

18+

*Андрей Попов*

*Феномен смерти  
в трансперсональной  
психологии*



Андрей Попов

**Феномен смерти  
в трансперсональной психологии**

«Издательские решения»

**Попов А.**

Феномен смерти в трансперсональной психологии / А. Попов —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-552810-0

Данная книга посвящена описанию околосмертного опыта и осмыслению его роли в жизни человека. Смерть страшит, одни в ней видят отчаяние и боль, а для других это источник мудрости и силы. Автор, опираясь на знания философов и мистиков, описывает их через психологическую науку. Имея богословское и психологическое образование и опыт работы с людьми, столкнувшимися с данной проблемой, он предлагает читателю глубже познакомиться с темой и осмыслить собственный взгляд на феномен околосмертного опыта.

ISBN 978-5-00-552810-0

© Попов А.  
© Издательские решения

## Содержание

Феномен смерти в трансперсональной психологии	6
Предисловие	7
Введение	8
Трансперсональная психология	9
Субъективное и объективное в психологии	11
Отношение к смерти и политкорректность	13
Где можно искать выход	15
Болезни цивилизации	17
Сказочные исцеления	20
Религиозные представления и практики	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

# **Феномен смерти в трансперсональной психологии**

**Андрей Попов**

*Оформление обложки kf\_ser* Катарина Фомичова

© Андрей Попов, 2021

ISBN 978-5-0055-2810-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## **Феномен смерти в трансперсональной психологии**

## Предисловие

Данная книга может быть сложна для прочтения по двум причинам – трудность самой темы и особенность изложения. Я не пытался создать структурированный учебник, не компилировал из авторитетных источников и не собирался доказать читателю свою точку зрения. Задача состояла в изложении накопленного опыта, полезного как для собственной жизни, так и при работе с клиентами. Имея практику преподавания в неподготовленной аудитории, я даю информацию в виде лекций, где каждая глава логически следует за другой, но существует самостоятельно. Поэтому некоторые утверждения и примеры могут повторяться не один раз, создавая тем самым внутреннюю логику каждой отдельной главы. Признаюсь, было искушение вымарать повторения, но решил, что читатель вряд ли одолеет всё целиком и сразу, скорее, будет воспринимать материал главами или порциями. И я оставил текст в виде отдельных лекций.

Хоть тема непростая, рассматривается она в диапазоне опыта, доступного каждому, и за пределы возможностей обычного человека не заходит. В работе с клиентом и при анализе собственных переживаний я опираюсь не столько на теоретические знания о предмете, сколько на тот образ происходящего, который формируется в сознании. Имея этот образ перед внутренним взором, я попытался его изложить максимально достоверно, но, перечитывая текст, вижу, что местами получилось невнятно, грубыми мазками или с избыточной детализацией. Исправил, конечно, но мне и в первый раз казалось всё верным, возможно, исправления недостаточны.

Поэтому я призываю благосклонного читателя простить некоторые особенности стиля изложения, пригодного для лекций и громоздкого для учебника, и сопоставить содержание со своим опытом описываемых переживаний и состояний.

Надеюсь, что заинтересованному читателю мой труд принесёт пользу.

## Введение

Являясь практикующим психологом и психотерапевтом, я имею дело с реальными живыми людьми, их проблемами, и тем, как они решают эти проблемы. Знакомясь со школами психологии, я сделал очевидный вывод, что все они правы в той или иной степени, однако в каждой есть своё слепое пятно, а объединить все теории в общую универсальную модель пока ни у кого не получилось. Я тоже не собираюсь изобретать универсальной теории, хотя бы потому что логически непротиворечивая, научно выдержанная теория, на мой взгляд, живёт в кабинетной пробирке, и реальная жизнь для неё токсична.

В своей повседневной работе я пользуюсь целой колодой теоретических моделей и техник, а также готов открывать и изобретать вместе с клиентом новые. Некоторые такие открытия работают только применительно к одному-единственному клиенту, другие более универсальны, а отдельные настолько глобальны, что даже не помещаются в мой собственный разум. Но я чётко помню и осознаю, что это только модели, метафоры внутренней реальности, удачно описывающие тот или иной вариант миров, в которых живёт мой клиент.

В данной работе я хочу представить на суд читателя довольно смелую и неочевидную концепцию, которая при всей её кажущейся эксцентричности и теоретической слабости может быть довольно эффективным средством в психологической практической работе с клиентом. Оговорюсь сразу, что это не когнитивная методика, призванная кого-то убедить или перевоспитать, эффект от неё будет в том случае, если человек сможет пережить описываемые феномены, что называется «на своей шкуре». В этом отношении предлагаемый подход несколько отходит от классической психологической науки и приближается к древним мистериям, но, как я уже упомянул, я практик и более интересуюсь реальной работой с живыми людьми, чем спорами о научности и теоретическими обоснованиями.

Опираясь на свой опыт работы, я попытаюсь структурировать и объяснить своё понимание происходящих в душе клиента процессов, не претендуя, однако, на научную объективность.

## Трансперсональная психология

Психология – э то наука, изучающая феномен человеческой психики, её работу и устройство.

Если разобрать это простое утверждение подробнее, то появится ряд вопросов: что есть наука, что есть психика, как психику можно изучать и так далее.

Наука сводится к методам познания чего-либо через поиск устойчивых взаимосвязей, то есть того, как именно феномены связаны между собой. Для простоты мы даём им имена, помечаем номерами и определяем место в предполагаемой структуре мира. Зная, где что находится, мы можем легко этим пользоваться и прогнозировать результаты взаимодействий разных феноменов между собой. Но мир гораздо сложнее, чем может показаться, и видов взаимодействий настолько много, что учёные всё ещё продолжают их открывать.

Под психикой понимается вся совокупность процессов, проходящих в нервной системе человека, и, как результат, его поведение, переживания и мышление. Кроме того, есть более сложная психическая деятельность, такая как воля, интуиция, сознание и так далее, с трудом подлежащая описанию и научному объяснению. От этой части психики невозможно отказаться, так как она и есть то самое, что отличает человека от животных, но и приборов для её измерения создать невозможно. Поэтому, хотя психология считается наукой и имеет свои методы и теоретическую базу, при ближайшем рассмотрении она скорее напоминает искусство или набор предположений, чем строго структурированную дисциплину.

Когда-то, в эпоху классицизма, когда наука только формировалась, считалось, что мир можно описать через механику, математику, химию, электрофизику, и только такое описание будет научно, а остальное всё фантазмагория и мистификация. Однако жизнь показала, что путь сверху вниз, то есть от теории к практике, сильно упрощает реальность, делает тех же самых учёных-теоретиков самодовольными болванами в сравнении со смелыми практиками-экспериментаторами. Пришлось признать, что далеко не всё, что работает, объяснимо. Поэтому теперь широко используется обратный подход, то есть снизу вверх, когда сначала находят и описывают феномен, а затем его пытаются осмыслить с помощью гипотезы, для доказательства которой ищут необходимые инструменты. Это открывает широкие перспективы для исследования, но оставляет огромный пласт научной реальности пока не объяснённым. Как говорится, необъяснимо, но факт.

Для устранения такой проблемы наука пыталась найти базовую элементарную частицу, из которой построен весь мир, что дало бы ключ к пониманию всего. Однако мир снова и снова оказывался гораздо сложнее, чем хотелось бы ученым, и сейчас приходится признать, что никто не знает, почему всё так, как оно есть. Наука способна описать только некоторые общие закономерности материи и имеет весьма приблизительные представления о живой природе.

Психология взяла на себя смелость изучить психику человека, но чем более сложные аспекты этого феномена рассматривают учёные, тем более приблизительными получаются результаты. Дошло до того, что было предложено признать некоторые виды человеческого опыта несуществующими, чтобы не портить хорошую картинку торжества науки.

Понятно, что для консервативных педагогов, политиков и идеологов такой подход весьма удобен, но наука держится на людях пытливых и непредвзятых, поэтому описываются новые феномены и появляются новые гипотезы, выходящие далеко за пределы объяснительных возможностей современной науки. Телекинез, гипноз, хилерство и многие другие проявления человеческой деятельности, которые больше ассоциируются с тайными или религиозными знаниями, чем с повседневной жизнью, изучает трансперсональная психология. Именно это направление занимается всем, что выходит за пределы привычных представлений человека о себе и собственной личности.

Если обычная психологическая наука может объяснять повседневное поведение человека через инстинкты, социальное влияние, воспитание и другие наблюдаемые факторы, то трансперсональный подход имеет дело с явлениями не столь очевидными, для описания которых приходится либо изобретать новые теоретические концепции, либо пользоваться уже существующими формулировками, взятыми из философии или религии.

Для консервативного критика трансперсональная психология может выглядеть как наукообразное мракобесие, но если стремиться к объективности, придётся признать: направление очень эффективно с практической точки зрения и способно справляться с нестандартными задачами, перед которыми привычная позитивная психология бессильна. Я говорю о лечении психосоматических расстройств, тяжёлой психиатрии и экзистенциальных кризисов человека.

## Субъективное и объективное в психологии

Когда мы говорим о психологии как науке, то неизбежно возникает щекотливый вопрос: кто кого изучает. Всякое познание строится на базовых аксиомах, которые хотя и не самоочевидны, тем не менее, приняты на веру человечеством. Первая из них – мир покоится на неких закономерностях; вторая – эти закономерности познаваемы; третья – разум именно тот инструмент, при помощи которого законы природы возможно понять. Таких базовых предположений существует довольно много, мы их не замечаем и продолжаем жить так, словно все они доказанная истина. Однако некоторые из них содержат противоречия, которые разрушают стройную картину наших убеждений.

Согласно общим представлениям есть три формы бытия: неживая материя, живая материя и разум (в широком смысле слова). Одновременно считается, что в мире существует иерархия, где высшие формы являются результатом объединения более простых при помощи качественно нового, более сложного принципа, не вытекающего из простой суммы составляющих частей. Другими словами, телега эволюционно выше колеса, так как в ней заложена более сложная идея или принцип. Исходя из такого понимания, для появления более сложных форм необходим, как говорят физики, квантовый скачок, то есть переход суммы простых феноменов в более сложное качество. Объединили четыре колеса при помощи осей, прикрепили дышло, установили кузов и получается отдельный феномен – телега. Мы понимаем, что из сложного феномена возможно вывести устройство более простых частей, его составляющих, а обратно – никак, четыре колеса и несколько жердей не дадут нам представления о телеге, если мы не знаем её идеи.

И тут возникает каверзный вопрос: возможно ли самопознание, ведь я не могу быть сложнее самого себя по определению? Вопрос этот пытались решить философы, но если убрать метафизику, то остаётся непонятным, как простое может понять более сложное или хотя бы тождественное себе. Или, другими словами, в науке психология что изучает что? Может ли разум познать сам себя? Или есть более сложные формы психики, которые понимают более простые части той же психики? Или, если вселенная не имеет разума, как она могла создать нечто более сложное, чем она сама, и являемся ли мы тогда её частью?

Эти и ряд других вопросов полностью выбивают почву из-под структуры привычных рассуждений, заводят в тупик и не дают места для манёвра при логических спекуляциях. Остаётся признать, что либо наши базовые представления о мире неполны и лежат не столько в плоскости реальности, сколько в сфере наших представлений о ней, либо мироздание сложнее, чем мы можем измерить существующим научным инструментарием.

Учитывая всё это, психологи разработали несколько методов научного изучения предмета:

- наблюдение и описание феноменов;
- математический анализ и выявление закономерностей;
- интроспективное наблюдение за внутриспсихическими явлениями.

Последний метод раньше не воспринимали как научный, а называли «субъективным восприятием», то есть неточным, искажённым. Но если разум наблюдает за поведением других людей, почему он не может наблюдать за самим собой? И если мой внутренний опыт повторяется, то почему он ненаучен? Если я доверяю какому-то одному своему опыту, например, обонянию или абстрактной логике, то почему не могу так же доверять другому, например, интуиции или явлению дежавю, когда в повседневной жизни и тот и другой опыт работают? Очевидно, что отличие научного от ненаучного лишь в умении классифицировать феномены и обнаруживать причинно-следственные связи.

Замечу, что философия двадцатого века обратила внимание, что любой опыт субъективен, так как все наши научные познания живут только в нашем разуме и, как я упомянул выше, опираются на корпус собственных представлений.

Мы уже говорили о том, что наука имеет два полюса. Первый – это школьные знания, достаточно простые и доказуемые, чтобы создать впечатление безукоризненной точности, а второй – глубокая наука, где очень много фактов, не имеющих объяснения, и огромное количество противоречащих друг другу теорий. Психология человека имеет «школьный» вид только с большого расстояния, когда она предстаёт в общих чертах, однако при ближайшем рассмотрении оказывается, что в глубинах психики идут сложнейшие процессы, которые трудно даже описать, не то что объяснить.

Приходится признать, что возможности психики человека выходят далеко за пределы познавательных возможностей современной науки, отчего возникает раскол в рядах учёных: одни принимают только простые наблюдаемые извне феномены, ограждая пространство познания уже открытыми теориями, другие ищут новый опыт и исследуют субъективную реальность за пределами известных концепций. Парадокс в том, что в строгом смысле оба подхода ненаучны, так как не имеют строгой доказательной базы, но один более привычен широкой публике, отчего считается допустимым, а второй сложноват и непривычен для большинства обывателей, и многими считается сомнительным.

Конечно, признанные подходы в психологии хорошо работают и заслуживают доверия, однако при определённых условиях и альтернативные методы могут быть весьма эффективны, что нельзя сбрасывать со счетов.

Конкретизируя сказанное хочу отметить, что на объективном полюсе психологической науки находится поведенческий подход, изучающий человека как биологический механизм, а на противоположном – трансперсональный подход, где в центре внимания глубинные процессы, свойственные преимущественно человеку и доступные только внутреннему субъективному опыту. В данной работе я поставил цель сосредоточиться на втором направлении, как наиболее интересном и менее популяризированном.

## Отношение к смерти и политкорректность

Психология утверждает, что непереносимые страдания разрушают психику человека. Это подняло в обществе вопрос о градациях переносимости страданий, а затем об избыточности самого этого явления. По умолчанию считается, что страдание есть некое душевное состояние, без которого жизнь становится только лучше, и считается благом человека от них избавлять, как когда-то избавляли от гланд и аппендикса просто для улучшения качества жизни. Существует альтернативное мнение, что без страданий невозможно подлинное становление человека, но оно далеко не всем нравится. Что бы ни говорили философы и классики мировой литературы, популярная точка зрения более живуча и находит искренний отклик у населения. Побочным эффектом такой заботы о человеке стало торможение личностного развития людей и инфантильность как норма для современного человека.

Можно предположить, что отчасти здесь есть элемент «мирового заговора элит», ведь управлять легче людьми наивными, отчасти виновата лень самих граждан, а отчасти общее благополучие цивилизованного мира, в котором можно процветать, оставаясь инфантильным до глубокой старости. Параллельно происходит физическая деградация по тому же типу, когда уровень комфорта позволяет избегать физических нагрузок, отчего в результате люди в целом становятся слабыми и уязвимыми для болезней. Справедливости ради хочу заметить, что пути личностного роста открыты всем желающим как через занятия психологией, так и через социализацию, так что существует определённый процент населения, противопоставляющий себя глобальным тенденциям. Равно как есть спортивные залы, клубы и представления о здоровом образе жизни, которые доступны всем желающим.

Так поневоле я разделил человечество на два лагеря. В первом оказались обыватели, некритически потребляющие глобальную информацию и отождествляющие себя со среднестатистическим большинством. Они живут, как все, думают, как все, поступают, как все, и оттого находятся в рамках зоны комфорта, где личностное развитие необязательно. Вторая часть населения, видимо меньшая – это те люди, которые не боятся открывать новые горизонты и, вопреки страхам и сомнениям, рискуют двигаться вперёд. Страдания для них – это скорее вызов и стимулирующий фактор, чем повод для сомнений и тревог.

Сказанное можно иллюстрировать следующим примером. Допустим, врач узнаёт, что где-то в джунглях Амазонки некие индейцы успешно лечат ту болезнь, от которой регулярно умирают его пациенты. У нашего героя три пути: во-первых, он может отмахнуться от этих сведений, решив, что следует больше заботиться о собственном благополучии, чем о героической борьбе с болезнью, во-вторых, он может заявить, что не должно человеку цивилизованному учиться у дикарей, которые даже картуза не носят, и, в-третьих, он может предпринять экспедицию для исследования и добычи бесценного лекарства.

Меня как больному кажется, что последний вариант самый приемлемый, однако на практике мы знаем, что большинство людей поступят иначе. Скорее всего, врач останется дома, пытаясь сохранить всё как есть, а если кто-нибудь пустится в опасное путешествие за целебным средством, то набросится на него с критикой и станет подстрекать к тому же окружающих. То есть существует негласный общественный сговор, осуждающий нестандартное, необычное или выходящее за рамки привычного. В какой-то степени такой консерватизм может быть полезен, так как не даёт обществу распастись на множество автономных индивидов и сохраняет монолитность, но, с другой стороны, он может очень ограничивать развитие того же общества.

Считается, что проблемы психики проистекают из двух источников: нарушение работы мозга и сбой тех программ, которые им управляют. Поэтому есть два подхода к психике: попытка изучать и чинить мозг при помощи технического воздействия и попытка разгадать и исправить работу программ, управляющих им.

К первому типу относятся такие дисциплины, как нейрофизиология, биохимия и даже генетика, которые существенно продвинулись в своей области за последнее время. Программами управляющими психикой занимаются все виды психологии и психотерапии как прикладной её части. Так как психика человека очень сложна, её условно разделяют на составляющие элементы по задачам (мышление, сознание, эмоции и так далее), и по глубине (сознание, подсознание, бессознательное). Школы психологии тоже делятся на те, что решают простые задачи простыми средствами, например, коррекция поведения, и на более глубинные, например, поиск и обретение смысла жизни.

Конечно же, каждому приходится в первую очередь заботиться о решении простых насущных вопросов, откладывая проблемы души подальше, а то и игнорируя их совсем. В психологической науке существуют те же тенденции, в результате чего появились популярная психология, обслуживающая привычную обывателю систему ценностей, и маргинальная, изучающая непопулярную проблематику или использующая пугающие методы.

Основная тема популярной психологии: как добиться успеха, не прилагая усилий. Это может быть полезным, но ориентировано на людей социально успешных и психологически благополучных, для которых главной трудностью является душевный комфорт и косметическое улучшение социальных отношений. Каждый «нормальный» человек стремится попасть в когорту людей успешных, поэтому большинство обывателей старается жить по неписаным правилам благополучного мира, со всеми надлежащими атрибутами. Как в культуре карго папуасы подражают белому человеку, ожидая благ с небес, так и незадачливые граждане имитируют элементы красивой жизни людей богатых и беспечных в надежде приблизиться к их высокому статусу.

Но есть другая сторона медали, о которой говорить не принято в «приличном обществе», то есть существуют серьёзные проблемы, с которыми приходится сталкиваться человеку на протяжении жизни. Наличие их скрывают, но в то же время исподволь каждый желает с ними справиться или от них избавиться. Это такие явления, как бедность, агрессия в обществе, дискриминация, болезни, фобии, зависимости, потеря смысла жизни и смерть. Тот, кто хочет произвести впечатление победителя, чтобы занять более удачное место в обществе, избегает подобной проблематики, а вслед за ним и остальные «приличные люди», поэтому такие темы маргинализируются и оказываются на периферии общественного сознания. Открытое обсуждение их воспринимается как непolitкорректное.

В обществе популяризируются темы достижения успеха и благополучия, а темы смерти, потери близких, страданий, несправедливости регулярно избегаются, людей, которые занимаются подобной проблематикой, воспринимают как нечто чуждое принятым нормам. В то же время проблема не решена – люди не бессмертны и остаются уязвимыми, но если раньше страдания и смерть были поводом для развития религии и философии, то сейчас они игнорируются, а вместе с тем забываются соответствующие культурные традиции.

Хочу отметить, что смерть по умолчанию видится как предельное зло, нечто оскорбительное и скверное, поэтому, возможно, читателю стоит прерваться и решить для себя, готов ли он дальше исследовать этот вопрос вместе с автором или предпочитает поскорее закрыть тему и выбросить проблему из головы.

## Где можно искать выход

По факту приходится согласиться, что у многих людей есть трудности с перечисленными выше обстоятельствами, даже если они не спешат это признать, а потому есть и направление в психологии, которое с этим работает. К сожалению, медицина, очень успешная в области снятия симптомов душевных страданий, не имеет способов полностью избавиться от причин этих страданий, то есть решить вопросы смысла жизни и неизбежности гибели. Медикаменты помогают убрать тревогу, вызвать ощущение комфорта, что позволит не чувствовать боль от потери близкого человека, но они не научат жить без него с пустотой в душе. Поэтому психологам приходится искать альтернативные направления, в частности, пробуют обращаться к опыту предшествующих поколений в надежде получить подсказку там.

Действительно, мы доподлинно знаем, что в прежние времена, когда уровень благополучия человечества был гораздо ниже, чем сейчас, люди сталкивались с теми же проблемами – то есть со страданиями, поиском смысла жизни и с неизбежностью смерти – и как-то для себя их решали. Во всяком случае человечество не вымерло от депрессии и даже более того, известно, что далёкие от цивилизации люди чувствуют себя более счастливыми чем те, кто ежедневно пользуется её благами. Вероятно, есть что-то, что позволяет справляться с психологическими трудностями, помимо медикаментозного лечения. Об ограниченности возможностей медицины говорит и тот факт, что существовали и существуют до сих пор много видов душевных расстройств, как сочетающихся с физическими симптомами, так и самостоятельных, которые медицина не может победить.

Все эти факторы: наличие трудностей, слабость медицины, гипотетическая возможность с трудностями справиться и наличие людей, готовых работать в этом направлении – стимулируют постоянный поиск в психологии и психотерапии. На протяжении второй половины двадцатого века появлялись новые подходы к пониманию психики человека, они давали неожиданные результаты, и стало ясно, что можно излечить даже то, что раньше считалось приговором судьбы. Общество всегда относилось к новым концепциям с недоверием, но потом смирялось, признавая их пользу, а к тому времени поспевали следующие открытия, казавшиеся, в свою очередь, чем-то неслыханным и недопустимым.

Трансперсональное направление в психологии, о котором я уже упоминал, утверждает, что сознание человека может самостоятельно погрузиться в глубины собственной психики и произвести там коррекцию, способную повлиять как на душевное, так и на физическое здоровье человека. И это казалось бы интересным и перспективным направлением, но, к сожалению, тематика исследований и применяемые методы выходят за пределы обычных норм миропонимания, отчего трансперсональная психология часто имеет репутацию лженауки и приюта шарлатанов.

Я не призываю отказаться от медикаментов и лечить психозы звуками тибетских чаш, речь идёт о расширении границ восприятия и о привлечении новых подходов в дополнение к проверенным и хорошо работающим.

У человечества накопился колоссальный опыт религиозно-мистических познаний, который цивилизация поспешила отвергнуть в новейшие времена под влиянием науки. Да, действительно, религия не могла справиться с гепатитом и скарлатиной, но эффективно помогала с депрессией и страхом смерти. Мало того, религиозные практики очень далеко ушли в сторону понимания человеческой психики и её скрытых возможностей, отчего эти знания кажутся на сегодняшний день революционными в сравнении с привычной нам картиной мира.

Первым, кто всерьёз и значимо попытался описать с научной точки зрения внутриспсихический мир человека, был Зигмунд Фрейд, а уже его ближайший ученик Карл Густав Юнг повернулся лицом к метафизике. Оказалось, что религия – это не собрание суеверий и предрас-

судков, при помощи которых феодалы эксплуатировали невежественную чернь, а изложение глубокого опыта поколений мудрых людей, описанного языком символов и аллегорий. Хотя феодалы, конечно, эксплуатировали, но религия была для них просто орудием, таким же как сейчас средства массовой информации.

Любой человек с пытливым умом может пройти путь, который совершила психологическая наука в двадцатом веке. Всё начиналось с попытки понять, что есть психика, и из каких простых элементов она состоит. Очевидно, что в первую очередь психика ассоциируется с мышлением, а видимый результат её работы – это поведение. Изучая эти два аспекта, мы скоро сделаем вывод, что огромное значение для психики имеет эмоциональная жизнь души, то есть те настроения, которые влияют на мыслительные процессы. Пытаясь понять механизмы работы переживаний, мы продвинемся ещё дальше, к субъективному отношению самого человека к жизни в целом и своей роли в ней в частности. Чтобы понять систему ценностей человека, придётся принять во внимание его воспитание, культурную и социальную среду, ранний детский опыт, и массу других условий: от генетических особенностей до судеб далёких предков. Проведя такую титаническую работу, мы гипотетически сможем разобрать человека, как конструктор, и собрать в любой последовательности, но почему-то постоянно будет оставаться что-то неучтённое, неуловимое, делающее человека неповторимым.

Читатель может не согласиться, заявив, что ничего сверхъестественного в человеке нет и быть не может, но мой опыт подсказывает, что люди, которых я знал детьми, остаются в каком-то смысле собой на протяжении всей жизни. Посмотрите на однояйцевых близнецов: каждый из них даже в младенчестве имеет свою собственную харизму, свою индивидуальную душу, о чём говорят их родители и что можно увидеть, пообщавшись с ними повнимательней. И я не знаю, что можно назвать более здоровым явлением – когда наблюдатель способен различать людей по неуловимым чертам их душ или когда видит похожих людей одинаковыми. Мой субъективный опыт говорит мне, что человек после амнезии или с деменцией на каком-то уровне остаётся собой, хотя функции его мозга нарушены.

## Болезни цивилизации

Сейчас мы живём в мире, где доминирует определённое мировоззрение, а любые иные взгляды на реальность воспринимаются как сомнительные. Существующая система восприятия реальности вышла из философских принципов Римской империи, которая благодаря своей несомненной практической эффективности подмяла под себя весь мир. Другими словами, привычный нам взгляд на реальность обусловлен тем, что его носители оказались физически сильней и поэтому успешней. Конечно, на ранних этапах становления будущей империи римляне уважали грубую силу и воинственный дух, но века развития общества сместили акценты сначала в сторону экономического доминирования, а затем к появлению того, что мы называем современной цивилизацией. К Средневековью мир был разделён на высших, то есть носителей атрибутов цивилизации, и низших, то есть дикарей. Цивилизованный человек принимал и пользовался всеми доступными достижениями культуры, а дикарь жил, так сказать, в первозданном состоянии. На каком-то этапе прежний прагматизм империи уступил место иррациональному религиозному мировосприятию, но с началом эпохи Возрождения полузабытые ценности снова вышли на первый план. Во главу угла становится процветание, основными условиями которого являются физическое выживание и экономическое превосходство. Очень быстро стало очевидно, что сила меркнет в сравнении с технологическим новаторством, а оно, в свою очередь, развивается силой интеллекта. Изобретатель пороха, запертый в своей келье, бессилён против грубого тупого солдата, но когда открытие свершилось, то силой своего изобретения он может побеждать целые армии.

В результате эпоха Возрождения перетекла в эпоху Просвещения, с почитанием разума как самой высшей ценности для человека. Сегодня мы хоть и живём в мире постмодерна, но в основе нашего мировоззрения всё ещё лежат ценности и представления прежних времён.

Итак, существуют убеждения, доставшиеся нам по эстафете из глубины веков, которые формируют наше мировоззрение, но при этом не осознаваемы и, тем более, не доказаны. У каждого человека таких убеждений есть целая обойма, но я говорю об общепринятых. Попробую некоторые из них обозначить:

– Высшими ценностями являются выживание человека и его свобода. Поэтому всё, что помогает сохранить жизнь, считается благом, а любые ограничения – проявлением зла.

– Человек отличается от животных наличием разума, поэтому именно развитие разума есть самая важная задача человека. Сон разума рождает чудовищ, а остальные проявления человеческой природы – это либо дань природе, либо заблуждения и пережитки прежних эпох.

– С развитием разума ассоциируются все высшие человеческие проявления, такие как воля, интеллект, творчество, духовность и даже интуиция.

– Чистый разум, то есть без примеси фантазий, заблуждений и ошибочного мнения, должен опираться на логику и научный опыт. В этом видится ключ к абсолютному благу для человека и человечества в целом.

Если свести к простой формуле, то получается логическая цепочка: разум – наука – технологии – благо. При этом существует много тёмных мест, о которых стоит тоже упомянуть. Прежде всего, никто до конца не знает, что есть благо, в простых случаях его определяют как отсутствие бессмысленных страданий и сохранение от преждевременной смерти, однако в более широком смысле определить, что есть благо, очень трудно. Затем важно упомянуть, что технологии не делают человека счастливым, а только благополучным. Можно изобрести вспомоществования для облегчения жизни, но человеку это не гарантирует счастья, и, имея все доступные блага, он может впасть в депрессию или пойти на суицид. К сожалению, подобные случаи распространены в благополучных странах, вопреки простой логике обывателя, что комфорт – это всегда хорошо. Далее обращу внимание, что наука не даёт мировоззренческих

ответов, она раскрывает механизмы функционирования материи, помогает на неё воздействовать, но не раскрывает смысла человеческого существования. Мало того, до середины двадцатого века наука была не совсем научной, так как сильно зависела от представлений человека о мироустройстве, и только к двадцать первому веку учёные поняли, что мир не таков, как нам кажется. Ну и разум тоже понятие довольно относительное, так как в нём объединены разные феномены, такие как интеллект, память, мудрость, сознание, здравый смысл, воля и так далее. Если мы хорошо представляем, что такое интеллект, и можем его до какой-то степени измерить, то мудрость – совершенно абстрактное понятие, а без неё само понятие разумности теряет свой смысл.

Другими словами, те мировоззренческие представления, которые доминируют в современном обществе, хоть и апеллируют к науке как к своему источнику, на деле оказываются вопросом веры сродни религиозной.

В ту же ситуацию попадает психология, которая претендует на звание точной науки, но по факту не соответствует критериям строгого научного знания. Когда психология только зарождалась, то была иллюзия, что психику человека можно описать так же просто, как работу пищеварительного тракта, но годы исследований привели к обратному результату. Да, некоторые примитивные проявления психики, такие как подражание или рефлекс, вполне измеримы и используются в работе с людьми, но чем глубже и сложнее те психологические феномены, которые мы пробуем изучать, тем хуже это получается. Когда же речь заходит о терапии, то научно обоснованные методы вообще перестают работать, уступая место искусству психотерапевта. Именно ему оказывается подвластным то, что не способна осилить классическая медицина, следовательно, де-факто психотерапия должна быть более научной, хотя механизмы её работы неясны и описаны весьма приблизительно.

Пока психология претендовала на роль фундаментальной умозрительной дисциплины, она казалась вполне научной, но как только теорию стали применять на практике, оказалось, что она не работает. Так же как с тем врачом, который отправляется к дикарям Амазонки за лекарством, психологам пришлось обращаться к опыту тех культурных традиций, которые успешно справлялись с психологическими недугами, перед которыми мы бессильны.

Оказалось, что наши болезни есть естественный результат нашего же мировоззрения, то есть порождены самой цивилизацией, которую мы понимаем как единственно возможную. В культурных традициях других народов хоть и нет такого экономического и научного роста, нет и наших болезней, или они лечатся более эффективно, чем можем это мы. Я не говорю о синдроме Дауна или об эпилепсии, речь о таких расстройствах, как фобии, депрессии, саморазрушающее поведение и других бедах развитого общества.

И тут возникает логичный вопрос: возможно ли, живя в условиях нашей привычной цивилизации, не страдать от тех психологических проблем, которые она с собой несёт? Оказывается, да, возможно. Но для этого нужно несколько расширить границы нашего восприятия и внести дополнительно целый ряд допущений, непривычных нашему наукообразному мировоззрению.

Современная наука вообще отрицает, что мир устроен так, как нам привычно кажется. Мир вокруг нас – это та картинка, которую рисует наш мозг для успешного приспособления и выживания нашего организма, однако мир гораздо сложнее и многообразней. Поэтому вернее будет брать за основу не принцип научно-ненаучно, исходя из объяснимости феноменов, а принцип работает-не работает, невзирая на нашу способность это объяснить. То есть факт первичен, а наша способность его объяснить и понять вторична.

Так как мы рассуждаем о психологии, предлагаю вспомнить, что интроспективный метод изучения, то есть наблюдение за собственной психикой, является наиболее эффективным для её глубокого исследования. Современное понимание здоровья во многом опирается на ощу-

щения самого пациента, и это нормально, когда человек не относится к себе как к биологическому механизму, а находится в контакте с собственным внутренним миром.

Далее, если мы хотим воспользоваться чужим опытом, то разумно будет допустить, что иная система ценностей тоже имеет место. Так как в подавляющем большинстве архаичных культур самым важным аспектом жизни человека считалось то, что мы называем «духовным», то стоит обратить на это более пристальное внимание.

Если материальным миром заведует наука, то духовным – религия. Она возникла именно как способ организации духовного опыта и накопила огромный багаж практических знаний. Те, кто занимаются исследованием религий, знают, что всякое учение есть лишь попытка объяснить некоторый мистический опыт, без которого религия не имеет смысла. Вернувшись теперь к привычному научному подходу, мы можем допустить, что в религии, помимо всего прочего, существует опыт того, как при помощи некоторых практик лечить те или иные психологические расстройства. То есть религиозный опыт может быть основанием для научного изучения, и слепо отвергать его неразумно.

Другими словами, я предлагаю взглянуть на человека не как на материально-информационный объект, а глазами носителя более архаичной культуры, то есть как на обладателя души. Нам не важно, существует ли душа на самом деле, достаточно того, что каждый может её почувствовать, и могут быть технологии, позволяющие её исцелить.

## Сказочные исцеления

Народная традиция передаёт мудрость поколений из глубины веков через фольклорные формы – сказки, песни, былины, орнаменты и так далее. Они чрезвычайно живучи, и передаются практически всеми носителями культуры как нечто важное. В детстве мне очень нравились фольклорные мотивы, каким-то образом я хорошо сепарировал народную традицию от художественной. Настоящая сказка вызывает доверие, она будоражит воображение и умиротворяет душу одновременно, словно раскрывает какие-то глубокие тайны мироздания. Меня очень вдохновляли и одновременно поражали истории с чудесным исцелением или волшебной трансформацией героев, происходящие по каким-то неведомым магическим законам, сути которых я никак не мог уловить. В частности, внимание привлекал повторяющийся мотив живой и мёртвой воды, когда мёртвая вода исцеляет тело от ран, а живая воскрешает. Позже, изучая фольклор и религиозные мотивы древности, я находил параллели с этой идеей и интуитивно ощущал, что за этим стоит какой-то опыт или такие представления о мироздании, в которых такое возможно. Сам феномен смерти как средства обретения целостности несёт в себе парадоксальную логику, так же как описания воскрешения после путешествия человека по загробному миру: от «Эпоса о Гильгамеше» до сказки «Гуси-лебеди». Мотив слишком устойчив и распространён, чтобы просто списать его на солярную мифологию, разросшуюся в представлении ребёнка до масштабов реальности. К тому же у меня был опыт встречи с «чудесными исцелениями» во взрослой жизни. Работая в Православной церкви, время от времени я сталкивался с феноменами сверхъестественных событий, и не в рассказах добрых старушек, а видел происходящее своими глазами. Каждое из них можно было объяснить случайностью или сочетанием каких-то обстоятельств, но когда такое происходит регулярно, то поневоле обретает очертания непознанной закономерности. Служители относили необычные события, связанные с исцелением болезней или с серьёзными переменами в судьбе, привычках или характере человека, к сверхъестественному влиянию духовного аспекта религии и отказывались от своего авторства.

Отдельной темой в церкви было постоянное столкновение со смертью, начиная от ежедневных упоминаний о ней в молитвах и заканчивая регулярными отпеваниями и похоронами, в которых мне по долгу службы приходилось участвовать. Со временем я стал замечать, что чем человек более авторитетен в плане духовности (с точки зрения искренне верующих), тем легче и проще он относится к смерти, не боится мёртвых и спокойнее относится к собственной кончине. Мало того, если в начале моей церковной деятельности покойники вызывали во мне самом брезгливый страх, то позже я заметил, что ритуалы, связанные с умершими, каким-то обрезом углубляют и очищают моё восприятие мира.

Познакомившись с психотерапией, я обнаружил, что и здесь случаются «чудесные исцеления», но уже не под предлогом вмешательства высших сил, а в результате использования психотехник. Оказалось, что действительно существует некий механизм исцеления, который можно изучить и применять осознанно и направленно, но когда я попытался с ним познакомиться, то всё оказалось несколько сложнее, чем я предполагал. Да, при использовании определённых психотехник клиент может исцелиться душевно или даже физически, но происходит это не за счёт воздействия терапевта, а оттого, что клиент сам мобилизует собственный глубинный (возможно, духовный) потенциал. При этом та же тема смерти зачастую является краеугольным камнем терапии, и позитивные сдвиги происходят после того, как человек перестаёт избегать этого вопроса и соглашается на его исследование.

Со временем я пришёл к выводу, что и религия, и психология опираются на одни и те же механизмы в душе человека, которые ассоциируются с духовным опытом и при помощи которых человек способен пережить существенную трансформацию, похожую на чудо. Это то, что

объединяет религию и психологию, но, конечно, существует много того, что принципиально отличает эти два направления поиска человеком себя. Разные языки, разные цели, разный понятийный аппарат и методы работы с душой делают психологию и религию не только не тождественными, но во многом разнонаправленными. Однако тот предмет исследования, который мы называем душой, подразумевает схожесть опыта и возможность взаимного обогащения открытиями.

## Религиозные представления и практики

Совершенно очевидно, что религий много и они сильно различаются. В то же время должны существовать некоторые принципиальные сходства, по которым мы можем выделять религии в отдельный класс явлений. Как разные языки имеют в сущности одни и те же характерные черты – использование звуковых сигналов, обозначающих предметы, действия, явления и так далее – так и все религии имеют нечто общее. Чтобы не заблудиться, стоит отделить классические религиозные учения от модернистских, так как последние могут не иметь с религией ничего общего, кроме названия. Под классическими я понимаю сформировавшиеся более тысячи лет назад и опирающиеся на мистическую традицию. Чем более далёким от цивилизации является народ-носитель той или иной религиозной традиции, тем более она может быть архаичной и чистой с точки зрения проявления глубинных механизмов психики. И наоборот, современные конфессии, родившиеся в цивилизованном мире, будут скорее опираться на интеллектуальные домыслы их создателей, чем на духовный опыт. Та же критическая оценка может быть справедлива по отношению к людям, представляющим классические религии – если их верования не основываются на личном опыте в русле данной религии, а являются данью культурной традиции или выученной умозрительной концепцией. Поэтому в каждой религии существуют авторитеты – носители традиции духовного опыта, к которым сами верующие приходят за руководством, а также соответствующая авторитетная литература или устное предание. Похожее положение дел имеет место и в науке, и в искусстве, когда есть некие «эталонные представители», на которых ориентируются все остальные, а есть подражатели или явные шарлатаны.

Очевидно, что для нас авторитетные представители религиозных традиций более интересны, так как они, благодаря своему опыту, являются живыми носителями и образа мыслей данной религии, и её сверхъестественных, с нашей точки зрения, возможностей.

Основным отличием религиозного мировоззрения от обыденного является система ценностей, ориентированная на так называемый «потусторонний мир». Беря во внимание только классические религиозные традиции, мы можем прийти к выводу, что для их адептов существовала, помимо привычной видимой реальности, другая, как бы параллельная. Человек при жизни находился условно в двух мирах: телом в видимом материальном, а душой (хотя бы отчасти) в невидимом, причём после смерти его душа полностью переходила в потусторонний духовный мир. Ещё одной особенностью загробного мира, помимо наличия в нём душ умерших людей, связанных с душами живых, было то, что в нём живут боги или какие-то другие сверхъестественные существа. Если отношения с предметами материального мира определяло физическое существование человека, то жизнь и благополучие его души зависели от мира духовного и от отношений со всеми его обитателями.

На мой взгляд, любые религиозные практики направлены на развитие и реализацию духовного потенциала человека, однако сам человек вне религии также способен переживать личную эволюцию, и в соответствии с этим его духовная жизнь может разворачиваться как бы на разных уровнях сложности. Подразумевается, что духовный потенциал есть у каждого человека на протяжении всей жизни, и каждый нормальный (то есть не выходящий за пределы общей нормы) человек на каждом этапе своей жизни способен к духовным переживаниям, соответствующим его возрасту (как физическому, так и личностному). У ребёнка это любовь к родителям, сострадание и эмпатия, у подростков – честь и доблесть, у взрослого – совесть и собственное достоинство и так далее, до глубокой старости, когда должны появиться мудрость, прозорливость, прощение, принятие и другие качества, которые считаются символами духовного развития. Это как игры для людей разных возрастов – процесс один, а формы разные, в зависимости от уровня развития человека.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.