будет часть геодезической линии, которая проходит через эти точки; в механике геодезическая линия играет важную роль – по ней двигается точка, которая должна оставаться на поверхности в том случае, когда на точку не действуют никакие внешние силы). Вполне вероятно, что в пространстве вариантов существуют многообразные аттракторы (цели), этим объясняется сходство человеческих судеб.

8. Мир представляет собой дуальное зеркало, по одну сторону которого находится материальная действительность, а по другую – метафизическое пространство вариантов. Человек осознает реальность так, как его научили это делать. Жизнь подобна бессознательному сновидению наяву, потому что человек не имеет точки опоры относительно реальности. Спуститесь в зрительный зал и наблюдайте. Действуйте отстраненно, сдавая себя в аренду и оставаясь наблюдателем. Снижение уровня важности, движение по течению вариантов и координация дают возможность двигаться влелепую в сновидении наяву. Жизнь каждого живого существа – это сновидение Бога. Цель жизни, а также само служение Богу заключается в сотворении – творении вместе с Ним. Процесс достижения цели является двигателем эволюции. Изменчивость видов в процессе эволюции формируется намерением. Бог творит реальность и управляет ею через намерение всего сущего. Каждому живому существу Бог предоставил свободу и власть формировать свою реальность в меру своей осознанности³⁸. Если вы изъясняете

³⁸ В Буддизме одной из целей человеческого бытия есть достижение человеком состояния *осознанности* – когда мы осознаем себя в любой ситуации (диссоциация в НЛП) и одновременно можем погрузиться в эту ситуацию (ассоциация). Осознавая себя и ситуацию мы как бы освобождаемся из уз обусловленного мира. Это достигается в основном при помощи ролевого ресурса нашего поведения – мы осознаем, что играем роли и не идентифицируем себя с ними. То есть, играя разные роли мы научаемся смотреть на себя и ситуацию со стороны (приобретая статус мудрого человека – мудрость может быть определена как эмпатическая способность стать на точку зрения другого человека), научаемся играть разные роли и идентифицировать себя с разными процессами и объектами, интегрируясь с внешним миром. Мы, таким образом, трансцендируем, преодолеваем себя, выходим собственные границы, утрачиваем чувство как собственной значимости, так и собственной незначительности. Показано, что с самого детства неуспех в чем-то приводит к формированию у ребенка комплекса неполноценности, который сопровождается различными зажимами (эффективный подход к преодолению зажимов в контексте ТОП – парадоксальная гимнастика Стрельниковой), страхами, неуверенностью, боязнью ошибиться. Комплекс неполноценности приводит к формированию защитной реакции – комплекса собственной значимости, исключительности (корень зла у Кастанеды), эскалации эгоцентризма и эгоизма. А это мешает формировать жизненный опыт (эгоистичные люди очень медленно развиваются). Именно тренинговая активность

намерение, считайте, что это намерение Бога. Как вы можете сомневаться в том, что оно будет исполнено? Не просить, не требовать и не добиваться, а создавать.

ПРИНЦИПАЛЬНЫЕ ВЫВОДЫ КАСАТЕЛЬНО ПОСТРОЕНИЯ СИСТЕМЫ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА В КОНТЕКСТЕ ЕГО СПОСОБНОСТЕЙ

Изложенное выше позволяет сформулировать некоторые *принципиальные выводы касательно построения системы развития человека в контексте его способностей*, выступающие психофизиологическими и ментальными деятельностными возможностями человека выполнять ту или иную работу наиболее эффективно и результативно.

Известно, что в процесс деятельности интегрирован целостный организм человека во всем его психосоматическом единстве, что предполагает включение в работу одной основной и множества второстепенных функциональных систем (П. К. Анохин), – по сути, всего человеческого организма.

Наиболее оптимальная концепция для описания процесса деятельности и развития человека – концепция функциональной асимметрии полушарий головного мозга человека и его организма. Данная концепция утверждает, что человек (как и Вселенная в целом) организован по принципу дихотомии состояний симметрии (единства подобия, целостности, контитуальности, полевые характеристики) и асимметрии (множественности, различия, дискретности, вещественные характеристики).

Цель эволюции человека и человечества – единство противоположностей ("Истина есть единство противоположностей" – С.Б.Церетели), что в специфическом виде предполагает единство правополушарных и левополушарных функций и выход в сферу их функциональной согласованности, синтеза, что дает новое системное качество, которое условно можно назвать "сверхсознанием" (П.В.Симонов).

Данное состояние означает слияние сознания и подсознания (подсознательного), сознательного и автоматического аспектов деятельности, когда всякая мысль должна вызывать соответствующие психосоматические (организменные) реакции, а каждая такая реакция должна, с другой стороны, быть осмысленна, осознанна: "там, где было Оно, должно стать Я" (З. Фрейд).

Это означает кристаллизацию процессов осознания (самосознания, осознанности), когда человек, с одной стороны, каждое свое действие осознает (попросту – рефлексировать это действие, смотрит на него со стороны, дистанцируется от него и от себя в процессе деятельности, жизненной активности), а с другой, – каждое действие может предваряться мысленным представлением этого действия. По сути, здесь имеет место процесс слияния действия и мысли (как это бывает у маленьких детей), слияние пространства и времени (как это бывает у представителей древних цивилизаций).

Процесс осознания вырывает человека из каузального плена актуальной данности и он дополняет свое настоящее, актуально-действительное существование – потенциально-возможным (в прошедшем и будущем, в воображаемом и мыслимом), виртуальным, воображаемым модусом бытия, когда актуальное и потенциальное не просто полагаются как параллельные, а мыслятся и воспроизводятся в одной бытийной плоскости. Границы человеческого бытия расширяются до бесконечности в пространстве и времени, а привычка соединять мысль и действие, сознание (сознательность) и психофизиологическое (эмоциональное, аффективно-перцептивное) состояние приводит к тому, что сама мысль о виртуальном делает это виртуальное действительным как в сфере человеческого организма (состояния аутогипноза, медитации, осознанного сновидения), так как во внешней среде (парапсихологические феномены).

Таким образом, человек возвращается к состоянию ребенка (у которого действие и мысль суть едины), но на более высоком уровне (витке) развития, следуя известной диалектической схеме развития: "всякое явление, развиваясь до конца, превращается в свою противоположность; но так как новое, противоположное первому явление также в свою очередь превращается в свою противоположность, то третья фаза развития имеет формальное сходство с первой" (Г. В. Плеханов).

Что же нужно делать человеку, чтобы достичь модуса сверхсознания?

Во-первых, практиковать тренинг, суть которого в том, что каждое действие он предваряет мыслью, предвосхищает его на уровне рефлексии. Таким образом, мыслительное, воображаемое действие вызывает идеомоторные реакции в человеческом организме, которые потом получают психофизиологическое подкрепление с помощью реального действия, что формирует соответствующие условный рефлекс и психологическую установку.

В дальнейшем мысль человека сможет материализовываться, по меньшей мере, на уровне его телесного бытия (в виде трансовых, так называемых измененных состояний), и по большей, – на уровне материального окружения, что может проявляться в виде паранормальных феноменов³⁹.

может научить нас играть роли (например, в рамках систем Норбекова, Симорон и др.). И именно осознание иллюзии социального мира, актуализирующегося на основе ролевой активности его членов, позволяет человеку вычленив подлинное, неролевое начало самого себя и мира, то есть достичь своего предназначения.

³⁹ "За три тысячи лет до нашей эры древние китайцы знали и использовали транс в различных формах. Они практиковали особый вид медицины, основанный на энергетических представлениях о человеке. Предполагалось, что Ци, первичная энергия, циркулирует во всем универсуме, а также внутри человеческого тела. Когда циркуляция происходит гармонично, человек здоров. Если же ее течение блокируется в одном из каналов тела – меридианах – возникают неполадки, которые могут привести к

Во-вторых, человек может использовать противоположную первой практику. Если в первом случае действие (и соответствующее психофизиологическое состояние) предварялось мыслью, то во втором – мысль следует за этим состоянием. То есть, человек концентрирует свое внимание (выступающее "строительными лесами" мысли) на своих телесных ощущениях, на своем теле. Этим достигается модус младенца, картография сенсорной системы которого ограничиваются телесными ощущениями. При рождении ребенок сначала слеп и глух, его сенсорность сконцентрирована на кинестетике – телесных ощущениях – состоянии, обнаруживающем его слияние с внешней средой, вернее, в этом состоянии практически не дифференцируется внутреннее и внешнее – как это было с ребенком в материнской утробе. Отмеченное состояние кинестетического единства с миром потом расщепляется на аудиальный и визуальный каналы и субмодальности – разворачивается процесс асимметрии "левого" и "правого" принципов организма.

Известно, что концентрация внимания человека на своих телесных ощущениях на фоне телесного расслабления активизирует альфа-ритмику мозга, характерную для состояния медитации, в котором полушария головного мозга функционально синхронизированы (достигают психофизического единства), а внутреннее и внешнее больше не дифференцируется.

Таким образом, фокусировка внимания на своих телесных ощущениях плюс рефлексия этого действия (наблюдение себя со стороны) есть активизация медитативного состояния (единства "правого" и "левого" аспектов, сознания и подсознания). Это цель развития человека и одновременно наиболее универсальная и совершенная деятельность, деятельность в чистом виде, деятельность ради самой деятельности, которая здесь отрешается от обычных атрибутов любой деятельности – программы, цели, инструментов, мотивационных механизмов, приближаясь к идеалу деятельности йога (стремящегося не получать плодов своей деятельности) и творческого человека, занимающегося "искусством ради искусства".

Как в первом, так и во втором случае – между психофизиологическим состоянием и мыслью устанавливаются (формируются) временные нервные связи, когда состояние человека начинает облачаться в одеяние мысли (то есть контролироваться), что активизирует медитативную, аутосуггестивную реакцию (слияние мысли и состояния), которая отличается от суггестии, гипноза тем, что здесь присутствует самоконтроль⁴⁰.

функциональным нарушениям органов и к болезни. Все искусство китайского врача заключалось в том, чтобы восстановить циркуляцию этого временно заблокированного потока энергии. Для этого, помимо других способов, он использовал и элементы особых состояний сознания. Так, в технике Ци-гун пациенту предлагалось делать медленные гимнастические движения. Перед тем, как выполнить эти движения, он должен был их визуализировать – мысль в этом случае предшествовала действию (До сих пор во многих эзотерических учениях основополагающий принцип звучит как "энергия следует за мыслью") [Ахмедов, Жидко, 2001]. Отметим, что соединение мысли и действия реализуется в виде тонкого непрерывного йоговского дыхания в техниках холотропного дыхания и риберсинга (перерождения), направленных на отработку родовых травм и прочистку организма от неотрагированностей. Как говорится в книге Б.Фрисселла *"В этой книге есть немного правды"*, "Когда вы приступаете к реберсинговому дыханию, т. е. начинаете собираться на вдохе, расслабляться на выдохе и дышать связно, "циклично", без пауз, вдох постепенно сливается с выдохом, как бы превращается в него, а выдох, в свою очередь, сливается с вдохом и сростается с ним. Продолжая такое дыхание, вы начинаете ощущать покалывание и вибрацию в различных частях своего тела (или во всем теле сразу). Помимо этого слой старой застоявшейся энергии начинает взмучиваться, переходя из состояния замкнутой подавленности в состояние активации... С медицинской точки зрения, это просто гипервентиляция, то есть избыточное дыхание; гипервентиляция считается нездоровым явлением. В своей книге *"Осознание дыхания"* Леонард составил перечень симптомов, сопутствующих синдрому гипервентиляции. Вот они: – Учащенное дыхание – Натужное, или тяжелое дыхание – Непроизвольное дыхание – Затрудненное дыхание, в т. ч. с астматическими приступами – Ощущения покалывания или вибрации в ладонях или ступнях – Одышка – Тетанус (медицинский термин, определяющий состояние временного паралича или судорог) – Ощущение чрезмерной легкости в голове или головокружение – Истерический плач – Необъяснимое ощущение страха или испуга – Помутнение сознания – Внетелесный опыт – Временное помешательство – Местные ощущения давления в различных частях тела – Сильные энергетические потоки – Скачкообразные изменения температуры тела – Избыточное потоотделение (или, наоборот, сильный озноб) – Нарушение координации – Боязнь закрытых пространств – Головная боль – Сыпь на коже – Ощущения оргазма во всем теле – Видения духовного или религиозного характера – Сильные телепатические ощущения – Тошнота – Сухость во рту – Звон или гудение в ушах – Воспоминания о рождении или состоянии, близкие к сновидению – Эйфория, состояние необъяснимого счастья и радости – Цветовые зрительные фантазии и чрезмерно красочное восприятие действительности – Спазматические сокращения мускулатуры (в том числе эпилептического типа) – Ощущения смерти и воскресения Гипервентиляция – это не болезнь. Это целительный процесс, обратный субвентиляции (недостаточной вентиляции) легких, с которой вы сталкивались всю свою жизнь. Это лечебный процесс, ликвидирующий тот ущерб, который был нанесен вашему механизму дыхания во время рождения... Одним из симптомов гипервентиляции, с которым сталкивается большинство людей, называется тетанусом. Он представляет собой кратковременное и произвольное сокращение (паралич) суставов, как правило, верхних конечностей и лицевой части черепа. Его можно рассматривать как своего рода попытку вашего тела продемонстрировать вам, насколько сильно вы "зажимали себя" в течение всей своей жизни".

⁴⁰ В этой связи можно говорить о связи идеомоторных процессов в организме человека с его реальными движениями, что позволило развить методику виртуальной подготовки спортсменов, которые достигали хороших результатов тогда, когда вместо физических упражнений тренировались, активно воображая себя, делающими эти упражнения. Вот выдержка из книги М. А. Дмитрука *"Вдохновение по заказу?"*, повествующая о том, как научить человека использовать идеомоторные механизмы в свое повседневной жизни: "Еще И. М. Сеченов в книге *"Рефлексы головного мозга"* писал, что "мысль – это заторможенное движение". Экспериментальное подтверждение этой идеи получил американский ученый Л. Макс: когда глухонемые показывали с помощью азбуки жестов и произносили а уме одни и те же слова, электромиограммы мускулов их рук получались очень похожими. Внутренний монолог сопровождался изменением электрических потенциалов мышц – как будто глухонемые выражали свои мысли в жестах.

Интересно, что В. В. Авдеев, известный практик в области парапсихологических феноменов, состояние суперактивации (называемое им состояние "имаго") достигает именно посредством концентрации своего внимания на своих телесных ощущениях, при этом следует достичь состояния некоторого дистанцирования от своего тела, на которое нужно научиться взирать как бы со стороны [Дмитрук, 1989, с. 6-7].

В целом, как свидетельствует проведенный анализ, достижение человеком состояния гармонии предполагает развитие установки на открытость, что предполагает формирование умений соединять противоположности, достигая функционального единства несоединимых поведенческих и мыслительных аспектов реальности.

ЦЕЛЬ КАК СТРУКТУРА ГАРМОНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Одним из наиболее важных приоритетов нашей цивилизации является успех, с достижением которого связываются практически все жизненные ценности современного человека, среди которых главнейшая – счастье. Быть счастливым – значит быть успешным, и наоборот, успешный человек счастлив, иначе зачем ему быть успешным?

Успех как таковой, как принципиально целеполагающая категория связывается с процессом эффективного достижения человеком *жизненных целей*.

В. Франкл в книге "*Человек в поисках смысла*" пишет о смысловом вакууме современной цивилизации, который является одной из самых серьезных проблем человека и общества. Смысл как *система целей человеческого существования* здесь понимается как *цель*, как "*мысль о цели*", пребывающей в будущем, то есть выступающей потенциальной категорией.

Цель при этом выступает основополагающим эволюционным фактором. Как пишет П. Таранов в книге "*Секреты поведения людей*", "Примитивна сиоинутность, ибо она безразлична к последствиям, но отвратительна и злонравна концепция отодвинутой перспективы. Когда во имя отдаленности презируется ближайшее". В этой связи интересен вывод о том, что эволюция живых существ шла по пути совершенствования прогностической способности интеллекта, что находит отражение в *мифе о Прометее*, который наделил разумом слепых, жалких людей, живших как муравьи в пещерах, научил их строить дома, корабли, заниматься ремеслами, носить одежду, считать и писать, различать времена года, приносить жертвы богам и гадать. Последнее – гадать – означает быть в состоянии предвидеть события, о чем говорит и само имя "*Прометей*", означающее "мыслящий прежде", "предвидящий". Как видим, именно функция предвидения является стержнем разума как способности расширять актуальное поле бытия человека, вырваться из плена "данности", "здесь и теперь", научиться отражать *потенциальное будущее* в контексте актуального настоящего, то есть быть верующим существом, воспринимающим "невидимое как видимое". Тут вера смыкается со знанием, ибо "вера же есть осуществление ожидаемого и уверенность в будущем" (*Евр. 11, 1*).

Здесь можно привести и историю просветления Гаутамы Будды, который вступил на путь духовного развития после открытия в молодом возрасте истины о четырех камнях преткновения человеческой жизни – старости, болезнях, страдании и смерти, ожидающих каждого из людей в отдаленном будущем. Такое знание о событиях, которые произойдут с каждым из молодых людей через много лет, заставило Будду, воспринимавшего потенциальное будущее (будущие страдания) как

А может ли обычный человек играть биотоками, не двигаясь? В лаборатории Ратова поставили такой эксперимент: испытуемый мысленно водил лучом по экрану и электрические потенциалы мышц руки действительно изменялись. В результате светящаяся точка перемещалась как бы усилием воли, вырисовывая фигуры различной сложности.

Мало того, исследователи научили техническое устройство преобразовывать биотоки мышц в звуки... Эксперименты показали: человеку мешает сосредоточиться только напряжение крупных мышц, выполняющих тяжелую работу. Но если одновременно с ними включаются мелкие мышцы лица, гортани, кистей рук, то мышление не угнетается – наоборот, оно активизируется.

Выходит, сопровождая свою речь мимикой и жестами, человек Помогает себе думать? Да, ученые пришли именно к такому выводу. – Мне могут возразить, что гримасы и кривляния обезьян бывают очень живописными, однако животные не блещут ораторскими талантами,— говорит Игорь Павлович. – Но дело в том, что активизировать свое мышление с помощью мимики и жестов может только человек. В двигательном центре головного мозга наибольшим количеством нервных клеток представлены пальцы рук, рот, губы и гортань, то есть те органы, благодаря которым наши предки стали людьми. И наоборот, наименьшее представительство у самых крупных мышц конечностей и корпуса.

Такое соотношение наглядно изобразил на картинке канадский нейрофизиолог У. Генфильд: его "гомункулус" имел огромное лицо и кисти рук, но крохотные ножки и туловище... Это и навело нас на мысль, что мимика и жесты активизируют работу головного мозга.

Эксперименты подтвердили догадку. Исследователи установили, что при напряжении одной мышцы ее электрическая активность возрастает, а других – падает. Но среди них существует своеобразная иерархия: гораздо быстрее активизируются мелкие мышцы, ведь в головном мозге у них есть мощное "лобби". А если они включаются одновременно с крупными, то возникает парадоксальная ситуация: "гномы" обезоруживают "великанов", отнимая у них энергию. Вот почему атлету бывает очень трудно толкнуть штангу или метнуть копье, если в момент наивысшего напряжения его лицо искажается гримасой. Но, с другой стороны, именно активность мелких мышц позволяет снять напряжение с конечностей и туловища и тем самым освободить энергию для умственной работы... [Дмитрук, 1989, с. 38-39].

актуальное настоящее, вступить на тернистый путь просветления, результатом которого было сознание мировой религии.

С кристаллизацией образа будущего связан и *краеугольный механизм успешного управления*, поскольку для того, чтобы ставить управленческие задачи, нужно иметь образ будущего, который, в свою очередь, невозможен без адекватной картины мира.

Известно, что в нашем обществе менее трех процентов людей достигают во много раз большего, чем все другие вместе взятые. И одно из основных качеств, которое отличает этих успешных личностей от общей массы людей, – наличие ясных целей и умение жить, планируя свою жизнь. Наглядно это показал эксперимент, начатый в 1953 году в Гарвардском университете (США). Ко всем выпускникам обратились с вопросом о том, есть ли у них цель в жизни и присущее им стремление достичь этой цели. Оказалось, что меньше трех процентов студентов ставят перед собой конкретные цели и имеют хоть какое-то представление о том, чего они хотят от жизни. В течение следующих 25 лет, наблюдая за их успехами, было обнаружено, что эти выпускники достигли значительно большего, чем остальные во всех сферах жизни.

Здесь важными являются результаты "*зефирного теста*", который иллюстрирует возможность человека (ребенка) мотивировать свою жизнедеятельность идеальным (виртуальным) фактором цели, которая находится в будущем. Рассмотрим данный тест, который впервые провел Уолтер Мишель в конце 1960-х в Колумбийском университете и который стал краеугольным камнем психологии развития.

Дети из стэнфордского детского сада *Bing* в возрасте от четырех до шести лет были помещены в комнату, в которой были только стол и стул. На стол клалось одно лакомство по выбору ребенка. Каждому участнику было сказано, что, если он сможет выдержать 15 минут, не съев лакомство, он получит еще одно. Затем его оставляли одного в комнате наедине с лакомством.

Последующие исследования этих людей во взрослом возрасте показали связь между способностью ждать столько, сколько необходимо для получения второго лакомства, и разными формами жизненного успеха, например более высокими результатами выпускных экзаменов. А проведенная профессором Корнелльского университета Б.Кейси в 2011 году функциональная МРТ головного мозга 59 участников эксперимента (которым сейчас за сорок) показала более высокую активность прифронтальной коры у тех участников, которые откладывали удовольствие ради большей награды в будущем. Это открытие кажется особенно важным, поскольку исследования последних двух десятилетий демонстрируют, что прифронтальная кора играет критическую роль в сфере внимания и управления эмоциями.

А.Р. Лурия отмечал дефицит прифронтальных зон у закоренелых рецидивистов; это, по-видимому, связано с тем, что у последних слабо развиты механизмы аналитического прогноза и предвидения будущего, а это, в свою очередь, приводит к тому, что такие люди, для которых будущее не является актуальным фактором их поведения (как это имеет место также и у дикарей и детей) склонны к рискованным авантюрам, пускаются во все тяжкие, не боясь (не прогнозируя) последствий своих зачастую преступных действий.

Отметим, что взрослый человек также подвергается испытаниям по принципу "зефирного теста", поскольку его сиюминутно искушают многочисленными предметами мира тотального потребления.

Реализацию *смысла как цели* можно проиллюстрировать наблюдениями В. Франкла, которой провел несколько лет в концентрационном лагере. В. Франкл пишет, что узник концлагеря попадает в своеобразный безвременный ад, поскольку пребывает в атмосфере "конца неопределенности" и "неопределенности конца", поскольку "никто из заключенных не мог знать, как долго ему придется там находиться. Насколько завидным казалось нам положение преступника, который точно знает, что ему предстоит отсидеть свои десять лет, который всегда может сосчитать, сколько дней еще осталось до срока его освобождения... счастливчик!" Это было одним из наиболее тягостных психологически обстоятельств жизни в лагере [Франкл, 1990, с. 139-142].

Освободиться из адского плена безвременья концлагеря можно при помощи механизма целеобразования, о чем свидетельствует жизнь Г.С. Альтшуллера, прошедшего несколько лет в сталинских концлагерях:

"Попав в лагерь, Г.С. Альтшуллер быстро сориентировался, что, если работать так, как требовали от заключенных надзиратели, долго не протянешь. Несмотря на то, что выходящим на работы полагался значительно больший паек, чем тем, кто на работы выйти уже был не в состоянии, – условия и нагрузка были таковы, что этого пайка никак не могло хватить для восстановления сил. "Губит большая пайка", – понял Генрих Саулович и добровольно отказался от нее, перестав выходить на работы и перейдя в разряд "доходяг" – умирающих людей, на которых все махнули рукой. Таковых в бараке было много. Каждый день умирали люди. В числе "доходяг" оказалось много представителей технической интеллигенции: специалисты по разным отраслям техники, профессора и доценты технических вузов. Все это были люди пожилого возраста, очень ослабленные и находящиеся в стадии медленного умирания. И тогда Генрих Саулович открыл в бараке "университет одного студента". Каждый день, по определенному расписанию, он слушал лекции кого-либо из своих товарищей по несчастью. Люди ожили. У них появилась цель: передать свои знания молодому человеку. И люди в бараке перестали умирать!"

(<http://www.percudrumma.com/tvorchestvo/teoriya-resheniya-izobretatelskih-zadach-teoriya-razvitiya-tvorcheskoy-lichnosti-altshuller-ili-chto-takoe-triz-ariz-tril.html>).

Самого В. Франкла, по его воспоминаниям, спасли от смерти мечты о счастливом будущем: он представлял себя в светлой аудитории читающим лекции студентам о психологических особенностях пребывания человека в концлагере.

Еще один аспект достижения успеха в концентрационном лагере связан с действием механизма воли, о чем пишет прошедший несколько лет в фашистских концлагерях Б. Беттельгейм в книге *"Просветленное сердце"*. Он изучил условия лагерной среды, где происходит быстрая деградация личности: коллективная ответственность за проступки; уничтожение тех, кто как-то выделялся из толпы, что заставляло заключенных сливаться с общей массой; и, что самое главное, – лишение узников самостоятельности, когда каждый самостоятельно шаг наказывался; регламентация до мельчайших деталей лагерной жизни. Автором книги был найден метод избегания коррозии личности – создание сферы автономного поведения, в которой можно самостоятельно совершать поступки и нести за них личную ответственность. Для этого нужно было делать то небольшое, что в лагере не запрещалось (но и не заставлялось делать), например, чистить зубы [Bettelheim, 1984].

Э. Берн в книге *"Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры"* пишет, что структура детства выступает сценарием дальнейшей жизни человека [Берн, 1988 с. 192-206]. "Результаты исследования мозга показывают, что человек – это единственное живое существо, обладающее свободой изменять, упражняясь и учась, функции своего мозга, вплоть до глубокой старости. С другой стороны, результаты исследования межличностных связей свидетельствуют, что свобода и автономия личности не могут раскрыться в пожилом возрасте, если у человека в первые годы жизни не было возможности выстроить максимально крепкую связь с кем-то из близких" [Патцлафф, Кальдер, 2008, с. 11].

Таким образом, детство, особенно раннее, выступает мощным плацдармом для дальнейшего развития человека. При этом детство как бы погружено в состояние радости, которая оказывается фундаментальным процессом становления человеческого "Я".

Здесь уместно сослаться на *"Школу радости и успеха"* А.С. Белкина, которая устремляет деятельность педагога на активизацию у учеников состояния эмоциональной радости и базируется на принципе *"завтрашней радости"* А.С. Макаренко, на *"Школе радости"* В.А. Сухомлинского, когда весь педагогический процесс направлен на то, чтобы вызывать у детей чувство радости через успех в учебной деятельности. Как пишет А.С. Белкин, успеваемость в школьной учебе (независимо от учебной дисциплины и типа учебы), переживание успеха в учебной и игровой деятельности определяют последующую жизненную траекторию человека, его социальный статус и общую успеваемость в будущей взрослой жизни [Белкин, 1991].

Таким образом, успешность ребенка хотя бы в одной сфере деятельности приводит к формированию психологической установки на успеваемость и радость, которые благодаря синергетическому эффекту направляют любую деятельность ребенка на достижение успеха. И наоборот, если ребенок не познал успех и радость в семье, во время пребывания в детском садике, в школе, то в последующей жизни для него будет весьма проблематичным достичь успеха.

При этом важно отметить, что **укоренение ребенка в одной форме успеха** может привести к деструктивной привязке к такому специфическому успеху. Для иллюстрации данного вывода приведем пример, взятый из жизни видного персонолога Украины В.В. Рыбалки, который был свидетелем трагического случая в бытность учебы на психологическом факультете МГУ. Среди студентов-психологов популярностью пользовалась девушка-отличница, звезда факультета, которая покончила жизнь самоубийством, поскольку не понимала содержания лекций нового преподавателя высшей математики. Очевидно, эта девушка с детства была успешной только в учебной деятельности, которая превратилась для нее в высшую жизненную ценность.

В этой связи особо важным является синергетический принцип "талант – это сумма талантов и способностей", поскольку основой для всех специальных способностей являются общие способности ("генеральный фактор интеллекта", "базальный фактор одаренности") [Чудновский, 1990]. При этом задание по развитию у человека отдельного качества должно быть одновременно и заданием развития "побочных" качеств и способностей, когда для того, чтобы воспитать специалиста, нужно, следовательно, кроме беспокойства о специализации, развивать "человека вообще", человека в целом.

Это отвечает синергетическому принципу сверхаддитивности (обнаруживающему системные свойства целого), реализацию которого можно иллюстрировать практикой *Вальдорфской школы*, где ребенок с первого класса включается параллельно с изучением точных дисциплин в занятия художественно-эстетического цикла (музыка, живопись, скульптура, архитектура, театр). Особенно интересным здесь является использование эвритмии – особого вида искусства как синтеза мысли и слова, цвета, музыки, движений [Ионова, 1997].

Успех напрямую связан с творческой активностью: **Р. А. Роу исследуя биографии великих творцов, нашел единственное общее в их биографиях – приобщение к радости творческого открытия в подростковом возрасте.**

При этом успех отрицает эгоцентризм, поскольку именно неуспеваемость имеет тенденцию вызывать защитную реакцию – повышенную самооценку [Развитие личности ребенка, 1987, с. 177],

выступающую, в известном смысле, функцией эгоцентрической позицией человека и вызывающую агрессивные отношения человека к внешней среде.

Было также доказано, что защитой от беспомощности в учебе является опыт побед, то есть опыт психологических состояний и поведения в случаях, когда удается контролировать ситуацию [Педагогическая психология, 2010, с. 40]. Успешность, с другой стороны, отрицает эгоцентризм (и эгоизм), поскольку именно неуспешность имеет тенденцию вызывать защитную реакцию – повышенную самооценку, являющуюся функцией эгоцентрической позиции человека [Спиваковская, 1988, с. 96-97].

Кроме того, неуспеваемость (как комплекс неполноценности) через защитную психологическую реакцию может формировать комплекс превосходства над другими людьми, что активизирует агрессию не только на уровне отдельных индивидов, но и целых народов (после поражения в Первой мировой войне Германия была поставлена на колени и спустя некоторое время развила воинственный дух арийского превосходства над другими народами, что привело к одной из наиболее жестоких войн в истории человечества).

Ученые еще в 70-ые годы XX века доказали, что деструктивное поведение школьников прямо связано со школьной неуспеваемостью и неуспешностью, а А. Маслоу показал, что поведение и общение зависят от уровня успеваемости ученика в учебе. При этом успех в учебе ведет к укреплению самостоятельности, самоуважения, улучшению взаимоотношений с окружающими, изменению самочувствия ученика [Маслоу, 1982, 1997, 2007].

В настоящее время этот тезис может показаться парадоксальным, поскольку успех в современном обществе, все более погружающемся в бездну аморальности, начинает определяться иными критериями.

Такая неспособность ученика обнаружить свои способности перед классом может привести к наказанию плохой оценкой и моральному осуждению, что демобилизует ученика, подрывая веру в свои возможности, как следствие, снижается его поисковая активность. Это, в свою очередь, предопределяет появление новых неудач и формирования замкнутого круга неуспеваемости и беспомощности. Г. Селигман в концепции "*наученной беспомощности*" доказал, что люди, перед которыми ставились задания, не имеющие решения, оказывались неспособными в дальнейшем выполнить легкие задания, которые имели решение.

Приведем пример. Директор одной школы в детстве пережил стрессорную ситуацию. Дело в том, что к восьмому классу он учился хорошо, а затем по причине новых увлечений отстал по математике. Из-за этого на очередной контрольной работе он неправильно решил задачу, за что и получил двойку, хотя другим ученикам за такую же ошибку учительница поставила тройки. Возникла обида на несправедливость, которая привела к полному отворачиванию от предмета. Это чувство подогрелось реакцией учительницы, которая постоянно его упрекала: "Я считала, что ты способен, а ты...". Это привело к ухудшению положения дел по математике, и, как следствие, неуспеваемость и неуспешность захватила парня настолько, что из 9-го класса этой школы ученик должен был пойти и начал работать, учась в вечерней школе. К математике он относился с боязнью, но учительница вечерней школы однажды сказала: "Ты же способный! Вот тебе задачи для высшей школы. Я уверена – справишься!" И ученик справился, поверил в себя и учителей, и как результат – поступление в педагогический институт, окончание его с отличием и последующая работа директором в той же школе, откуда пришлось уйти из-за комплекса неуспеваемости. В процессе педагогической деятельности этого директора сформировалось стойкое убеждение в том, что если мы не желаем "сломать" ребенка в период формирования его личности, имеем целью помочь ему в развитии, то ни в коем случае нельзя лишать ребенка ощущения завтрашней радости, веры в свои возможности, надежду на позитивные перспективы в будущем [Белкин, 1991, с. 197-198].

Как писал А. Адлер, *черты нелюбимых детей в наиболее развитой форме можно наблюдать, изучая биографии всех наиболее выдающихся врагов человечества*. Здесь сразу бросается в глаза то, что когда они были детьми, с ними плохо обращались взрослые, потому они и развили в себе жестокость характера, зависть, ненависть, они не могут перенести того, что другие счастливы (1956 г.). Кроме того, ученый писал, что нет ни одной когда-либо совершенной жестокости, которая не основывалась бы на скрытом бессилии и неспособности, при этом по-настоящему сильный человек не способен на жестокое отношение к окружающему (1964 г.).

То есть, неразрешимый характер внутреннего противоречия между требованиями родителей и в целом внешней среды, невозможность им отвечать обнаруживает источник постоянной аффективной напряженности, которая во многих случаях приводит к компенсаторной гипертрофии собственного "Я" и развитию эгоцентризма, болезненного самолюбия и неадекватного чувства собственного достоинства [Глассер, 1991; Захаров, 1988]. Эгоцентризм в данном случае выполняет защитную функцию в конфликте между "Я" и "не-Я", приводя к "закрытию", изоляции "Я", к искажению механизмов оценки действительности, способствуя развитию агрессивного отношения к действительности.

Утверждение о том, что успех можно "наколдовать" находит отражение в древних и современных технологиях достижения успеха как благодаря визуализации его результатов, так и отрешения от этих результатов. Для иллюстрации последней стратегии достижения успеха приведем слова С.Н. Лазарева, взятые из "*Диагностики Кармы*" (Книга 7, Преодоление чувственного счастья):

"Мысли опять вернулись к механизму старения. Чтобы бороться со старостью, надо начинать не с бессмертия, нужно сначала проанализировать, почему одни стареют быстрее, а другие медленнее. Я как-то промоделировал себя, что станет с моей душой, если я перестану стареть. Уже вначале в 15 раз выше смертельного уровня подскочит концентрация на желаниях и в 31 раз на жизни и ее сохранении. То есть даже не вечная, а продолжительная молодость начнет убивать мою душу. Значит, омоложение для меня невероятно опасно.

Как-то меня заинтересовала загадка казино. Почему я все-таки не выигрываю? А потом я задал себе вопрос, а что будет со мной, если я выиграю крупную сумму.

И, когда промоделировал результат, я понял и порадовался тому, что не выигрываю. Мне работник казино сказал следующее: "Самые опасные для нас клиенты это или богатые пенсионеры, или люди скучающие, которым плевать на выигрыш. У них нет желания выиграть. И к выигрышу они относятся спокойно, без особой радости. Поэтому именно они и потрошат наше заведение."

Так что получается, думал я. Для того чтобы долго жить и не стареть, нужно наплевать на жизнь и стать равнодушным к ней, а зачем же такая жизнь нужна?

В принципе именно этим путем шли аскеты в Индии.

Отрешались от всех радостей и желаний. Глуша в себе все проявления жизненности, они намного удлиняли срок своей жизни".

ЗДОРОВЬЕ И УСПЕХ В КОНТЕКСТЕ ПРИНЦИПОВ УПРАВЛЕНИЯ

Успех реализуется в контексте человеческой энергии, которая, подобно массе, искривляющей пространство, искривляет пространство событий: чем большим энергетическим потенциалом владеет человек – тем больше у него возможности влиять на космосоциоприродную реальность.

Энергия человека во многом зависит от его сознания, а ведущая причина потери энергии – стрессы, реакция на которые реализуется в русле человеческого сознания.

Главная мысль настоящего исследования состоит в том, **что успех достигается на путях достижения свободы (в том числе от космосоциоприродной реальности). Свобода наиболее полно анализируется в контексте теории управляемого хаоса.**

Теория управляемого хаоса эксплуатирует синергетический феномен критических состояний, обнаруживающихся в момент перехода системы через бифуркационно-хаотичные переходные фазы в процессе своего развития, что приводит к качественному изменению системы.

На общенаучном и философском уровне критические явления фазовых переходов фиксируются в виде парадоксальных фазово-пороговых граничных феноменов, считающихся самым загадочным объектом научного исследования, поскольку в критической точке изменения системы (в структуре синусоиды, отражающей любое развитие и движение, этой критической точкой выступают нули функции) в результате развития старой системы уже нет, а новой – еще.

В критических фазовых состояниях любая система (как живая, так и косная) открыта внешним воздействиям, причем воздействиям сверхмалым, информационным. Данное обстоятельство используется с целью управления социальными процессами, что может приобретать негативный аксиологический вектор развития общества в случае, если переходные хаотические состояния специально создаются в социальных системах, что приводит к трагическим процессам их разрушения в процессе конфликтов и войн.

Данное обстоятельство обнаруживает наличие "темных сил" во Вселенной в целом и в человеческой цивилизации в частности. Сущность "темных сил" проистекает из того, что в зонах хаоса, **свободных от детерминизма мира**, живые системы способны обрести **свободу и самосознание**, выступающих как целью развития человека, так и целью акта творения человека Богом "по Своему образу и подобию".

Обретение свободы и самосознания в зоне хаоса выступает низшим тварным уровнем развития живых систем, который имеет принципиально "греховную природу" в силу энтропийной (энергонедостаточной) тенденции живых систем к разрушению среды своего существования, что актуализирует принцип "мирового зла".

Неэнтропийный (энергоизбыточный) же механизм обретения свободы и самосознания реализуется на высшем уровне развития живых систем – в сфере Божественной реальности, достигаемой как в процессе трансценденции, выхода за пределы Вселенной, так и в актах творчества – соединения противоположных бытийных аспектов, благодаря чему эмерджентным образом создается принципиально новые энергоинформационные сущности.

Развитие человека и человечества идет, таким образом, в направлении преодоления ими своей тварной природы и идентификации с Абсолютом, что приводит к нивелированию "мирового зла" и утверждению "светлых сил".

Можно говорить **о трех уровнях развития свободы и самосознания.**

Первый – хаотичный, которому преданы все существа (предметы) Вселенной, постоянно пересекающие переходные (критические, граничные, нейтральные, нулевые, промежуточные) этапы в

своём развитии. Многие люди находятся преимущественно на этом уровне самосознания, которое извлекается ими посредством пребывания в переходных фазах, достигаемых при помощи процедур жизнедеятельности, имеющей как нормальную, так и наркотическую природу (наркотики – одно из средств достижения нулевых состояний – так называемых "измененных состояний сознания"). Однако наркотические процедуры, в отличие от "нормальной" жизнедеятельности, чреватые летальным истощением психофизиологических ресурсов человеческого организма, ибо длительное использование практик наркотического транса в конечном итоге приводит к смерти наркомана, который, таким образом, обретает свободу и самосознание, уничтожая самого себя.

Представители же "темных сил" уничтожают других, создавая зоны хаоса во внешней среде (в том числе и в среде наркоманов) и добывая для себя посредством этого свободу и самосознание. Для того, чтобы постоянно иметь в наличии ресурс хаоса, "темные" научились восстанавливать хаос, постоянно "оживляя" подвергающиеся хаотизации существа, которые, как видим, выступают "дойными коровами" (донорами) для "темных" (вампиров). Процесс "оживления" осуществляется при помощи энергии, извлекаемой из разрушения других существ, стоящих на низших ступенях социокосмоприродной иерархии. Отсюда проистекает иерархическая структура мира "темных сил" (наиболее полно такой мир представлен в теософской и масонских доктринах), во главе которых стоит *Архитектор Вселенной* (Люцифер, верховный демиург). Такое устройство мира в своем основании имеет "ад" – среду, в которой генерируются огромные массивы энергии для восстановления существ – "дойных коров", находящихся на более высоких, чем узники "ада", социокосмоприродных уровнях.

Процесс "оживления" может осуществляться и светлыми силами за счет созидания ими энергии на основе механизма Бога-Сына благодаря соединению противоположностей (в акте дипластии, творчества, в котором создается нечто принципиально новое), что создает вакуумно-фотонную реальность (эфир древних) – средство творения Богом-Отцом мира посредством расщепления этой вакуумно-фотонной реальности. Как видим, светлый сценарий оживления (восстановления хаоса), в отличие от рассмотренной выше вампирической модели "оживления", неизменно требует привлечения двух других ипостасей Троицы, что и составляет полноту сил света.

Второй уровень свободы и самосознания связан, как видим, с процедурой соединения противоположностей, который можно назвать творческим диалектическим мышлением (и одновременно актом творчества), благодаря которому генерируется *Ничто* (что делает мышление идеальным процессом). И генерация эта осуществляется представителями светлых сил "из-себя", и одновременно как соборный акт, отвечая принципам любви и жертвенности: "Если двое или трое соберутся во имя Мое, Я среди них" (*Мф. 18:20*), что реализует парадоксальный сверхаддитивный принцип целого как системные эффект целого, когда целое больше суммы его частей.

Третий уровень свободы и самосознания реализуется в процессе трансценденции человека – выхода за пределы бытия в сферу Бога-Отца, Который творит миры посредством расщепления *Ничто*.

ТРАВМА КАК ПОГРАНИЧНАЯ СИТУАЦИЯ

Пестов Максим Геннадьевич

врач-психотерапевт, психиатр-нарколог, системный
семейный терапевт, гештальт-терапевт, Редакция «Психологической газеты» 11.07.2017

Для того, чтобы говорить о травме, начнем издалека – с вопроса о том, как формируется психика. В начале своей карьеры как человеческого существа ребёнок вообще не обладает психикой, место которой занимают аффекты и телесный дискомфорт как главный побудительный мотив. Эту стадию развития можно назвать шизоидной, потому что на этом этапе отсутствуют отношения с объектом, которого попросту нет. Психическое пространство ребёнка затоплено недифференцированными ощущениями, которым опекающее лицо придает форму и тем самым упорядочивает хаотическое возбуждение. Это состояние должно быть очень пугающим и именно поэтому главная задача этого периода заключается в приобретении ощущения безопасности. Здесь большее значение имеет не отношение с чем-либо, но переживание успокоения и оно, напоминая, пока еще безобъектно.

Объект приобретается на следующей стадии развития, или личностной организации, однако отношения с ним характеризуются размытыми границами между субъектом и объектом и жесткими границами внутри психического пространства субъекта. Размытые границы обозначают состояние крайней зависимости, когда эмоциональное состояние одного участника взаимодействия неизбежно определяется состоянием другого. Словно бы другая реакция, помимо отреагирования, невозможна и орган контроля за психическим состоянием находится снаружи. Для того, чтобы противостоять этой проницаемости внешних границ, психика формирует особую защиту, которая называется расщепление. Суть ее заключается в том, что если я не могу регулировать изменение своего состояния под внешним воздействием, тогда внутри я научусь отключать ту часть психики, которая оказалась измененной.

Другими словами, если в отношениях с объектом я ощущаю себя слабым и беспомощным и ничего не могу поделать на границе контакта, тогда я могу поместить эту невозможную границу вовнутрь и перестать ощущать себя слабым и беспомощным. Метафорически выражаясь, принять таблетку от головной боли, вместо того, чтобы лечить вызвавшую ее простуду. Оставаясь беззащитным перед лицом внешнего агрессора, субъект обучается быть чрезвычайно агрессивным по отношению к себе. А точнее, к некоторым психическим состояниям. Пограничное внутриличностное расщепление, таким образом, оказывается результатом предшествующего и непроработанного межличностного слияния. Здесь уже прослеживается механизм, который будет использоваться в зрелом возрасте – сепарационную травму можно не переживать, но справиться с ней благодаря действию примитивных защитных механизмов.

Следующий этап развития подразумевает наличие между субъектом и объектом символической прослойки, которая локализует отношения в промежуточном пространстве, на границе, а не внутри психики. Она позволяет строить отношения с целостным объектом, а не с его отдельной аффективной частью и поэтому предполагает наличие целостного, не разделенного на части субъекта. Она позволяет сохранять автономию и манипулировать символами, а не объектами, как это было на предыдущей стадии. Это является одним из главных приобретений невротического уровня – Я всегда больше, чем его аффект. Среда перестает действовать на невротика напрямую, она опосредуется значениями и смыслами, которыми можно управлять. Символическая прослойка является той буферной зоной, которая может всячески меняться и деформироваться без угрозы целостности объекта. “За моей спиной обо мне можно говорить и меня можно даже бить” – относится к невротическому уровню, на котором обитает Большая часть живых существ. Разумеется, невротическая организация предполагает возможность обратимых пограничных и даже шизоидных реакций.

Как обычно регулируется *протекание психической жизни*? Тревога, с которой сталкивается субъект, может быть переработана либо через изменение поведения, когда психическое возбуждение получает больше поддержки за счет расширения зоны осознания, либо с помощью психических защит, которые зону осознания сужают и тем самым подавляют тревогу. На невротическом уровне развития психические защиты реализуются через смысловую, то есть символическую сферу. Например, мы вытесняем то, что оказывается неприемлемым или объясняем то, что не имеет объяснения. Если высшие психические защиты невротического регистра не справляются, тогда им на помощь приходят защиты более грубого порядка, которые имеют дело с несимволизированным аффектом. Эти примитивные защиты являются последней линией обороны перед тем, как личность погрузится в состояние первобытного аффективного хаоса, из которого она появилась.

Травматическое событие, таким образом, оказывается той ужасной катастрофой, которая ставит личность перед возможностью глубокого регресса, вплоть до состояния психической дезорганизации. Травма пробивает личностную организацию насквозь, это событие высочайшей интенсивности, которое невозможно переработать силами невротических защит, которое превосходит ресурсы символизации. Травма в психическом измерении представлена несимволизированным аффектом, который можно остановить только *с помощью пограничных реакций*. В противном случае регрессия может дойти до шизоидного уровня, на котором единственным действующим “механизмом защиты” является отказ от

жизни, то есть психическая смерть. Чтобы этого не происходило, травматический аффект должен быть изолирован от самости с помощью расщепления.

В итоге возникает парадоксальная ситуация – с одной стороны, травматическая диссоциация останавливает разрушение психики, с другой – формирует бессознательное аффективное состояние, которое искажает сознательную “внешне нормальную” часть личности, то есть останавливает это разрушение на предыдущем уровне организации. Личность выживает, но платит за это слишком высокую цену. Незавершенная травматическая ситуация стремится к своей переработке, однако эта цель не может быть достигнута в силу ограниченности личностных ресурсов. Поэтому травматическое повторение не ведет к исцелению травмы, но скорее усиливает ощущение беспомощности и бессилия. Это в свою очередь увеличивает деформацию внешне нормальной личности, которая обучается контролировать аффект через ограничение своей витальности, а не с помощью расширения возможностей для ее проявлений.

Травматик старается переработать травму не с помощью контактирования с диссоциированным аффектом, на которое у него не хватает сил, но через разыгрывание травматической ситуации вновь и вновь. Если раньше катастрофа в установлении границ переносилась вовнутрь, то сейчас травматический аффект выносится наружу. Эта стратегия является пограничным решением, поскольку в этом случае травматик одновременно и слит со своим аффектом и отчужден от него. Он как будто бы утверждает, что мой аффект и есть моё Я, моя предельная психическая реальность, за которой больше ничего нет – ни будущего, ни прошлого. И при этом он не может контактировать с ним изнутри своего Я, поскольку это приведет к нарастанию аффекта и будет угрожать ретравматизации. Это и обеспечивает “идеальную” форму контроля – не касаюсь, но и не отпускаю. Мы помним, что пограничная конъюнктура это одновременно и желание связи, и нападение на нее. Плохой внутренний объект угрожает разрушить хороший, поэтому терапия травмы заключается в необходимости выйти в депрессивную позицию, то есть заполучить возможность их интеграции.

Невротик мог бы сказать, что “мой аффект это то, что иногда случается в определенных обстоятельствах, но это не всё мое Я. Мои аффекты определяются моими фантазмами, а не объектами”. Невротик создает связь, тогда как пограничный клиент ею поработчен. В пограничном реагировании между субъектом и объектом пропадает граница и поэтому у аффекта нет адресата – формально направляясь на объект, он действует на территории собственной психики. Аффект не эвакуируется за ее пределы, в символическое пространство между, в котором может происходить обмен, но подобно разбушевавшемуся быку в тесном помещении, разрушает его внутренние структуры. Аффект необходимо подавлять, поскольку нет иной возможности его переработать. Поэтому расщепление создает внутри психики границы, которые отсутствуют между двумя психиками.

Проводя дифференциальную диагностику между **кризисом и травмой**, можно сделать вывод о том, что первое состояние относится к невротическому, а второе – к пограничному ответу на резкое изменение жизненных ситуаций. Эти два состояния по разным параметрам оказываются *противоположными друг другу*.

Так, кризис обладает внутренней логикой развития, которая приводит к его спонтанному разрешению, тогда как травма останавливает психическое развитие и не может быть исцеленной за счет собственных ресурсов. Кризис предполагает компромисс между потребностью в стабильности и потребностью в развитии; травма же инвестирует в стабильность путем ограничения витальности. Изменения личности в ходе кризиса являются постепенными и сопровождают изменения в системе отношений; при травме наблюдается резкое искажение личностного профиля, который не улучшает внешнюю адаптацию, но отражает процесс внутренней диссоциации. Кризис является катастрофой в смысловой сфере, тогда как травма действует мимо символического измерения и застревает в теле в форме незавершенной реакции борьба-бегство.

Соответственно, работа с травмой как с пограничной ситуацией осуществляется с помощью ее “невротизации”, то есть путем перевода нарушений из более архаичного, в более зрелый регистр. Травматик с трудом может находиться в средней зоне окна толерантности, поскольку нарастание психического возбуждения угрожает его лавинообразному усилению. Аффект травматика может быть канализирован в отношениях, поскольку эмоции являются, прежде всего, контактными феноменом. Таким образом, одним из фокусов в работе с травматическими переживаниями является создание адресата для их проявлений, поскольку это усилие приводит к появлению границы между субъектом и объектом. Аффект упаковывается в символическую функцию, которая позволяет придавать значения происходящему.

Другими словами, здесь мы подходим к экзистенциальному вопросу о том, что такое человек и вокруг чего он собирается, что является его систематизирующим и организующим началом? В случае травмы, как **пограничной ситуации**, человек как будто бы исчезает из конфликтного поля, возникающего на границе контакта и теряет способность выдерживать диалектическое напряжение. Его главной потребностью остается стремление к безопасности и, таким образом, он перестает взаимодействовать с миром, погружаясь в аутистический кокон. Травматик отрицает свою нуждаемость и, тем самым, автономию. Следовательно, травматический дискурс сохраняет условный контур человека, стирая его внутреннее содержание.

Невротическая же организация, как ориентир, на который мы можем равняться в ходе терапии травмы, выстроена вокруг желания, как символического выражения потребности. Невротик разрушает преграды, в то время как травматик обеспечивает их неизблемость. Можно сказать о том, что невротик живет желаниями, тогда как травматик обходится потребностями. Травматик одержим аффектом, который он не может эвакуировать, поскольку для этого необходимо адресовать его конкретному человеку в определенной ситуации, а не своей проекции, с которой невозможно разотождествиться.

Терапия травмы, таким образом, ставит своей задачей нарциссическое ре-инвестирование субъекта через обнаружение своей нехватки и движение в сторону Другого. Эдипальная ситуация, исцеляющая травму, приводит к тому, что Другой оказывается тем символическим третьим, который выдерживает субъекта из слияния со своим аффектом. Именно поэтому травма оказывается той ситуацией, которая не разрешается самостоятельно, поскольку она форматирует регистр личностной организации. Травма, приводя к регрессу и возможному распаду психики, нуждается в отношениях, поскольку они, в свою очередь, являются началом любой психической реальности.



ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

- Балонов Л.Я. Функциональная асимметрия в организации речевой деятельности / Л.Я. Балонов, В.Л. Деглин, Т.В. Черниговская // Сенсорные системы. Сенсорные процессы и асимметрия полушарий. – Л.: Наука, 1985. – С. 99–15.
- Брагина Н.Н. Функциональные асимметрии человека / Н.Н. Брагина, Т.А. Доброхотова. – М.: Медицина, 1988. – 288 с.
- Вознюк А.В. Аксиоматика здоровья: монография. – Житомир, 2017. – 119 с. // <http://www.klex.ru/lgn>
- Вознюк А.В. Информационная концепция здоровья личности // Акмеология 2013. Методологические и методические проблемы. Выпуск 22 / Под ред. Н.В. Кузьминой, Е.Н. Жариновой. – СПб.: Из-во "Центр стратегических исследований", 2013. – С. 37-46.
- Выготский Л.С. К проблеме психологии шизофрении / Л.С. Выготский // Хрестоматия по патопсихологии. – М.: Изд. МГУ, 1984. – С. 60–65.
- Ганнушкин П.Б. Клиника психопатологий, их статика, динамика, систематика / П.Б. Ганнушкин. – М.: Медицина, 1964. – С. 14–16.
- Голубева Е.А. Индивидуальные особенности памяти человека / Е. А. Голубева. – М.: Педагогика, 1980. – 151 с.
- Гришина Н.В. Личность как субъект бытия: экзистенциальная исполненность // <https://psy.su/feed/6237/>
- Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей / В.В. Лебединский. – М.: Изд. МГУ, 1985. – 165 с.
- Немчин Е.А. Состояния нервно-психического напряжения / Е.А. Немчин. – Л.: Изд. ЛГУ, 1983. – 167 с.
- Психологический словарь. – М.: Педагогика, 1983. – 448 с.
- Ротенберг В.С. Поисковая активность и адаптация / В.С. Ротенберг, В.В. Аршавский. – М.: Наука, 1984. – 192 с.
- Скрипник Т. В. Системна психокорекція дітей з розладами аутичного спектра // Т.В. Скрипник // Педагогічна і психологічна наука в Україні : зб. Наук. Праць : в 5 т. – Т. 2 : Психологія, вікова фізіологія та дефектологія. – К.: Педагогічна думка, 2012. – С. 388-398.
- Сосланд А. И. Фундаментальная структура психотерапевтического метода, или как создать свою школу в психотерапии. – М.: Логос, 1999. – 368 с.
- Справочник по психиатрии под ред. А. В. Снежевского. – М.: Медицина, 1985. – 416 с.
- Херсонский Б.Г. Зигмунд Фрейд. Автобиография бессознательного / Б.Г. Херсонский // Фрейд З. Толкование сновидений. – Киев: Здоровье, 1991. – С. 23–24.
- Flor-Henry P. Cerebral aspects of the organic response normal and deviatinal / P. Flor-Henry // Third International Congress of Medical Psychology. – Rome, 1978. – P. 456–470.

НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

Вознюк Александр Васильевич

УНИВЕРСАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ПСИХОТЕРАПИИ

Монография

Якщо, в силу єдності людини і світу, хвороба виникає з єдиного джерела – стресу, то і психотерапія повинна виробити універсальну модель (парадигму) лікування стресу, єдиної реакції організму на множинні негативні впливи середовища. Метою монографії постає обґрунтування цієї універсальної психотерапевтичної моделі. Головним методом дослідження, використовуваним у монографії, виступає теоретичний аналіз різноманітних психотерапевтичних феноменів з позиції загальних методологічних принципів (універсальної парадигми розвитку, концепції цілісності і ін.). При цьому дослідження реалізується від загального (універсальна парадигма розвитку) до особливого (розвиток психології, медицини і психотерапії), а від нього – до одиничного (нова парадигма психокорекції дітей з синдромом Дауна та аутизму, система механізмів психологічного захисту, психофізіологічні підстави універсальної моделі психотерапії). Від цього одиничного, зробивши коло пізнання, дослідження повертається до загального – універсальної моделі психотерапії.

Технічний редактор
Коректор, комп'ютерний набір

О.В.Вознюк (alexvoz@ukr.net)
В.В. Вознюк (alexvoz@ukr.net)

Надруковано з оригінал-макету автора

Підписано до друку 27.07.17. Формат 60х90/8. Папір офсетний.
Гарнітура Times New Roman. Друк різнографічний.
Ум. друк. арк. 15,1. Обл. вид. арк. 15,2. Наклад 300. Зам. 394
