

Алтунин А.И.

Психология и философия
доброты

т.1. часть 1

Москва 2025

Александр Алтунин

**Психология и философия
доброты. т.1. часть 1**

«Автор»

2025

Алтунин А. И.

Психология и философия доброты. т.1. часть 1 / А. И. Алтунин —
«Автор», 2025

Казалось бы, доброта – это понятие достаточно хорошо известно всем. Но мало кто задумывается о том, что это не только черта характера, но и элемент мировоззрения. С другой стороны, в настоящий момент отсутствуют работы, в которых доступно и популярно изложено более 150 аспектов анализа доброты. Общий объем работы составляет 2 тома с более 1000 страниц. Автор является профессиональным психотерапевтом, психологом, философом, писателем. Работа в значительной степени явилась результатом анализа более 50 тысяч личностей, особенностей и закономерностей их общения с другими людьми, взаимосвязи формирования судьбы человека в зависимости от характера и мировоззрения каждого из этих людей.

© Алтунин А. И., 2025

© Автор, 2025

Александр Алтунин

Психология и философия доброты. т.1. часть 1

Уровень доброты в определенной степени связан с адекватной самооценкой. Если у человека завышена самооценка, то есть большая вероятность того, что он будет слишком рационален в проявлении доброты. Если же самооценка занижена, то вероятность проявления доброты гораздо выше. Проблема в том, что адекватная самооценка имеет место быть лишь у небольшого числа людей.

Самооценка – это очень сложное явление нашей жизни. Большинство людей относится к себе весьма субъективно. Часть людей или очень переоценивает себя или очень недооценивает. До возникновения адекватной самооценки необходим целый комплект достаточно редких факторов. В частности, это психологическая, философская и духовная эрудиция. Это и наличие системы параметров и критериев оценки человеческой личности вообще, и своей, в частности. Желательно присутствие творческого мышления, постоянного и строгого самоконтроля, многогранного и изощренного, самокритичности, процесса самовоспитания и самосовершенствования, одухотворенности, гармоничности, зрелости, самодостаточности. Хорошо, когда человек делает акцент не на амбиции и самолюбии, а на честности.

Собственно, даже среднего уровня (среднего не с мирской, а с духовной точки зрения, ибо, он равен высокому мирскому) мудрости и одухотворенности достаточно человеку для того, чтобы ясно и отчетливо понимать то, что даже самые большие его достоинства и добродетели, способности и таланты весьма и весьма далеки от полного совершенства. Конечно, разумный человек отдает себе отчет в том, как много он уже сделал в совершенствовании самого себя. Но, в тоже время, он понимает и то, что в будущем ему предстоит работа, во много раз большая, чем уже проделанная. И вовсе не факт, что даже спустя сто лет им будет достигнуты какие-либо существенные вершины. Не с мирской, а с духовной точки зрения. Конечно, то конкретное продвижение вперед, что имеет место у него, может, служить вполне реальным поводом для возникновения определенного чувства удовлетворения самим собой и своей жизнью. Но осознание величины предстоящей работы очень существенно охлаждает самомнение, самоуверенность и самовлюбленность, амбициозность и тщеславие, жажду непомерной славы. Как и постоянного и выраженного общественного одобрения (или хотя бы своего непосредственного окружения) каждого своего чиха, выражаясь аллегорически.

Наиболее вероятно возникновение адекватной самооценки у классического интеллигента. Желательно не путать это понятие с формальной принадлежностью человека к прослойке интеллигенции в связи с наличием высшего образования. Как показали собственные наблюдения автора более двадцати тысяч представителей интеллигенции, они, в подавляющем большинстве случаев, к истинной интеллигентности не имеют вообще никакого отношения. Что, собственно, полностью совпадает с мнением классиков психологии и философии, художественной литературы и мудрецов. Поэтому, в данном случае, суть дела состоит не в индивидуальной субъективности и пристрастности автора, а в его попытке отразить реальную действительность. Собственно, по поводу интеллигенции конца девятнадцатого и начала двадцатого века в России и в Европе классик мировой философии Бердяев писал, что она, по большому счету, оставляет желать лучшего. В подавляющем большинстве своем. И все проблемы и неприятности, в том числе, революция в России, – это закономерный результат социальной пассивности и инертности, так называемой интеллигенции. По этому поводу у него есть даже отдельная большая работа.

Наиболее близка к оптимальной самооценка у истинного аристократа. Который не перестает им быть даже в бедности, в тюрьме или концлагере. Как говорят по этому поводу мудрые люди «алмаз он и в грязи алмаз, а грязь – она среди алмазов только грязь». Собственно, девяносто девять процентов людей, особо рьяно претендующих ныне в России на звание аристократов, к аристократизму не имеют вообще никакого отношения. И даже более того: как правило, в них нет даже какого-либо существенного намека на аристократичность. Ибо, у них не было не только должной школы воспитания аристократичности, но даже и частичного намека на нее. Истинный аристократ никогда не гордился и не гордится своим внешним превосходством над большинством простых окружающих. У него чувство собственного достоинства складывается из осознания ценности и значительности работы по самовоспитанию и самосовершенствованию своего ума, души и духа. В отдельных случаях, и тела. И не с точки зрения банальной и упрощенной мирской логики, а с точки зрения высшей логики – духовной. Соответствующей системе классических ценностей бытия. Вечной и универсальной, соответствующей правилам и законам Высших сил Вселенной.

Достойный человек, как никто другой, понимает то, что все хорошее и особенное в нем, все его достоинства и добродетели, способности и таланты заложены в нем Высшими силами. И это не подарок, а лишь аванс, который необходимо отрабатывать всю свою жизнь. Предельно интенсивно и добросовестно. Ибо, все эти положительные моменты даны ему не для самолюбования, а для повышения гармонии в окружающем мире. И в самом себе, естественно. Тяжелым и изнурительным трудом. И именно в этом, можно сказать, его особая привилегия. В отличие от всех остальных.

Добрый человек стремится очень тонко и дифференцированно воспринимать все свои достоинства и добродетели. Он четко знает, что в мире существует достаточно много людей, которые в значительной степени превосходят его по самым важнейшим параметрам личности. Но, при этом он ценит и ту изюминку, что есть именно в нем. Он ощущает себя и свою жизнь как маленький кирпичик в гигантской стене тружеников Вселенной. Можно его сравнить и с муравьем, который заботится, в первую очередь, о благополучии всего муравейника. А уже потом, о своем собственном. Хотя, по большому счету, эти моменты в его сознании очень тесно и органично переплетены. Они ни в коем случае не приходят в противоречие друг с другом. Более того: они весьма конструктивно и созидательно, изящно и гармонично дополняют друг друга. Потому как, и действительно, они, с духовной точки зрения, должны взаимно обогащать друг друга, никак не нанося ни прямого, ни косвенного ущерба друг другу. Тогда есть вероятность возникновения истинной гармонии.

Особенно гармонично доброта выглядит и проявляется у человека с хорошо развитой внутренней силой. Внутренняя сила – это комплексное понятие, включающее в себя элемент интеллекта, характера и мировоззрения. Чем умнее человек, тем больше вероятность возникновения у него серьезной внутренней силы. Собственно, внутренняя сила есть практически у каждого человека. Вопрос только в том, что у шестидесяти процентов людей она минимальная, еще у тридцати процентов она средней степени развития. И лишь у десяти процентов она высокая, развитая в должной степени.

Внутренняя сила дает возможность ее обладателю достаточно часто и основательно помогать другим людям в решении их проблем различного характера. Не всем подряд, конечно. Но определенному узкому кругу, тем не менее. Внутренняя сила помогает человеку быстро и основательно мобилизовать все свои достоинства и добродетели, способности и таланты для решения сложных и очень сложных житейских вопросов. Не мелких житейских. А особенно важных и ценных с интеллектуальной и психологической, духовной и эстетической точки зрения.

Да и для самого обладателя внутренней силы она дает очень большое и мощное преимущество перед большинством окружающих в преодолении не только каких-либо времен-

ных трудностей, но и в построении наиболее оптимального варианта своей жизнедеятельности при наличии постоянных серьезных и неблагоприятных внешних факторов: болезнь, физический недостаток, материальные или моральные лишения, плохая психологическая обстановка (мачеха, зона заключения, тюрьма, насилие, агрессия, унижения, оскорбления со стороны более сильного партнера по общению и т.д.).

Уровень внутренней силы зависит от уровня жизненной активности того или иного конкретного человека. Если это уровень «троечника», то ни о какой существенной внутренней силе речи не может быть в принципе. Если это уровень «хорошиста», то средний уровень внутренней силы может предполагаться с некоторой вероятностью. Которая существенно возрастает у человека с типом «хорошист-энтузиаст». И у «отличника» может быть высокий уровень. Вероятность чего у «отличника-энтузиаста» существенно выше.

Определенную роль в развитии внутренней силы играет и ряд определенных качеств личности. Это: организованность, самодисциплина, самоконтроль (серьезный, постоянный и многогранный, жесткий и бесстрастный), самокритичность, адекватная любовь к себе, чувство собственного достоинства, одухотворенность, мудрость, момент наличия серьезного процесса самовоспитания и самосовершенствования, самокритичность, серьезный и постоянный самоанализ. И в том числе, своих ошибок и неудач, слабостей и недостатков, иллюзий и заблуждений.

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.