

## Часть 2

# ПСИХОЛОГИЯ. STATUS QUO И ТОЧКИ РОСТА

Психология как система знания постоянно развивается. Наряду с устоявшимися в ней есть и представления, статус которых определен не до конца, – «точки роста». Таковы представления об «энергии» и «Я».

Попытки психологической интерпретации духовной жизни<sup>1</sup> быстро приводят к пониманию недостаточности устоявшихся и необходимости привлечения «неустоявшихся» представлений. Но прежде чем приступить к самой интерпретации (ей посвящена часть 3), необходимо «развернуть» неустоявшиеся представления.

Разговор о «точках роста» предваряет предельно сжатый очерк психологического знания. Для читателей, не связанных профессионально с психологией, такой очерк задаст «понятийное поле», в рамках которого пойдет дальнейший разговор. Для психологов беглый просмотр очерка позволит познакомиться с используемыми мной определениями основных психологических понятий. Желательность такого знакомства понятна любому, кто знаком со «смещением языков» в психологии.

---

<sup>1</sup> Несмотря на условность границы между «духовным» и «бездуховным», я продолжаю называть «духовными» высшие переживания и то, что стоит за ними.

## Глава 3

### STATUS QUO: МИКРООЧЕРК

*Кто не начинает с начала, пусть не надеется продвинуться вперед.*

**ДИНАМИЧНОЕ И СТАТИЧНОЕ • СИСТЕМА ПСИХИЧЕСКОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ • Вопросы при анализе деятельности • Целенаправленные деятельности • Направленность, желания • Потребности • Мотив. Деятельность и активность • Принятие решений • Волевая поддержка • Деятельность как изменение актуальной ситуации • ОБРАЗ МИРА. ОТНОШЕНИЯ • Сознание и бессознательное • Подсистемы образа мира • Элементарные и сложные объекты. Знания. Трансформации • ЭНЕРГИЯ. НЕРАВНОВЕСНЫЕ СОСТОЯНИЯ • Вопросы • «Консервация» неравновесного состояния**

#### ДИНАМИЧНОЕ И СТАТИЧНОЕ

В категориальном аппарате психологии есть два типа понятий: характеризующие *динамическую* (процессуальную) сторону психического (*деятельность, поведение, мышление, восприятие, поток сознания, память* и т.д.) и характеризующие **статичные** компоненты психического – психические образования (*личность<sup>2</sup>, личностные черты, темперамент, характер, образ мира, отношения, состояния, мотивы, потребности, ценности, конструкты* и т.п.).

В своих проявлениях психика – непрерывно изменчивый процесс. В этом смысле можно считать динамические понятия «первичными». Однако изучение психического процесса основано на статичных понятиях, получаемых в результате: во-первых, его сегментации, т.е. выделения периодов, когда содержание психики постоянно, – *состояний<sup>3</sup>*; во-вторых, определения постоянных характеристик процесса (таковы, например, личностные черты) и, в-третьих, введения сущностей, которые нельзя наблюдать непосредственно, но только через их проявления (например, образ мира).

#### СИСТЕМА ПСИХИЧЕСКОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Вся совокупность психических процессов образует *систему психической жизнедеятельности*, которая распадается на отдельные *деятельности*. Определять деятельности можно по-разному. Например, можно выделять такие деятельности, как семейная жизнь, работа, хобби, игра, творческая деятельность и т.п. В свою очередь каждая из деятельностей состоит из *поддеятельностей*, которые могут протекать одновременно или последовательно.

---

<sup>2</sup> Темы, относящиеся к личности, рассматриваются в следующей главе.

<sup>3</sup> Состояния включают реактивные и активные компоненты. К первым относятся, например, настроения – эмоциональные реакции на положение дел (во внешнем мире, в организме, в психике). Активные компоненты – действия, разворачивающиеся во внутреннем плане – эмоциональном (переживания отношений), ментальном (мысли) и т.д.

Структурирование деятельности можно продолжать до уровня отдельных *поступков* (*действий*), далее – до уровня *операций* и, наконец, до уровня *элементарных психических действий* – единиц, составляющих ткань психических процессов – мышления, восприятия, физического действия и т.п.

Эмпирически можно установить, что последовательное членение деятельности на ее составляющие насчитывает 7–10 «этажей». Каждый «этаж» характеризуется своей постоянной времени, т.е. порядком величины временного интервала, в течение которого происходит характерное для данного уровня изменение. Так, при биографическом подходе постоянная времени будет исчисляться годами, а при когнитивно-психологическом – секундами.

В зависимости от исследовательских целей психолог может работать на том или ином «этаже», изучая более или менее быстрые изменения в психике.

Один из способов классификации психических процессов (особенно «нижних этажей») основан на выделении двух видов: *рецепторных* (восприятие информации извне и изнутри) и *эффекторных* (производство воздействий на внешний мир и на «внутренний» мир тела).

### Вопросы при анализе деятельности

При изучении деятельности, помимо ее структуры, обычно интерес представляют следующие вопросы:

- функции или роль деятельности в общей жизнедеятельности;
- направление и результат деятельности;
- возникновение (генез) и завершение деятельности;
- причины возникновения и побудительные силы деятельности;
- возможности управления деятельностью.

### Целенаправленные деятельности

Деятельность, направленная на достижение результата (*цели*), к которому стремится ее субъект (целенаправленная деятельность), – это *сознательное и произвольное* (выполняемое по своей воле) преобразование реально существующей (актуальной) *ситуации* в идеальную конструкцию, воображаемую субъектом.

Процесс формирования цели (целеполагание) сам является деятельностью. В каждый момент человек имеет множество целей, из которых одни подчинены другим. Такое иерархически соподчиненное множество называют *деревом целей*.

Дерево целей часто представляет план, программу достижения цели. Процесс планирования продолжает процесс целеполагания. Как и целеполагание, планирование является деятельностью.

Роль деятельности в системе жизнедеятельности определяется ее значением для других деятельностей, например тех, для которых она является поддеятельностью. Если это значение осознается субъектом, оно приобретает статус *смысла деятельности*.

Деятельности упорядочены. Многие деятельности сходны между собой как структурно, так и по направлениям. Сходство структур основано на том, что в деятельности человек воспроизводит освоенные им образцы поведения – *умения*. Человек делает то, что умеет, относится ли это к воспроизведению движений, речевых форм или мыслительных актов. Выход за пределы освоенного – исключение, относящееся к случаям, когда нечто делается впервые. Воспроизводство умений или поведенческих стереотипов можно наблюдать в деятельности любых уровней.

## Направленность, желания

Для характеристики направления жизнедеятельности используется понятие направленности. *Направленность* – устойчивая характеристика, которая проявляется в содержании *желаний, ценностей, интересов, отношений* и т.п.

Исходным моментом в возникновении желаний является рассогласование реального состояния дел с их привлекательным (идеальным), но воображаемым состоянием. Эта нереализованная привлекательность формирует желание превратить воображаемое состояние в реальное. Целенаправленная деятельность по превращению непривлекательного настоящего в привлекательное будущее неотделима от желаний.

## Потребности

Содержание направленности во многом определяют потребности.

Чтобы жить, человеку нужно множество вещей (материальных и идеальных): воздух, вода, пища, определенные физические условия (например, температура окружающей среды), возможности двигаться, отдыхать, реализовывать физиологические функции (например, сексуальную). Кроме того, человеку нужно социальное окружение и определенные отношения с ним. Часто нужно и многое другое. «Нужды» человека называют *потребностями*.

Часть потребностей – врожденные, другие – приобретенные. «Приобретение» основано на привыкании: попробовал – понравилось – захотелось еще.

Деятельность часто (по мнению некоторых авторов – всегда) направлена на удовлетворение потребностей, либо материальных, (например, в обладании имуществом), либо нематериальных (например, в самоутверждении).

Потребность проявляет себя в ситуации дефицита, когда она не удовлетворена, *фрустрирована*. Она переживается как желание<sup>4</sup>, если ясен предмет, который может ее удовлетворить, либо как дискомфорт (например, напряжение), если такой предмет неясен.

Иногда потребность может *сублимироваться*, т.е. превращаться в другую потребность.

Исходный этап деятельности по реализации желания – поиск возможностей для удовлетворения потребностей. Если такие возможности удастся обнаружить, человек предпринимает шаги по их реализации.

## Мотив. Деятельность и активность

Чтобы обозначить «источник деятельности» (то, что движет деятельностью), используют понятие *мотив*. Мотивом может быть и цель, и неудовлетворенная потребность, и желание. Мотивы бывают внутренними и внешними. К внешним относятся суггестивные (внушенные) воздействия, приказы, просьбы и т.п.

Термины «деятельность» и «активность» (процессы, причина которых находится внутри их субъекта) часто употребляют как синонимы. Я использую понятие «деятельность» (то, что делает или делается человеком или внутри человека) как родовое по отношению к «активности» (движение, имеющее причину в себе).

---

<sup>4</sup> С точки зрения психологии различие между желаниями и неудовлетворенными потребностями состоит в том, что потребность – это свойство организма (физического или психического), фрустрация потребности – особенность состояния организма, а желание – это способ осознания этого состояния. Мы наблюдаем не потребности, а только их проявления: напряженность, тягу к предмету потребности, желания.>

## Принятие решений

В деятельности есть периоды, когда она протекает без участия сознания, – человек работает, как автомат, выполняющий программу и реализующий свои умения. Эти периоды сменяются моментами «распутья», когда есть несколько возможностей: можно идти тем или иным путем, совершить тот или иной поступок. Это моменты *принятия решения*. При принятии решения происходит выбор одной возможности и отказ от других. В этих «узловых» моментах сконцентрирована ответственность человека.

## Волевая поддержка

За время, необходимое для завершения деятельности, актуализируются многие потребности («соблазны»), которые провоцируют субъекта заняться деятельностью по их удовлетворению. При этом ни времени, ни сил для долговременной деятельности не остается. Чтобы продолжительная и трудоемкая деятельность была успешно завершена, необходимо специально ее поддерживать, сохраняя ее направление.

## Деятельность как изменение актуальной ситуации

В самонаблюдении (интроспекции) течение деятельности предстает как постоянно меняющаяся *актуальная ситуация* – отражение в сознании текущего положения дел, своего рода «кадр» в «кинолентке» интроспекции, мгновенный срез динамики «образа мира» (см. ниже). Актуальная ситуация включает представления об обстоятельствах протекания деятельности, о факторах, влияющих на ее успешность, о состоянии субъекта деятельности.

Актуальная ситуация постоянно сопоставляется с целью и/или планом деятельности.

Понятие «актуальная ситуация» («образ ситуации») наряду с понятием «состояние» позволяет переходить от динамического рассмотрения психики к статичному, и обратно.

## ОБРАЗ МИРА. ОТНОШЕНИЯ

Среди статичных компонентов психики центральное место занимает *образ (модель) мира*.

Психика отражает как внешний, так и внутренний мир. Продукт этого отражения – образ (или внутренняя модель) мира. Образ мира включает все *представления (знания)* человека об объектах мира, предметах, явлениях, идеях и т.п., в том числе знания о себе и своей жизни. В образе мира любой объект – это знание о нем.

Образ мира имеет сложную организацию. Его можно представить как киноленту со «звуковой дорожкой», «текстовой дорожкой» – символической записью опыта (своего рода субтитрами), а также с обонятельной, осязательной, вкусовой и многими другими «дорожками». Лента не скручена в рулон, как обычная кинолента, а уложена так, что похожие вещи находятся близко друг от друга.

Образ мира можно представить и как многослойный пирог, нижний слой которого (мир явлений, чье устройство повторяет реальный мир) содержит наглядно-образные, а верхние (мир идей) – все более и более абстрактные вербальные представления. У разных людей вербальные знания различаются по адекватности, полноте и глубине.

Человек не только отражает, но и творит мир, например работой воображения или мысли. Результаты этого творчества также входят в образ мира.

Образ мира не простой слепок с реальности, а слепок, пронизанный лучами *отношениями*. Любой объект – предмет, явление, идея и т.п. – это не только представление о нем, но и отношение к нему. Обезличенного знания (т.е. абсолютно безразличных объектов) нет, как нет и беспредметного отношения. Есть когнитивно-

эмоциональный комплекс, в котором объект неотделим от отношения к нему. Разделить их можно только теоретически.

Лучи-отношения делают образ мира похожим на электростатическое поле, в котором они играют роль силовых линий, делая одни участки образа мира притягательными, а другие – отталкивающими.

Одна из главных функций образа мира – дать субъекту возможность ориентироваться, определять направление своего движения. Реализует эту функцию механизм *осмысления*. Осмысление соотносит явление («положение дел») с образом мира и, следовательно, с играющими роль ориентиров его притягательными участками.

Отношения формируются по мере *познания* объекта и аккумулируют весь опыт знакомства с ним: эпизод за эпизодом. Когда знания об одном предмете различны, различны и отношения к нему. Например, когда два человека говорят, что любят одну книгу, различие в их представлениях о книге означает, что они говорят о разных книгах и разных к ним отношениях.

Отношения характеризуются различными свойствами (модальностями), например такими, как приятие-неприятие и сила-слабость. По последнему свойству объекты варьируются от относительно безразличных до очень важных (*сверхзначимых*).

Часть свойств отношений (например, *противоречивость*) определяется характером знания. Противоречивость означает, что к одним сторонам вещи отношение одно, а к другим – другое. Например, что-то нравится, а что-то – нет. Противоречивость является следствием распада представления о вещи на множество независимых знаний о ее свойствах, не связанных в одно целое, когда человек, увлекаясь анализом в ущерб синтезу, «не видит леса за деревьями».

Говорить о статичности образа мира не совсем правильно. Он изменчив. Во-первых, образ мира постоянно расширяется (длина «киноленты» увеличивается). Во-вторых, внутри образа мира в результате познавательной активности человека постоянно меняются внутренние взаимосвязи. В-третьих, меняются отношения человека к частям образа мира. В-четвертых, отражение живых (динамичных) объектов, прежде всего людей, происходит в форме живых (динамичных) образов. Образ человека не «мертвый портрет», а живой человек с его мыслями, чувствами, поступками, который живет, мыслит и действует внутри нас.

## **Сознание и бессознательное**

У человека есть «внутренний глаз», который смотрит на образ мира. Этот глаз – *сознание*. Другой метафорой для понимания сознания является прожектор, освещающий часть образа мира.

В каждый момент сознание видит только небольшую часть образа мира. Однако, переходя от одной части к другой, можно увидеть довольно много.

Сосредоточение на определенной части образа мира – фокусировка прожектора сознания – называется *вниманием*.

Различные участки образа мира в разной степени доступны сознанию. Наименее доступные части получили название *бессознательное*<sup>5</sup>.

## **Подсистемы образа мира**

Различные подсистемы образа мира в разной степени привлекали внимание психологов. Некоторые подсистемы получили специальные названия.

---

<sup>5</sup> В эзотерической литературе бессознательное часто разделяют на подсознательное и сверхсознательное, имея в виду «животную» и «божественную» составляющие человека.

Так, *мировоззрение* – это совокупность наиболее существенных представлений человека о мире. «Система значимости» – совокупность наиболее важных частей мира (людей, событий, идей и т.д.), отношения к которым характеризуются максимальной силой. «Система самосознания» включает представления человека о себе. «Система Я» включает все, что человек считает своим (собственное тело, мысли, другие люди, вещи и т.д.). Система идеалов содержит представления о наиболее привлекательных объектах.

## **Элементарные и сложные объекты. Знания. Трансформации**

Объекты образа мира можно разделить на два класса. К первому относятся неразложимые «элементы» – образы конкретных предметов и событий, «элементарные» свойства и понятия.

Объекты второго класса имеют *внутреннюю структуру* и состоят из элементарных (или неэлементарных) *объектов* и *связей* между ними. Эти «сложные» объекты можно назвать *знаниями*.

Преобразования образа мира по большей части состоят в развитии знаний. Такие преобразования происходят в процессах *мышления, воображения, целенаправленного*. При *запоминании* также происходит трансформация: формируются связи, используемые при припоминании (воспроизведении). (Само припоминание не трансформация, а движение «луча сознания» по образу мира.)

Важный пример трансформации – *оценивание*, определение выраженности свойств (добрый, истинный, красивый и т.п.), которое заключается в соотнесении объекта с *оценочной шкалой*. Оценочные шкалы (их называют также *конструктами*) у каждого свои. Более того, у одного человека в разные моменты они различны. Различны они и по отношению к разным группам объектов. Так, шкала «умный – глупый» применима к людям, но не, например, к мебели, а шкала «деревянный» – наоборот.

Оценивание превращает объект в набор свойств (оценок по разным шкалам). Этот набор представляет исходный материал для *категоризации*. Категоризация относит объект к классу (категории) объектов с такими же или сходными свойствами. Для обозначения классов служат *понятия*. В свою очередь понятия образуют исходный материал для формально-логического мышления.

Понятийное знание<sup>6</sup> представляет собой структуру: группу понятий и связей между ними. Условно понятия можно разделить на несколько видов – *объекты, свойства, отношения*. Например, суждения «Мальчик сидит на стуле», «Электрон – часть атома» и т.п. имеют структуру «объект – отношение – объект».

Каждое понятие обобщает класс реально наблюдаемых объектов или отношений между объектами. Обобщение может быть непосредственным, если речь идет о таких понятиях, как «стул» (обобщение группы предметов мебели) или «сидеть на» (обобщение группы поз), либо опосредованным системой промежуточных абстракций, например таких, как математические понятия.

В свою очередь знание обобщает наблюдаемые взаимосвязи между объектами. Ясно, что при этом знание обречено на неточность, так как не между всеми объектами, входящими в один класс, и всеми объектами, входящими во второй класс, существует определяемое знанием отношение – не каждый мальчик сидит на каждом стуле и не каждый электрон – часть каждого атома. Для определения «области истинности» знания входящие в его состав понятия необходимо уточнить (сузить).

---

<sup>6</sup> Условно можно считать понятийным знание, выражаемое языковыми средствами.

Неточность (или неполнота) понятийного знания может быть понята при помощи метафоры «валентность»<sup>7</sup>. Понятийное знание «валентно» в том смысле, что в нем есть неизвестные моменты, которые нуждаются в уточнении (по аналогии с химией, где валентность определяется как количество свободных мест для электронов, которые может «притянуть» атом при реакции). Так, например, в суждении «Мальчик сидит на стуле» в отношении объекта «мальчик» неизвестно, сколько лет мальчику, как его зовут, как он выглядит и т.п. В отношении предиката «сидеть на» неизвестно, например, как долго сидит мальчик, почему он сидит, в какой позе и т.п.

Еще одним примером трансформации, используемой в мышлении, является *логический вывод*, когда с помощью наличного знания (структур, состоящих из объектов и связей между ними) и правил логического вывода человек порождает новое знание.

Любая деятельность, даже чисто «внешняя» (например, мытье посуды), одновременно является и деятельностью по преобразованию образа мира. Изменения, которые деятельность вносит во внешний мир, вносятся и в отражение внешнего мира – образ мира<sup>8</sup>. Таким образом, любая деятельность преобразует образ мира: трансформация происходит через отражение реальной трансформации реального мира.

## **ЭНЕРГИЯ. НЕРАВНОВЕСНЫЕ СОСТОЯНИЯ**

Образ мира обладает внутренней *энергией*, складывающейся из энергии отношений субъекта к объектам модели и энергии внутренних связей между объектами. Энергия отношений (например, любви или ненависти) проявляется в тенденции отношений к реализации. Отношения питают энергией деятельность по их реализации.

Некоторые состояния образа мира (*желания, противоречия, недовольства, вопросы* и т.п.) характеризуются *неравновесностью*. Неравновесность проявляется в наличии «свободной» энергии, которая расходуется на работу по ее устранению<sup>9</sup>.

Противоречие – это состояние, когда сосуществуют два взаимоисключающих знания. Простейший пример – двойственность оценки, когда объект одновременно оценивается и как хороший, и как плохой.

Переживание недовольства является частным случаем противоречия – противоречием между реальным, с одной стороны, и желаемым или должным – с другой.

Может показаться, что расхождение реального и желаемого нельзя считать противоречием, так как положительная оценка относится к одному объекту (желаемое), а отрицательная – к другому (реальное). Противоречия и нет, если четко различать оба объекта. Однако часто субъект стремится (обычно неосознанно) отождествить объекты, поставить между ними знак равенства, превращая их тем самым в единый объект. Особенно часто это происходит при сопоставлении реального и должного, так как модальность долженствования (отношение к чему-либо как к должному) содержит в себе потенциал отождествления.

---

<sup>7</sup> Идея использования этой метафоры в когнитивной психологии подсказана мне И. Югановым.

<sup>8</sup> Обратное неочевидно, а с обыденной точки зрения – неверно: размышления или фантазии не обязательно ведут к изменениям внешнего мира. В эзотерических учениях, отвергающих противопоставление внутреннего (идеального) и внешнего (материального) миров и считающих Мир единым и материальным (хотя и состоящим из материи разной плотности), считается, что идеальные изменения (в мыслях) влияют на материальные объекты. Такой способ влияния называется магическим.

<sup>9</sup> Легко видеть, что образ мира всегда находится в неравновесном состоянии.



Следствием такого отождествления является противоречие, которое служит источником энергии для деятельности по преобразованию реального в желаемое (или в должное). Фактически тот же механизм задействован и в энергетике желаний и целей.

Для снятия недовольства есть два пути. Если мне что-то не нравится (какой-то объект оценивается негативно), я могу либо попытаться изменить образ мира, с тем чтобы оценка сменилась на позитивную, либо заняться деятельностью по реальному изменению не нравящегося мне реального объекта в реальном мире.

## Вопросы

Вопросы образуют самостоятельную группу источников энергии для деятельности по трансформации образа мира. Фактически они играют ведущую роль в познавательной работе.

Существуют различные типы вопросов: уточняющие, цель которых – уточнить понятийное знание, определить, какие именно объекты находятся в отношении, определяемом формулировкой знания; вопросы о причинах того или иного отношения между объектами (среди них интересны вопросы о причинах противоречий); вопросы об объектах, которые недоступны непосредственному наблюдению, – о Боге, истине, добре и т.д.<sup>10</sup>

Общим свойством вопросов является неравновесность состояния вопрошания – если вопрос возник, он требует снятия и, таким образом, является источником энергии для соответствующей деятельности (например, через поиск ответа) – перехода в равновесное состояние.

### «Консервация» неравновесного состояния

Работа понимания, приводящая к снятию вопроса, является не единственным способом реализации энергии неравновесного состояния. По тем или иным причинам (например, из-за лени, неверия в возможность результата, ощущения бессмысленности работы понимания и т.п.) неравновесное состояние с присущим ему запасом энергии может «консервироваться», переходя из области сознания на бессознательный уровень.

«Консервироваться» способны не только состояния непонимания, но и любые неравновесные состояния. Например, неудовлетворенная потребность, если она не витальная, т.е. жизненно важная для физического сохранения индивида, может вытесняться (переставать осознаваться).

Иногда «законсервированная» неравновесность снимается произвольно («рассасывается»), без участия сознания, но чаще она сохраняется. В последнем случае «законсервированное» неравновесное состояние может стать опасным, превратившись в постоянно действующий источник деструктивной энергии. Этот феномен<sup>11</sup> подробно описан и исследован в рамках фрейдовского психоанализа.

---

<sup>10</sup> Эти вопросы являются манифестацией переживания человеком особенного состояния – тайны.

<sup>11</sup> Можно усмотреть аналогию этого явления с наличием в организме инородного тела, которое отвлекает часть энергетического ресурса на работу иммунной системы по нейтрализации его присутствия и, таким образом, ослабляет иммунную защиту.

## Глава 4

### Я: ЛИЧНОСТЬ И СУЩНОСТЬ

*Есть люди, у которых как в современных магазинах – на витринах есть все, но зайдешь внутрь – там пусто.*

*Жалок тот, в ком ничего не осталось от ребенка.*

**ПОНЯТИЕ «Я» В ПСИХОЛОГИИ • ПОНЯТИЕ «ЛИЧНОСТЬ» В ПСИХОЛОГИИ • ГУРДЖИЕВ О «ХОЗЯИНЕ». МНОЖЕСТВЕННЫЕ Я • ПСИХОЛОГИЯ МНОЖЕСТВЕННЫХ Я • Роли • Многообразие деятельности • Восприятие других • Множественные Я как «комплексы» • Возраст множественных Я • УСТОЙЧИВОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ИЕРАРХИЯ МОТИВОВ • Личностное ядро и личностный стержень • Я-инвариант • СУЩНОСТЬ • Два феномена • Два варианта социализации • Остановка развития • Развитие сущности • Гурджиев о личности и сущности • Сущностное Я**

#### ПОНЯТИЕ «Я» В ПСИХОЛОГИИ

Место Я среди психических реалий – особое. Понятие «Я» должно бы занимать не менее важное место, чем «деятельность», «мотив» или «образ мира». Но не занимает.

Психологи используют это понятие в теоретических работах. Но никто не изучает Я эмпирически. Понятие «Я» – слишком крупное. Однако без него многое остается непонятным.

В профессиональном обиходе «Я» имеет несколько значений.

Первое значение – система представлений человека о себе (*Я-образ* или *Я-концепция*).

Второе – психическая форма *самоидентификации* – «отличности» (индивидуальности) человека от окружающего мира и других людей.

Третье – представленность человеку при самовосприятии его самого как *субъекта психической жизнедеятельности*: чувств, поступков, целей, потребностей, желаний, мыслей, поведения, отношений и т.п. В этом понимании Я – тот, кто думает то-то и то-то, делает то-то и то-то, чувствует то-то и то-то и т.д.

Четвертое – то, что остается в психике *неизменным*, несмотря на развитие.

Пятое – тот «человек в человеке» («хозяин»), который ответственен за его жизнь, тот, кто *контролирует* поведение, мысли и т.п.

Шестое – «ядро», в котором сосредоточена сущность человека.

Нетрудно видеть «родственность» всех перечисленных значений. Впечатление, что за ними стоит одна реальность, выразилось в использовании общего имени – Я.

С прикладной точки зрения наиболее важное значение Я – центр, управляющий поведением, – «хозяин». Если знать «хозяина», можно прогнозировать поведение и управлять им. Поэтому академическая психология сосредоточила свое внимание на изучении «хозяина», для благозвучия назвав его «личность». Естественно, предполагается, что единственный «хозяин» («личность») существует.

## ПОНЯТИЕ «ЛИЧНОСТЬ» В ПСИХОЛОГИИ

Хотя общепринятого определения личности нет, обычно личностью называют *устойчивые стереотипы поведения*.

Методы исследования личности направлены на выявление этих стереотипов. Предполагается, что личность определяется набором *личностных свойств*, проявляющихся в тех или иных образцах поведения.

Измерение свойства состоит в подсчете образцов поведения, свидетельствующих о его выраженности. Выраженность определяется как отношение количества этих образцов к общему числу наблюдений.

Например, измеряя щедрость, мы обнаруживаем, что в семи наблюдениях из десяти человек щедр. Это является основанием, чтобы считать человека щедрым «на 70 процентов» и прогнозировать, что с вероятностью 70 процентов он не откажет в пожертвовании.

Такой подход вполне логичен при условии верности основной посылки – существования «хозяина». Однако с этим все не так просто.

### ГУРДЖИЕВ О «ХОЗЯИНЕ». МНОЖЕСТВЕННЫЕ Я

Гурджиев понимает под Я то же, что психология называет личностью, – центр, управляющий психической жизнедеятельностью. Однако он расходится с психологией в признании «автоматического» существования этого центра.

Исходный пункт психологической теории Гурджиева – отсутствие единого Я у «несовершенного» человека. Человек начинает делать одно дело, бросает его, начинает другое, его также бросает, берется за третье и т.д. И внешнее поведение, и внутренняя логика реагирования на события все время меняются. Стороннему наблюдателю такое непостоянство может казаться нелогичным.

Например, известие о чьем-то убийстве может либо оставить человека равнодушным, либо вызвать негодование в адрес убийцы, страх за свою жизнь и даже злорадство. Та или иная реакция будет определяться состоянием, в котором находится человек: погружен ли он в отвлеченные мысли, наполнен ли гражданским чувством, сосредоточен ли на своем благополучии или стремится к самоутверждению, т.е. тем, какое из его Я главенствует в данный момент. Точно так же деятельность одного и того же человека направлена то на добывание денег, то на заботу о близких, то на преодоление творческого кризиса и т.д. Каждый раз перед нами фактически разные люди.

Гурджиев говорит, что есть много претендентов на роль «хозяина» (много Я). Каждый из них стремится быть «хозяином», и иногда ему это удается, но он оказывается калифом на час, так как вскоре его свергает другой претендент, власть которого так же непродолжительна, как и его предшественника.

Наличие многих Я объясняет неспособность «несовершенного» человека к длительной целенаправленной деятельности. Когда одно Я планирует что-то сделать, оно не подозревает, что вскоре будет «свергнуто», а новый «хозяин» не станет реализовывать его планы.

Таким образом, если в человеке и есть нечто постоянное, это нечто не определяется тем, как он себя ведет: ведет он себя все время по-разному. Этот вывод многое переносит в психологии личности.

Действительно, выводы о «70-процентной щедрости» не имеют никакой ценности, если признать существование двух Я – щедрого и скупого. То, что мы видели 7 раз щедрое и 3 раза – скупое Я, еще ничего не говорит о том, какое Я будет хозяйничать, когда мы обратимся за помощью.

Это означает, что изучение поведения полезно для прогнозирования только в той мере, в какой оно – изучение того, *что* стоит за поведением его субъектов, которых вслед за Гурджиевым мы будем называть множественными Я.

## **ПСИХОЛОГИЯ МНОЖЕСТВЕННЫХ Я**

### **Роли**

Среди причин формирования множественных Я первым нужно назвать принятие разных ролей.

Человек в соответствии со своим положением в малой группе (например, в семье) и/или в обществе усваивает многочисленные стереотипные для его культурной среды поведенческие (шире – психические) образцы: сына, мужа, отца, деда, школьника, студента, инженера, учителя, писателя, общественного деятеля и т.д. и т.п. Каждый из образцов имеет свою собственную логику, цели и т.д. Воспроизводя образец, человек играет соответствующую роль так, как он ее усвоил. Если играть долго и увлеченно, роль приобретает атрибуты Я – от нее нельзя произвольно отказаться и приходится продолжать играть даже «нехотя». Маска срастается с лицом.

### **Многообразие деятельности**

Другая (отчасти сходная) причина множественности Я – многообразие деятельностей.

Часто разные деятельности слабо связаны между собой. Единой логики жизнедеятельности нет. Каждая потребность заставляет действовать для ее удовлетворения и, таким образом, функционирует как независимое Я, стремящееся к господству.

### **Восприятие других**

Третья причина связана с тем, что в психике живет множество людей. Восприятие человеком человека устроено так, что его результат – образ другого – оказывается живым.

Наиболее ярко это проявляется в отношении воспитателей. Воспитатель живет в воспитаннике: человек может слышать голос воспитателя, который говорит то, что говорил бы в этой ситуации воспитатель<sup>12</sup>.

Люди, которыми «населен» человек, непосредственно влияют на его жизнь, определяя способы реагирования и подсказывая решения в сложных ситуациях. Если человек не рефлексует наличия других, то они приобретают статус его Я<sup>13</sup>.

### **Множественные Я как «комплексы»**

Во многом поведение определяют внешние влияния. Большинство представлений, ценностей, стереотипов поведения навязано человеку и воспринято им некритично. Мозаика разнородных влияний формирует весьма эклектичную картину. Одни ценности противоречат другим. Одни цели – другим. Одни принятые роли (поведенческие стереотипы) – другим. Одни мысли (представления) – другим. Все это – и мысли, и ценности, и представления, и роли – служит для управления поведением. Ясно, что такое управление не может быть эффективным. Если хотеть ехать и вправо и влево, непонятно, куда поворачивать руль. Часто решение принимается на основании случайно оказавшегося «под рукой» соображения.

---

<sup>12</sup> Этот «внутренний голос» может восприниматься и как голос воспитателя, и как свой «второй голос».

<sup>13</sup> Иногда в этой связи говорят о «втором Я», хотя правильной было бы говорить о «тридцать пятом» или «сто сорок третьем».

Воспринятые из разных источников разноплановые психические образования могут объединяться в «комплексы»<sup>14</sup> – связанные между собой группы. Каждый такой «комплекс» – свое множественное Я.

«Раздвоение личности», когда ни одно из Я не помнит о существовании другого (точнее, отсутствует ощущение реальности другого Я и/или своей к нему причастности), возникает как результат соединения двух факторов: во-первых, сильной внутренней связи внутри «комплексов», образующих каждое Я, и несвязанности их между собой и, во-вторых, отсутствия единого центра, выполняющего функцию рефлексии.

### **Возраст множественных Я**

В зависимости от возраста («стажа») множественные Я различаются по степени «укоренения» в психическом организме.

Я, которое возникает раньше и «живет» дольше, сильней «прирастает» к человеку, в большей степени конституирует его психику. Его составляющие (привычки, представления, черты характера и т.д.) менее изменчивы. Ранние Я больше присущи человеку, они более «Я-шные». Поздние – более искусственные, более «наносные».

Раньше других появляются Я, включающие самые общие характеристики индивидуальности – чувство самоидентичности, задатки, темперамент и генерализованные черты характера – обидчивость, задумчивость, мечтательность, игривость – серьезность и т.п.

Позднее формируются Я, включающие такие образования, как мировоззрение, направленность, желания, ценности. Еще позднее – Я, включающие большинство специальных знаний и умений.

### **УСТОЙЧИВОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ИЕРАРХИЯ МОТИВОВ**

Многочисленные неупорядоченные мотивы: неудовлетворенные потребности, нереализованные желания, неоконченные действия, привлекательные возможности, требования и т.п., – конкурируя за ресурсы человека, дробят их, «растаскивают» в разные стороны. При этом длительная целенаправленная деятельность невозможна. Возможна лишь длительная псевдо-«деятельность» – поведение, мотивированное принуждением (работа «из-под палки»).

Для длительной деятельности нужно, чтобы сила одних мотивов была больше, а их действие более продолжительным, чем других. Кроме того, необходимо организованное сопротивление конкурирующим мотивам, «соблазнам».

Это означает, что нужна иерархия, в которой одни мотивы имеют статус главных, другие – второстепенных.

При иерархии второстепенный мотив не может вытеснить главный. Это позволяет главному мотиву поддерживать деятельность до момента достижения ее результата.

Второстепенные деятельности возможны, только если они не мешают главной.

### **Личностное ядро и личностный стержень**

Психические образования, ответственные за устойчивость деятельности, доведение начатых дел до конца и обеспечение внутренней логики связи между отдельными деятельностями, т.е. за создание необходимых предпосылок для развития, – *личностное ядро и личностный стержень*.

---

<sup>14</sup> Классические «фрейдовские» комплексы («комплекс неполноценности», комплекс Эдипа и т.д.) – частный случай «комплексов» в таком понимании.

Личностное ядро образовано наиболее устойчивыми и значимыми представлениями: о себе – Я-концепция, о должном, о хорошем и плохом, о добре и зле и т.п.

Личностный стержень – это иерархически упорядоченная система мотивов.

Личностное ядро и личностный стержень сформированы из «центральных» представлений и мотивов, входящих в состав наиболее ранних и наиболее часто «хозяйничающих» (т.е. самых «Я-шных») множественных Я. Это позволяет говорить о них как об оболочке этих Я.

Чтобы обеспечивать устойчивость деятельности, в личностном ядре (стержне) не должно быть противоречий, т.е. взаимоисключающих представлений (мотивов). Обычно такие противоречия есть. Когда одно Я обретает новые представления (мотивы), оно не помнит или не знает о представлениях (мотивах) других Я.

Устранение противоречий («чистка» личностного ядра и личностного стержня) – длительная и трудная работа, состоящая из множества повторяющихся этапов.

На каждом этапе выполняется одна из двух операций: либо выбор из двух противоречивых возможностей, либо их переосмысление, в результате которого противоречие устраняется.

Обе эти операции невозможно выполнить, оставаясь в границах личностного ядра. Необходимо подключение внешнего источника воли и знания. Более того, это внешняя воля и знание должны быть постоянны и не подвержены случайным изменениям.

Ту же мысль можно выразить иначе. Чтобы деятельность была устойчивой, ею должен заниматься тот, кто присутствует постоянно. Главные мотивы должны репрезентировать волю постоянного Я, которое можно назвать *Я-инвариант*.

## **Я-инвариант**

В течение жизни человек все время меняется. Меняются мысли, вкусы, интересы и т.п. Трудно назвать то, что остается неизменным. Возникает естественный вопрос: а существует ли Я-инвариант?

В пользу положительного ответа говорит то, что и в пять, и в пятьдесят лет в чем-то человек остается самим собой. Это ЧТО-ТО часто невозможно увидеть со стороны. Но оно очевидно при взгляде изнутри, для самого человека.

Это неизменное ЧТО-ТО проявляется себя в чувстве Я (*чувстве самоидентичности*), которое присутствует в эмоциональном фоне любого состояния<sup>15</sup>. Стоит спросить себя «Где Я?» или «Что такое Я?», в ответ возникает чувство самоидентичности.

## **СУЩНОСТЬ**

Среди множественных Я есть одно, отличающееся по своему происхождению от других.

## **Два феномена**

В психологии детства известны два феномена.

Первый – появление между годом и четырьмя «чувства Я», которое сохраняется на всю жизнь.

Второй – наличие у детей дошкольного возраста только одного («исходного») Я. Наблюдателю всегда легко отличить естественное поведение ребенка от искусственного, подражательного. Сам ребенок четко осознает, когда он подражает кому-то, например в ролевой игре, а когда является СОБОЙ.

---

<sup>15</sup> Временное отсутствие чувства самоидентичности обычно говорит о том, что внимание поглощено чем-то другим и Я не замечается.

## Два варианта социализации

Обычно психическое становление ребенка рассматривают как *социализацию* – освоение социальных норм поведения, знаний и умений, формирование социальных потребностей и деятельностей – другими словами, вращение в социум. При этом, с одной стороны, запреты и наказания подавляют естественные склонности, а с другой – внушения, примеры для подражания, требования взрослых навязывают систему представлений, норм, идеалов и т.п.

Социализация («окультуривание») может происходить по-разному.

### Остановка развития

Чаще всего, принимая чужое, ребенок вынужден отказываться от своего, естественного – вести себя не так, как хочется, думать не о том, о чем хочется, и т.п.

Воспринятое чужое образует новое Я, которое никак не связано с Я исходным, существующим с момента пробуждения чувства Я. Например, новое Я может иметь имя «Хороший мальчик». «Хороший мальчик» должен делать совсем не то, чего хочет Я, но поведение «Хорошего мальчика» поощряется окружающими, а поведение Я – порицается. Ребенок играет «Хорошего мальчика» и получает за это «подкрепление» – похвалы взрослых. Постепенно игра переходит в привычку – и формирование нового Я завершено.

Со временем количество новых Я растет, ребенок все время живет их жизнью, и для того, чтобы жить жизнью исходного Я, у него просто не остается времени.

Аналогично происходит обучение. Получая новое знание, ребенок его не *проживает*. В результате знание оказывается поверхностным, формальным. Человек превращается в хранилище мертвых знаний.

При взрослении схема сохраняется – жизнь продолжается под влиянием стереотипов, требований: человек играет новые роли и у него появляются новые Я. Мир каждого из таких Я непохож на миры других Я. У «Я-добряка» свой мир, у «Я-хитреца» – свой. Мир «Я-отца» отличается от миров «Я-мужа» и «Я-сына». Мир «Я-гражданина» – от мира «Я-обывателя» и т.д.

Для исходного Я с его спонтанной (термин Фромма) активностью не остается места – человек (по выражению того же Фромма) «перестает быть». Постоянно *меняясь*, он не *развивается*. У новых (искусственных) Я нет потенциала развития. Однажды сформировавшись, они остаются неизменными. Единственное, что может меняться, – это частота их использования.

### Развитие сущности

Второй вариант встречается редко. Чаще можно видеть его элементы. При этом варианте субъектом социализации становится исходное Я, которое ищет возможности социализоваться, оставаясь собой и не прибегая к использованию масок («личин»).

Новые знания (если речь идет о процессе учения) усваиваются не «механически» (зубрежкой), а путем настоящего понимания, проживания, превращения их в личный опыт.

Например, проживание географических знаний лучше всего происходит в путешествиях, физических – при интерпретации окружающего мира как физического процесса, исторических – при воспроизведении работой воображения исторических событий, математических – при умении выводить формулы и/или «видеть» математические объекты и т.д. То же относится и к научению «жизненным правилам».

Обучение проживанию значительно более трудоемко, но и более полезно, так как выстраданное в раздумьях и сомнениях знание может творчески применяться, взаимодействовать с другими знаниями, расти. Исходное Я при этом развивается (в

отличие от искусственных Я оно обладает такой способностью), увеличивает свою жизненную силу и сопротивляемость.

## Гурджиев о личности и сущности

Гурджиев называет исходное Я – «сущность» в отличие от искусственных Я, которые он называет «личность». «Личность» у Гурджиева – это личины<sup>16</sup>, «одежда» сущности. Эта одежда может быть настолько плотной и тесной, что сущность не сможет ни жить, ни расти. Тогда человек превращается в свой костюм.

Если в личности (в понимании Гурджиева) сосредоточены внешние, чуждые человеку влияния, то сущность (*сущностное Я*) содержит влияния внутренние. Сущностное Я можно считать источником активности (внутренней энергии).

Противопоставление того, что Гурджиев называет «личностью» и «сущностью» (правда, в иной терминологии), встречается и у других авторов, например у психоаналитиков. У зрелого Л.Н. Толстого есть замечание, что новорожденного и пятилетнего разделяет пропасть, а пятилетнего и его самого – шаг.

## Сущностное Я

Сущностное Я похоже на семя, которое может вырасти в дерево. Являясь врожденным, сущностное Я может развиваться. Как семя, сущностное Я аккумулирует запас жизненной энергии.

Эта энергия разряжается в спонтанной активности: в интересе, тяготении, различных «импульсах»<sup>17</sup>, в стремлении способностей к реализации. В детстве спонтанная активность сущностного Я проявляется в непоседливости, неудержимых фантазиях. У взрослых – в «немотивированном» изменении своей жизни, стремлении к творчеству и т.д.

То, что в сущностном Я скрыты побудительные силы развития, дает основание считать, что оно содержит программу индивидуальной жизни<sup>18</sup>. Эту программу можно назвать судьбой. Так как программа очерчена только «контурно», человек может влиять на ее реализацию.

В своем развитии сущностное Я может использовать опыт других множественных Я, делая его, например, материалом раздумий. В результате опыт личностных Я оживает и превращается в опыт сущностного Я.

Аналогично, личностные ядро и стержень могут стать «сущностными».

Способность развиваться основана на том, что в сущностном Я всегда присутствует Я-инвариант – то неизменное, без чего развитие – это просто изменение. Что это такое?

---

<sup>16</sup> Понятие «личность» Гурджиев использует в ином значении, чем академическая психология.

<sup>17</sup> В сущностном Я аккумулированы не только «хорошие» стремления (к любви, добру, творчеству), но и «плохие», деструктивные, например агрессивные импульсы и т.п.

<sup>18</sup> Возможно, в эту программу входят данные о функции индивидуальной жизни в Мире. Если принимать учение о реинкарнации, то программа может содержать и память о прошлых воплощениях.



## Глава 5

### Я-АКТУАЛЬНОЕ И Я-ЦЕНТР

*Сохраняйте, если вам угодно, некоторые формы, но никогда не теряйте дух, скрывающийся за этими формами.*

**ДВА СОСТОЯНИЯ • КОНФИГУРАЦИЯ «Я В МИРЕ» • Свои и чужие переживания • Свои и чужие вещи • Живое и неживое • Оживляющее восприятие. Проекция и интроекция • Я-актуальное • Отождествление • Разотождествление • Я И НЕ-Я • Граница Я • Чувство собственного достоинства • О кросскультурных различиях • УПРАВЛЕНИЕ • Я-ЦЕНТР • Свойства Я-центра • Развитие рефлексии и воли • Функции Я-центра • Я-центр и индивидуальный дух • Разотождествление как освобождение • ВОПРОСЫ**

#### ДВА СОСТОЯНИЯ

Большинство людей почти все время находятся в состоянии, когда они никак не относятся к тому, что происходит у них внутри («происходит и происходит»), не обращают внимания на происходящее, слиты с ним. Это состояние можно назвать *самотождественностью*.

Только изредка «обычный» человек выходит из состояния самотождественности, отделяет себя от происходящего с ним и начинает к этому происходящему как-то *относиться*.

Выйти из состояния самотождественности нетрудно – достаточно посмотреть на себя со стороны. Такой взгляд со стороны называется *рефлексией*.

Если в состоянии самотождественности нет ничего, кроме сиюминутных (актуальных) переживаний (человек тождествен своим переживаниям), то при взгляде со стороны картина сложнее. Присутствуют те же переживания, но еще и их восприятие и, самое главное, **тот, кто воспринимает**. При рефлексии человек становится тождествен не своим переживаниям, а самому «взгляду со стороны», т.е. превращается в *наблюдателя* за собой. Содержание переживаний, становясь содержанием взгляда со стороны, отчуждается.

У «обычного» человека взгляд со стороны не бывает продолжительным. На смену ему снова приходит состояние самотождественности. Однако это новое состояние часто отличается от того, которое предшествовало взгляду со стороны.

#### КОНФИГУРАЦИЯ «Я В МИРЕ»

Одним из результатов взгляда со стороны является пробуждение способности *отнестись* к происходящему. Объектами отношения могут быть и собственные переживания (составляющие актуального состояния), и составляющие актуальной ситуации – вещи в мире.

#### Свои и чужие переживания

При взгляде со стороны часть «увиденного» в поведении, мыслях или чувствах предстает как **своя**. К ней относятся переживания, субъектом которых человек ощущает себя – **свои** «сиюминутные» деятельность, поступки, побуждения, представления, мысли,

воспоминания, чувства, желания и т.п. – и за которые он принимает ответственность на себя.

Другая часть воспринимается как чужеродная, навязанная извне, **не своя** (например, собственные поступки, совершаемые без желания). Ответственность за эти переживания человек возлагает на других – природу, организм, обстоятельства, дьявола и т.д., но не на себя.

Первая часть воспринимается как собственная активность – «я делаю» («я думаю», «я чувствую», «я понимаю»). Вторая – как чужая, по отношению к которой человек пребывает в страдательной позиции («со мной происходит», «мне подумалось», «мне показалось», «мне пришло в голову» и т.п.).

Соответственно, источники побуждений для первой части воспринимаются как внутренние («я хочу», «я стремлюсь», «я должен»), а для второй – как внешние (в более явных случаях – «что-то меня толкнуло на это», «мною овладела какая-то сила»; в менее явных – «меня привлекает», «мне нужно»).

Восприятие переживания как своего или чужого не определяется его предметным содержанием. Было бы соблазнительно считать, что «низменные импульсы» (типа желания поесть) воспринимаются как внешние, а «высокие порывы» (например, творческие) – как внутренние. Реально дело обстоит не так. Религиозные и творческие состояния могут переживаться как дарованные извне, а чувство голода – как исходящее изнутри. Впрочем, бывает и наоборот.

## Свои и чужие вещи

### Живое и неживое

Актуальная ситуация – представленность мира в сознании в данный момент – включает образы разных вещей: обстоятельств жизни, предметов собственности, целей, предметов и средств деятельности, объектов созерцания и т.д. Человек по-разному относится к этим вещам: ненавидит, боится, презирает, воделеет, стремится к ним и т.д.

Среди образов актуальной ситуации есть **живые**. Имеется в виду живость не их прообразов – реальных вещей в мире <sup>19</sup>, а именно самих образов – компонентов актуальной ситуации.

Восприятие может омертвлять и самое живое – людей. Преподаватель видит школьника сосудом, который нужно наполнить знаниями. Врач – пациента механизмом, который нужно починить. Люди-инструменты и люди-препятствия в достижении наших целей – примеры «неживых» людей можно множить бесконечно. Если образы людей часто безжизненны, тем более безжизненными оказываются образы других вещей.

Живой образ в отличие от безжизненного изменчив и активен. Причина его изменчивости внутри него. Он реагирует на внешние воздействия и сам способен воздействовать на другие объекты. Он обладает волей, свободой, сознанием.

### Оживляющее восприятие. Проекция и интроекция

Когда образ оживает? Если это образ внутреннего восприятия, значит, он существовал как живой в образе мира. Таким может быть, например, образ близкого человека.

Однако оживление может происходить и непосредственно при восприятии. Во-первых, я могу оживить объект, проживая его жизнь. Во-вторых, объект может жить своей жизнью, а я – «впустить» его в себя. Первую возможность реализует механизм *проекции*, вторую – *интроекции*.

---

<sup>19</sup> Живыми можно считать и камни, и произведения искусства, и общество, и политику, и тексты и т.п. Всюду можно найти одни и те же признаки жизни.

При проекции восприятие активней, при интроекции – пассивней. Но и в интроекции есть элемент активности – повторение воспринятого, его эхо-воспроизведение, которое переносит объект внутрь. Тот же механизм воспроизведения, но в форме ролевого проигрывания задействован и при проекции.

При проекции человек живет своей жизнью в образе другого.

При интроекции жизнь другого может стать своей. Но не обязательно. Другой может жить во мне, даже когда я не признаю его жизнь своей.

Проекция может оживить, казалось бы, безжизненные вещи: камень, мысль и т.п. При проекции человек как бы одаривает вещь своей жизнью, излучает на нее свою жизненную энергию. Это менее явно при живом восприятии человека, но очевидно при «оживлении» статуи.

При интроекции человек открывает жизнь вещи, входит с ней в контакт и «втягивает» ее в себя<sup>20</sup>, обогащаясь ровно на эту жизнь<sup>21</sup>.

## Я-актуальное

Среди живых образов в актуальной ситуации есть образы, которые **наполнены жизнью субъекта**. Их жизнь воспринимается как своя.

Таковыми могут быть образы высокозначимых объектов, например образ себя, образ своего физического тела, образы близких людей. Иногда – некоторые предметы, художественные произведения и т.п.

Определим *Я-актуальное* как *конфигурацию «Я в мире»* – **свои переживания и свои, живущие одной жизнью с человеком вещи (своя часть мира) по отношению ко всем остальным, соответственно, переживаниям и вещам.**

Конфигурация «Я в мире» непрерывно меняется: расширяется при увеличении «своего» и сужается при его уменьшении. В состоянии самотождественности она исчезает – превращается в «нулевую» конфигурацию.

Расширение конфигурации реализуется механизмом *отождествления*; сужение – *разотождествления*.

## Отождествление

Наиболее наглядно отождествление проявляется в сочувствии, сострадании, сопереживании. На отождествлении построено и восприятие «драматургических» произведений – спектаклей, фильмов и т.п.

Способность к отождествлению формируется в ролевых играх. В зародыше она существует с момента рождения. Ее первое проявление – эмоциональное восприятие младенцем матери.

Отождествление противоположно и преобразованию и захвату мира, реализующим стремление к обладанию, которые также иногда интерпретируют как расширение Я<sup>22</sup>. Отождествиться можно только с живым. Желание иметь (неважно что – вещи, людей, славу и т.д.) направлено на владение, т.е. подчинение себе предмета желания, на

---

<sup>20</sup> В таком «взаимодействии жизней» проявляется Закон притяжения.

<sup>21</sup> Обогащение жизнью другого качественно отличается от других воздействий мира на человека – требований, соблазнов, «дрессуры», навязывания представлений и т.п.

<sup>22</sup> Включение в состав Я объектов обладания основано на наблюдении за привязанностью к имуществу (приземленности) и переживанием угрозы имуществу как угрозы себе – в форме страха, вспышек агрессии и т.п.

Но эти факты можно интерпретировать и иначе. Имущество – это материализованное (отчужденное в своих результатах) приобретательство. Угроза имуществу – угроза приобретательству, т.е. активности, вокруг которой часто организована вся жизнедеятельность.

приобретение над ним власти, а значит – на его омертвление, замену его жизненной активности своей. В этом смысле желание противоположно любви<sup>23</sup>.

Механизмы отождествления можно понять, наблюдая работу актера, центральный момент в которой – подражание. Задача актера – правдивый показ персонажа – требует отождествления.

Актер работой воображения помещает себя в обстоятельства персонажа и старается, подражая ему внешне и внутренне, прожить его жизнь.

Так же и мы подражаем (часто бессознательно) человеку, которому сопереживаем: помещаем себя в его обстоятельства и повторяем его переживания, «проигрывая» их внутри.

Отождествление с «неодушевленными» объектами (камнем, деревом, мыслью, картиной и т.д.) возможно благодаря происходящим в них или с ними изменениям, а для неизменных – благодаря протяженности процесса их восприятия, которое делает образ объекта изменчивым. Воспроизводя эти изменения, мы проживаем «жизнь» объекта, отождествляемся с ним.

Здесь возможен вопрос. Восприятие – это всегда подражание тому, что воспринимается. Мы повторяем (движениями глаз, микроартикуляцией) то, что видим или слышим. Почему же восприятие не всегда сопровождается отождествлением?

Во-первых, отождествление предполагает наличие наблюдателя (Я-актуального). Когда Я нет (в состояниях самотождественности), отождествление невозможно. Например, отождествления нет при самозабвенном актерском перевоплощении или в детских играх, когда ребенок не помнит себя.

Во-вторых, отождествление бывает более или менее полным. Жизнь другого проживается либо в отдельных моментах (то удалось понять какую-то высказанную мысль, то ухватить фрагмент настроения и т.п.), либо более целостно. Когда Я-актуальное существует, то в какой-то степени человек отождествляется с тем, что он воспринимает.

Степень отождествления определяется развернутостью восприятия, а она – местом восприятия среди других одновременно выполняемых деятельностей. Полным отождествление бывает при восприятии, которое доминирует над остальными деятельностями, когда человек сосредоточен только на восприятии. Такое восприятие создает образ, который живет полноценной жизнью, становится частью Я-актуального и расширяет его границу.

## Разотождествление

Конфигурация «Я в мире» сужается в результате разотождествления, взгляда со стороны. Разотождествление – это перемена отношения: Я начинает относиться к своему как к чужому.

Разотождествление отделяет Я-актуальное от происходящего, превращает его в наблюдателя. Разотождествление характерно для обороны<sup>24</sup>. Я-актуальное избавляется от тех своих частей, которые воспринимаются как вредные, подобно ящерице, оставляющей преследователю свой хвост.

Разотождествление с объектами внешнего и внутреннего миров происходит по-разному.

Для разотождествления с внешним объектом (например, любимым человеком) достаточно переключить внимание на другой объект или сменить отношение. Такое

---

<sup>23</sup> Феномен пушкинского «скупого рыцаря» только подтверждает это положение. Отношение барона к золоту – это любовное отношение, лишённое корысти. Он «оживляет» золото своей любовью к нему.

<sup>24</sup> При разотождествлении происходит замыкание в себе. Живым в человеке оказывается только он сам. Связи с миром разрываются. Поведение в таком состоянии называется надситуативным. В напряженных, травматичных, драматичных ситуациях оно эффективней, чем «обычное» поведение.

переключение или смена отношения могут происходить сами по себе, но эффективней они при произвольном, сознательном решении.

Для разотождествления с внутренним объектом (мыслью, чувством, желанием) необходимо произвольное решение: эта часть конфигурации – другое, не-Я. Естественно, такое решение не может быть принято в состоянии самотождественности. Разотождествиться с объектом тем труднее, чем к более «Я-шному» Я он относится.

Необходимость в разотождествлении аналогична необходимости в подключении сознания в ситуациях затруднения, недовольства. Кроме того, разотождествление может запускаться стремлением к самонаблюдению (рефлексии) или самоконтролю. Чем большее место в общей структуре жизнедеятельности занимают самонаблюдение и самоконтроль, тем чаще оказываются задействованы механизмы разотождествления.

## Я И НЕ-Я

### Граница Я

Конфигурация «Я в мире» (Я-актуальное, которое мы будем пока называть просто Я) задает границу. Внутри границы находится то, что в данный момент является *своим*, а вне – то, что *своим* не является, – часть мира, которую можно назвать *не-Я*. Не-Я – это мир, в котором Я живет и действует. К не-Я могут относиться и особенности самого человека, если они воспринимаются отчужденно, например как полезные или вредные.

Анализ взаимоотношений Я и не-Я и, в частности, динамики границы Я имеет богатый объяснительный потенциал<sup>25</sup>.

Проиллюстрируем возможности этого подхода на примере анализа чувства собственного достоинства.

### Чувство собственного достоинства

При чувстве собственного достоинства четкая<sup>26</sup> граница между Я и не-Я дополняется признанием автономности и ценности как Я, так и не-Я.

Ценности Я и не-Я устойчивы, могут длительное время сосуществовать, не уничтожая одна другую. Ценность другого не зависит от ценности себя. Обе ценности непреложны и не зависят от внешних обстоятельств.

Ценности Я и не-Я примерно «равны» (насколько количественный подход уместен в разговоре о ценностях). Примерно поровну распределено внимание к Я и к не-Я. Примерно одинаковы объемы представлений о Я и о не-Я.

Если Я преобладает над не-Я (эгоцентризм) или Я отсутствует (состояние самотождественности), говорить о чувстве собственного достоинства не приходится, так как в первом случае человек лишен внешнего мира (не-Я), а во втором – своего Я.

Чувство собственного достоинства хрупко. Его уничтожают зависть, ревность, обиды, самооценка на основании сравнения своих достижений с чужими (свои успехи снижают ценность других людей, а неуспехи снижают ценность Я).

Среди проявлений чувства собственного достоинства можно выделить следующие.

Постоянное самоощущение – ощущение своего Я.

---

<sup>25</sup> Рассматривать жизнедеятельность человека как динамику границы Я и не-Я предложил основатель гештальт-терапии Ф. Перлз. До него сходный подход просматривается в последних работах А.Ф. Лазурского. Теория личности, использованная М. Люшером при конструировании его цветового теста, по-видимому, также основана на сходной идеологии.

<sup>26</sup> Граница называется «четкой», если в разных актуальных ситуациях одно и то же содержание постоянно относится либо к Я, либо к не-Я. Если содержание попеременно относится то к Я, то к не-Я, граница расплывчата (состав Я и не-Я изменчив).

Абсолютизация (аксиомизация) ценности своего Я. Я ценно не потому, что хорошо, а априорно потому, что оно – Я.

Восприятие, при котором мир не сливается с субъектом. Такое восприятие формирует реальное не-Я.

Ценностное отношение к не-Я, не обусловленное никакими факторами: «Мир хорош потому, и только потому, что он существует». Такое отношение редко, но возможно не только как идеал религиозной этики. Многим оно знакомо, если не по отношению к миру в целом, то по отношению к отдельным вещам (закаты на море, лес весной и т.д.).

Эти общие свойства конкретизируются в том отпечатке, который чувство собственного достоинства накладывает на всю психическую жизнедеятельность.

В каждой мысли присутствуют и ее субъект (Я), и объект (то, о чем думает субъект).

Человек, решающий задачу, целиком погружен в ее содержание. Его Я нет. Однако, если к мыслям о задаче добавляются мысли о процессе решения («Почему у меня не получается? Что я не так делаю?») или о смысле своих занятий («Зачем я это делаю? Что будет, если я получу такой-то результат?»), в мысли уже присутствуют и субъект и объект.

Если человек, стремящийся понять другого, ставит себя на его место, из мысли исчезает объект, существующий автономно от субъекта. Однако, если к мыслям добавляется что-нибудь вроде «А чем этот человек отличается от меня? А когда он вел себя не так, как повел бы себя я?», автономия объекта восстанавливается.

Ценность не-Я исключает негативное отношение к нему. В чувствах существен момент осознания *дружости* их объекта. Чувство собственного достоинства способствует скорее уважительному, чем любовному отношению<sup>27</sup>. Самоуважение и чувство собственного достоинства – синонимы.

В поведении учет автономности не-Я ведет к отказу от грубой преобразовательской (технократической, манипулятивной) деятельности. Живой мир требует к себе соответствующего отношения. Поведение основано на том, что нельзя по своей прихоти менять мир – можно только осторожно влиять на него.

Сильное Я проявляется в устойчивости (и, следовательно, непротиворечивости) взглядов, которые не подвержены легким изменениям под воздействием случайных факторов – внутренней цельности.

Цельность и устойчивость относятся и к деятельности: человек не суетлив, не разбрасывается, доводит начатое до конца. В этом смысле сильная воля – коррелят чувства собственного достоинства.

Другой коррелят – внутреннее богатство – запас сильных и тонких впечатлений о мире. Ценное не-Я формируется только на основе сильных впечатлений. Развитое не-Я возможно только при близком «знакомстве» с миром, т.е. знании его тонкостей, извлекаемом из тонких впечатлений.

## **О кросскультурных различиях**

Способ организации отношений Я и не-Я определяет не только межиндивидуальные различия, но и межгрупповые. Он помогает лучше понять кросскультурные различия. У субэтноса русских сибиряков преобладающий способ организации – чувство собственного достоинства. У американцев европейского происхождения – жителей северо-востока США – организация другая.

---

<sup>27</sup> Уважение отличается от любви отсутствием отождествления. Любовь – близкое принятие; уважение – отстраненное (дистанционное). В уважении субъект и объект сбалансированны.

Граница Я у американцев определена очень четко. Мое Я, моя жизнь – неприкосновенное владение, вторжение в которое ни в коем случае не допустимо<sup>28</sup>.

Не-Я для американцев – это среда, в которой живет Я, а не автономно существующий мир, представляющий самостоятельную ценность. Отношение к не-Я утилитарно.

Такой способ организации отношений между Я и не-Я проявляется в жесткой организации ментальных актов. Мышление (и обыденное и профессиональное) построено по строго определенным правилам. Похоже организована и общественная жизнь.

Если не считать сибиряков, у русских граница между Я и не-Я весьма диффузна. Традиция исповедальности в художественной литературе, разговоры по душам и доходящие до навязчивости советы в обыденной жизни – все это показывает легкость, с которой расширяется граница Я, превращая не-Я в Я. Податливость внешним воздействиям даже в самых интимных вопросах свидетельствует и об обратных процессах.

У людей восточных культур Я «меньше», чем не-Я. Не-Я – мир (особенно социальный мир) представлен более широко, Я – менее. Социалистические ценности примата коллектива над индивидуумом значительно ближе восточной, чем западной традиции. Эмпирически это подтверждают дальневосточный социализм (Китай, Северная Корея, Вьетнам) и организация производства (Япония).

## УПРАВЛЕНИЕ

Разотождествление, рефлексия положения дел в себе позволяют *отнестись* к увиденному. Отношение может быть и позитивным и негативным. Следствие негативного отношения – желание улучшить увиденное, преобразовать Я-актуальное. Преобразование состоит в признании одних реалий чужими, а других – своими. Акт признания может быть мгновенным, но он не ведет к немедленному изменению Я-актуального.

То, с чем произошло разотождествление, – «плохое» (например, чувство гнева) – действительно выводится из Я-актуального. Чувство гнева становится «чужим», но сразу не исчезает. Если разотождествление с «плохим» не сопровождается отождествлением с «хорошим» (например, чувством любви), «плохое» сохраняется и при ослаблении контроля снова входит в состояние самотождественности – природа не терпит пустоты.

Отождествление с «хорошим» – только кульминация управления Я-актуальным. Для отождествления с «хорошим» нужно, чтобы «хорошее» присутствовало в актуальном состоянии. Если, например, любви нет, то и отождествляться не с чем. От знания, что «нужно любить своих врагов», далеко до реальной любви.

Наиболее благоприятна ситуация двойственности, когда присутствуют два противоположных начала: чувства, мотива, гипотезы и т.п. Например, при борьбе двух мотивов, выбирая один (отождествляясь с ним) и отказываясь (разотождествляясь) от другого, можно реально управлять Я-актуальным.

Так же можно снимать внутренние противоречия. После разотождествления со взаимоисключающими представлениями совершается выбор одного из них для отождествления<sup>29</sup>.

---

<sup>28</sup> Границу Я можно наблюдать даже визуально – как расстояние (несколько дециметров), ближе которого нельзя («неприлично») приближаться к другому. В нью-йоркском метро в час пик, как бы ни был переполнен вагон, между людьми сохраняется это расстояние. Говорить о «давке» или «толчее» по отношению к американцам совершенно бессмысленно.

<sup>29</sup> Это не единственный механизм снятия противоречий, но он иллюстрирует общий принцип управления при помощи разотождествления и отождествления.

Если «хорошего» нет в актуальном состоянии, но оно существует потенциально (как опыт переживания «хорошего»), его нужно актуализировать – воспроизвести опыт через припоминание, или проигрывание, или отождествление с множественным Я, пережившим такой опыт.

Наконец, если «хорошее» существует только в форме представлений о нем, не подкрепленных опытом, или не существует даже в такой форме, «хорошее» нужно создать.

Центральными моментами в управлении являются: рефлексия, определение отношения, синтез «хорошего» и выбор. Для реализации трех последних необходимы, во-первых, система отсчета, позволяющая различать «хорошее» и «плохое», и, во-вторых, средства создавать «хорошее».

Системой отсчета может быть (и, действительно, часто бывает) личностное ядро и/или личностный стержень. В этом случае увиденная картина соотносится с представлениями об идеале, а управление направлено на уменьшение расхождений с идеалом, например на замену «недолжных» переживаний переживаниями, которые «имеют на это право».

Недостаток такого управления – в противоречивости и неустойчивости личностного ядра. Для управления желательно иметь более «совершенную» систему отсчета. К счастью, такая система существует и к ней есть доступ.

## Я-ЦЕНТР

Конфигурация «Я в мире» (Я-актуальное) постоянно меняется. И в то же время в ней всегда присутствует НЕЧТО неизменное. Это НЕЧТО проявляется, в частности, в чувстве самоидентичности, «самости», в том, что остается *за* психическими реалиями, на заднем плане сознания (терминология В. Джемса) и объединяет эти реалии единством их субъекта.

Чтобы определить это НЕЧТО, нужно отделить субъект Я-актуального от его предметного содержания, «очистить» Я-актуальное. Это можно сделать, если попробовать обнаружить, *что* еще есть в отношении (например, в презрении), кроме его объекта и характера отношения (т.е. самого презрения).

«Очистку» можно выполнить цепочкой последовательных разотождествлений. При разотождествлении конфигурация сужается – ее содержанием становится «взгляд со стороны». После первого взгляда со стороны можно взглянуть со стороны на само состояние взгляда со стороны. Если эту операцию повторять, каждый раз конфигурация будет сужаться, приближаясь к точке.

Эта точка и есть субъект Я-актуального – центр субъектности, «чистая субъектность». Мы будем называть ее *Я-центр*.

Я-центр – неделимая сущность, нерасчленимое *ядро* психики. Это тот *контролер*, «третий глаз», который наблюдает за происходящим и управляет нами.

Я-центр – человек в человеке, *душа души*.

Я-центр – та часть сущностного Я, которая остается постоянной (*Я-инвариант*). Но Я-центр – это и орган сущностного Я, который реализует определенные (самые интимные) его функции.



## Свойства Я-центра

Говорить о внутреннем строении (структуре) Я-центра нет смысла. Однако правомерны вопросы о его свойствах и функциях<sup>30</sup>.

Из свойств Я-центра очевидны следующие.

Я-центр *активен*. Он постоянно работает. Источник деятельности Я-центра скрыт в нем самом.

Я-центр *постоянен*. Он меняет конфигурации Я-актуального, как одежду, но сам остается неизменным.

Я-центр *сознателен* и *рефлексивен*. Я-центр – субъект сознания во всех его формах и, в частности, субъект рефлексии.

Самоосознание Я-центра проясняет сознание. При «замутненном» сознании (полусонном, спросонья и т.п.) Я-центр найти не удастся, даже если «хозяйничающее» множественное Я предпринимает для этого усилия.

Я-центр *свободен*. Он сам определяет направление психической жизнедеятельности, сам осуществляет выбор между возможностями. В Я-центре сосредоточено *волевое начало*.

Это не означает, что Я-центр – источник любых желаний. В основе многих желаний лежит недовольство существующим положением дел, основанное на представлениях о правильном, должном и т.п., которые всегда – результат внешних влияний («внушений»). Такие «надуманные» желания присущи личностным множественным Я, а не сущностному Я.

У сущностного Я есть свои желания. К ним относятся прежде всего желания удовлетворять базисные потребности – в еде, отдыхе, движении и т.п. Кроме того, к желаниям сущностного Я относятся осознанные им вещи, необходимые для его развития. Различие между личностными и сущностными желаниями – это различие между желанием рекламируемого пальто и желанием пальто, чтобы согреться.

По отношению ко всем этим желаниям Я-центр является не источником, а субъектом выбора между конкурирующими желаниями.

Однако есть и желания, источник которых в Я-центре. О них мы будем говорить ниже.

## Развитие рефлексии и воли

Свойства Я-центра в разной степени выражены у разных людей. За этим различием стоит различие в удельном весе деятельностей Я в общем строе психической жизнедеятельности<sup>31</sup>.

Самонаблюдение и самоконтроль одним присущи в большей степени, другим в меньшей.

При слабой способности к рефлексии смена множественных Я (личин) проходит незамеченной и, естественно, неуправляемой, так как произвольность вторична по отношению к рефлексии. При этом человек не понимает, где его «настоящее» Я.

---

<sup>30</sup> Хотя Я-центр и можно наблюдать (точнее, он сам может наблюдать себя) непосредственно, значительно рельефней он проявляется в результатах своей активности.

<sup>31</sup> Может показаться, что у разных людей Я-центр развит по-разному. Однако это не так. Я-центр развит у всех одинаково. Но ему предоставляют разные возможности (время) для работы. Люди с разной частотой выходят из состояния самотождественности. Часто жизнь организована так, что работе Я-центра в ней попросту нет места.

Чтобы найти Я, обрести внутреннюю целостность, необходимо отвести множественным Я свои роли и не давать им «хозяйничать» за пределами этих ролей. Для этого нужны и рефлексия и воля.

Рефлексия формируется в наблюдении за взаимодействием множественных Я. Его предпосылкой является интерес к себе, проявляющийся в вопросах типа «Что со мной происходит?», «Что я делаю?» и т.п.

Рефлексия начинается с разотождествления, выделения наблюдателя и наблюдаемого. Я-центр при этом отождествляется с множественным Я, которое хочет быть наблюдателем. Гурджиев называет такое множественное Я «заместителем управляющего».

При проживании опыта «заместителя управляющего» его функции переходят к сущностному Я («управляющему», по Гурджиеву). По мере развития способности управлять другими множественными Я сущностное Я превращается в то, что Гурджиев называет *Подлинное Я* («хозяин»). Чем привычней рефлексия и чем успешней опыт управления, тем сильнее становится «хозяин» (волевое начало) и тем постоянной он присутствует как персонаж внутренней жизни.

### Функции Я-центра

Первая функция Я-центра – о-СВОЕ-ние мира, формирование предметного содержания Я-актуального. Вторая – рефлексия и волевое управление.

Основные механизмы реализации обеих функций – разотождествление, высвобождающее Я-центр, и отождествление, привязывающее его к вещам во внутреннем и внешнем мире.

Разотождествляясь с психическими реалиями, Я-центр *поднимается* над ними. При полном разотождествлении он может наблюдать психическую жизнь всю и сразу.

Опускаясь, Я-центр «одевается» в психические деятельности и процессы<sup>32</sup>.

Другие функции Я-центра определяются его связью с индивидуальным духом.

### Я-центр и индивидуальный дух

О том, что такая связь существует, говорит тот факт, что попытки «локализации» Я-центра при непосредственном наблюдении выводят за пределы психики и дают опытное знание о более высоких уровнях реальности, чем психическая.

Свойства Я-центра похожи на свойства индивидуального духа. Правда, пока мы не видим у Я-центра таких свойств, как тяга к духовному, стремление к гармонии и продуктивность (стремление к самораспространению).

Сходство свойств Я-центра и индивидуального духа наводит на мысль, не является ли Я-центр психической формой, в которой индивидуальный дух репрезентирован наиболее непосредственно. Другими словами, не является ли Я-центр «воротами» к индивидуальному духу. Одно наблюдение подтверждает эту догадку.

### Разотождествление как освобождение

Конфигурации «Я в мире» различаются предметным содержанием. Есть конфигурации, наполненные стремлением удовлетворить витальные потребности (например, в пище). В них главенствуют *ощущения* (голода, холода или жары, удушья, боли и т.п.). В других

---

<sup>32</sup> По определению, Я-центр не может «одеваться» в имущество. Однако он может «одеваться» в мысли и переживания по поводу имущества.

конфигурациях главенствует страсть, *чувство* (ненависти, зависти, обиды, желание обладания). В третьих главенствует *мысль*<sup>33</sup>.

Различия между Я-актуальными позволяют рассматривать способы психического бытия как относящиеся к разным уровням<sup>34</sup>.

Интересно, что разотождествление позволяет переходить с низкого уровня на более высокий (например, с уровня ощущений на уровень мысли). Если в момент захваченности страстью попытаться найти Я, оно оказывается не субъектом страсти, а субъектом рефлексии. Отметив это «превращение», человек замечает, что Я уже превратилось из субъекта рефлексии в наблюдателя за рефлексией. Затем – в наблюдателя за наблюдателем и т.д.

В этом движении происходит странная вещь, которую я могу назвать только **освобождением**. Человек избавляется сначала от засасывающей трясины повседневных требований и сиюминутных импульсов-желаний, после этого – от вязкости самовоспроизводимой эмоции, затем – от вязкости самовоспроизводимой мысли и оказывается в «пустом пространстве». По крайней мере это «пространство» значительно более «разреженно», чем психическая среда субъекта эмоции или субъекта мысли.

## ВОПРОСЫ

Среди «проблем управления» мы выделили две. Откуда берется знание направления, в котором осуществляется управление? И как создается «хорошее»?

Ответ на второй вопрос заставляет наделять Я-центр и продуктивной функцией, так как он «производит» новое, не бывшее ранее «хорошее» – знание направления деятельности, и в частности деятельности по материализации внутреннего содержания.

Ответ на первый вопрос заставляет предположить, что Я-центр имеет доступ к источнику, откуда он черпает знание о направлении, т.е. Я-центр выполняет функцию рецептора, правда необычного.

Часто этим источником являются внутренне противоречивые представления множественных Я и/или личностное ядро.

Но иногда (и не так редко) можно наблюдать такие неординарные повороты индивидуальной судьбы и такую внутреннюю целостность жизни<sup>35</sup>, которые представления множественных Я обеспечить не могут.

Беспристрастность заставляет предположить, что, по-видимому, в этих случаях источник (или Источник) находится вне психики. Что это за Источник? Какую информацию и как получает от него Я-центр?

---

<sup>33</sup> Этот ряд можно детализировать, но для этого нам пришлось бы поработать над языком, в котором и чувство ненависти, и чувство любви – чувства, а мысль о Боге или мысль о том, как насолить соседу, – мысли.

<sup>34</sup> Идея разноуровневости бытия встречается во всех эзотерических учениях. Считается, что у человека наряду с физическим есть (по Гурджиеву, могут быть созданы Работой) и другие тела: эфирное, астральное, ментальное и т.д. Представление о душе как полупрозрачном неосязаемом двойнике человека выражает ту же мысль.

Тела состоят из разных видов материи: физическое – из наиболее плотной и менее подвижной, последующие – из все менее плотных, но более подвижных. Тела соответствуют планам существования (мирам): каждое существует в своем мире.

<sup>35</sup> К примерам такого рода относятся все случаи религиозного обращения и/или преданного служения.

## Г л а в а 6

# ЭНЕРГИЯ В ЕСТЕСТВОЗНАНИИ И ПСИХОЛОГИИ

*Все, что есть внизу, подобно тому, что есть наверху.*

**ПОНЯТИЕ «ЭНЕРГИЯ» В ПСИХОЛОГИИ • ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭНЕРГИИ. ДЕЙСТВИЕ И ДВИЖЕНИЕ • Работа и действие • Преобразование движений и формы энергии • Формы психической энергии • ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КАК ПРЕВРАЩЕНИЕ ДВИЖЕНИЙ • Энергия и материя • «Психическая материя» • Как наверху, так и внизу • ВИДЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ • Механические взаимодействия • Потoki, акустические волны • Агрегатные состояния и их изменения • Плотность, объем, масса и скорость психической материи • Четыре основных элемента • «Земляные» («твердые») состояния • «Водные» («жидкие») состояния • «Воздушные» («газообразные») состояния • «Огненные» («плазменные») состояния • *Взаимопереходы* • Изменения состава: химические реакции, смеси, сплавы • Электромагнитные процессы • Электродинамика, источники напряжения и цепи • Электромагнетизм, индукция • Радиоактивное излучение • Другие виды взаимодействий. Взаимодействия множественных Я • ИСТОЧНИКИ И ВЗАИМОПРЕВРАЩЕНИЯ ЭНЕРГИИ**

### ПОНЯТИЕ «ЭНЕРГИЯ» В ПСИХОЛОГИИ

Как и в случае с «Я», положение понятия «энергия» в психологии двойственное. Хотя это слово нередко встречается в общетеоретических работах <sup>36</sup>, оно не принадлежит к общепризнанным психологическим категориям.

Причина «неудачливости» понятия «энергия» – в невозможности использовать его иначе, чем метафорически. В частности, отсутствие способов измерения не позволяет изучать психическую энергию опытным путем.

Однако метафоричность не достаточная причина, чтобы отказываться от понятия с богатым объяснительным потенциалом. Тем более при изучении индивидуальной духовности, на связь которой с энергетикой указывают самые разные авторитеты, например А.Ф. Лазурский, Г.И. Гурджиев, Л.Н. Гумилев <sup>37</sup>.

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЭНЕРГИИ. ДЕЙСТВИЕ И ДВИЖЕНИЕ

Чтобы уточнить интуитивное понимание энергии, обратимся к ее определению в физике.

Несмотря на фундаментальный характер, понятие «энергия» для физики не первично. В его основе лежат еще более фундаментальные понятия: *действие* и *движение* <sup>38</sup>.

---

<sup>36</sup> Множество психических явлений (усталость, продуктивность, волю, силу эмоций и т.д.) естественно интерпретировать как «энергетические». Кроме того, на психологов-теоретиков вдохновляюще действует успех понятия «энергия» в естествознании.

<sup>37</sup> Центральное для Л.Н. Гумилева понятие «пассионарность» характеризует уровень психической энергии.

<sup>38</sup> Они в свою очередь производны от «самых фундаментальных» свойств пространства и времени.

Понять, что такое энергия, проще всего на примере механической энергии. Другие формы энергии идеологически производны от механической.

## Работа и действие

В механике энергия – это способность совершить *работу*. Говорят не об энергии системы, а только о ее изменении, которое определяется произведенной работой.

Работа в механике – это произведение силы (меры *воздействия* на объект) на перемещение объекта (*изменение* его положения в пространстве).

Таким образом, энергия – это характеристика процесса (*воздействия* (реального или потенциально возможного), количественно определяемая двумя факторами (сомножителями):

- а) величиной воздействия; и
- б) вызванными этим воздействием изменениями.

Такое понимание позволило распространить понятие «энергия» на другие области (сначала в физике, а затем и в других отраслях естествознания), которые изучают *изменения* объекта вследствие *воздействий* на него, и сделать понятие универсальным.

Психическую энергию также можно определить как произведение некоего *действия* на некое *изменение*.

Действие – это отношение между двумя объектами.

Если считать один объект активным субъектом, а второй – пассивным объектом действия, то, с точки зрения объекта, его изменения – это результат действия над ним. С точки зрения субъекта, действие – его способность изменять объект.

Каким образом эта способность реализуется? Третий закон Ньютона («Действие равно противодействию») рассматривает действие как *взаимодействие*. Причина изменения объекта действия (он же – субъект противодействия) – в изменении субъекта действия (он же – объект противодействия).

Таким образом, **действие – это превращение движения (изменения) одного объекта в движение другого, и наоборот**. Другими словами, **действие – это передача движения**.

## Преобразование движений и формы энергии

То, что работа (изменение энергии) – это произведение изменения на действие, означает, что она определяется, с одной стороны, движением (изменением) объекта, а с другой – изменением движения (изменением изменения) и субъекта и объекта действия, т.е. в конечном итоге изменениями (движениями) объектов взаимодействия.

Движущийся объект обладает энергией, которая при взаимодействии передается (преобразуется) в энергию (движение) другого объекта. Энергия – это характеристика движения одного объекта, которое может быть превращено в движение другого объекта. Понятие кинетической энергии (энергии движения) наиболее рельефно выражает такой взгляд на энергию.

Движение в широком смысле – это изменение объекта, т.е. изменение его характеристик. Каждому виду изменений соответствует своя форма энергии. Изменениям местоположения в пространстве – механическая энергия, изменению температуры – тепловая энергия и т.д.

Если считать одни изменения производными от других (например, изменение температуры газа – следствием изменения кинетической энергии молекул), можно говорить о переходе одной формы энергии в другую.

## Формы психической энергии

Если понимать психическую энергию (меру психических изменений, движений) как нечто единое, ее объяснительные возможности невелики. Можно объяснить различие между Акакием Акакиевичем Башмачкиным и Николаем Васильевичем Гоголем, но сравнить энергетику бандита и поэта уже трудно. Бандит очень энергичен, но непродуктивен, а вяловатый и апатичный поэт, сжигаемый «внутренним огнем», – высокопродуктивен. В результате влияние на людей поэта неизмеримо больше влияния бандита.

Чтобы объяснять тонкие различия, необходимо ввести понятие форм психической энергии, соответствующих формам психической активности, и сосредоточить внимание на взаимопереходах между ними.

Можно увидеть сразу множество форм психической энергии: мышечную, волевую, эмоциональную, интеллектуальную, энергию восприятия, воображения, внимания. Этот ряд могут продолжить энергия организации поведения, энергия внутреннего конфликта, коммуникативная энергия (например, убедительность, заразительность речи) и т.д.

Чтобы говорить о формах психической энергии более систематично, нужно упорядочить представления о психических движениях и их взаимопереходах («превращениях»).

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ КАК ПРЕВРАЩЕНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Движение (изменение) определяется тем, *что* изменяется и в каком отношении. Посмотрим, как решается этот вопрос в естествознании<sup>39</sup>. Для этого нужно обратиться к проблеме соотношения энергии и материи.

### Энергия и материя

В естествознании энергия – свойство движущейся материи. «Чистая энергия» без материального носителя не существует.

Считается, что материя существует в двух формах: *вещества* и *поля*.

Вещество характеризуется множеством свойств, таких, как *плотность* (*масса* в единичном *объеме*), *электропроводность* или *радиоактивность* (способность излучать другое вещество или поле).

Важное свойство вещества – *агрегатное состояние*, в котором оно находится. Традиционные три агрегатных состояния – газ, жидкость, твердое – в последнее время пополнились четвертым – плазмой, пример которой – огонь.

В соответствии с классическими представлениями вещество состоит из *атомов* – «мелких» частиц. Физика последних ста лет постоянно ищет и находит все более «мелкие» и быстрые частицы.

Вещество может иметь разный химический состав: состоять из разных атомов – устойчивых объединений элементарных (самых «мелких») частиц, или разных молекул – объединений атомов.

Движение «мелких» частиц имеет колебательный характер<sup>40</sup>.

Принцип неопределенности в квантовой механике во многом перевернул представления о природе «мелких» частиц, постулировав, что они тем менее локализованы в пространстве,

---

<sup>39</sup> Экскурс в естествознание полезен и тем, что позволяет увидеть аналогии между психическими и физическими движениями и взаимодействиями.

<sup>40</sup> В противном случае мир разлетелся бы на частицы. Такому разлетанию препятствуют связи между частицами.

чем выше их скорость. Другими словами, чем частица быстрее, тем она крупнее, и наоборот. При увеличении скорости частица перестает быть частицей, т.е. тем, что имеет пространственную локализацию. Частица «размазывается» по пространству и превращается в поле. Таким образом, мельчайшие («элементарные») частицы, из которых состоит вещество, – это поля, не имеющие пространственной локализации<sup>41</sup>. Этот вывод современной физики еще нуждается в осмыслении.

### «Психическая материя»

При энергетическом подходе к психическим явлениям обнаруживается весьма странное положение. С одной стороны, психические явления – это непрерывные изменения внутреннего мира, т.е. движения. В психике ничего, кроме непрерывающегося движения, не наблюдается<sup>42</sup>. С другой стороны, вполне законный для естествознания вопрос: «Что меняется (движется) в психическом движении?» – остается без ответа.

Причина такого положения – в кардинальной оппозиции европейского мышления «материальное – идеальное», которая ведет к неразрешимому противоречию. Наблюдаемая изменчивость заставляет считать психику движением. Но психика не может быть движением, так как она идеальна (а значит, нематериальна), а движение – атрибут материи.

Это противоречие можно снять только отказом от абсолютизации противопоставления «идеальное – материальное». Что и делают Учителя в эзотеризме.

Так, Гурджиев считает, что «идеальное» – это одни виды материи, а «материальное» – другие. Есть более тонкая материя – психическая и более грубая – физическая.

Для физика такой подход понятен, так как прогресс физики состоял как раз в открытии новых, более «тонких» видов материи.

Как для наших прадедов была, мягко говоря, неочевидна материальность света и тепла, так для нас неочевидна материальность психики, хотя, например, «парапсихологические» явления явно намекают на существование неизвестных академической науке видов материи.

Все это дает основание говорить о существовании «психической материи» хотя бы как о рабочей гипотезе. Без этого понятие «психическая энергия» остается только метафорой.

Что же представляет из себя «психическая материя»?

Если использовать классическое, но несколько архаичное противопоставление вещества и поля, то психическая материя – поле<sup>43</sup>. Так как в самой физике более тонкие виды материи – поля, а психическая материя тоньше физической, она должна быть полем, а не веществом.

Так как психическая материя не может быть локализована в пространстве, нельзя говорить о ее пространственном или «химическом» строении, психических атомах и молекулах. Есть один «большой» атом, одна «большая» молекула или, более общо, одна структура.

Однако современные представления отвергают противопоставления вещества и поля. По отношению к психической материи это особенно важно. Не имея пространственно-геометрической структуры, психическая материя имеет структуру пространственно-топологическую. Она не однородна. Помимо существования более тонких и более грубых форм психической материи, и внутри одной формы ее составные части (представления,

---

<sup>41</sup> Антагонизм противопоставления вещества и поля преодолевался и раньше, например такой теорией, как корпускулярно-волновая теория света, согласно которой свет – это и электромагнитное поле, и поток «мелких» частиц (фотонов), которые обладают свойствами как волны, так и вещества.

<sup>42</sup> Неподвижное в психике (знания, отношения, личностные черты и т.п.) – это искусственные образования, порождения нашего способа осмыслять психические движения.

<sup>43</sup> Такой взгляд согласуется и с парапсихологическими представлениями о биополе, пси-поле и т.д.

чувства, действия и т.д. и т.п.) находятся между собой в сложных и разнообразных взаимосвязях. Это дает основание говорить об особом «психическом» пространстве, отличающемся от привычных геометрических (евклидовых) пространств.

### **Как наверху, так и внизу**

Вынесенный в эпитафию афоризм Гермеса Трисмегиста отражает фундаментальный факт подобия (сходства) устройства Мира. Макромир устроен так же, как микромир, называем ли мы макромиром космос, а микромиром – атом или макромиром – материальный мир (в привычном понимании), а микромиром – психику.

Этот факт дает основание и даже заставляет искать аналогии между законами, управляющими движением психической материи, и законами, управляющими физическими движениями. Конечно, поиск аналогий не означает автоматического переноса всего, что известно о физической материи, на психическую материю. Однако нужно последовательно проверить, в какой степени применимы к психическим явлениям существующие в естествознании представления о веществе, поле, принципах движения и взаимодействия.

Чтобы реализовать эту программу, нужно просмотреть известные естествознанию виды движения и взаимодействия на предмет поиска их аналогов в психике.

### **ВИДЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ**

В физике и химии рассматриваются следующие виды движения (и, соответственно, действий): механические, изменения агрегатного состояния вещества, изменения химического состава, химические реакции, электромагнитные движения, радиоактивность и т.д. Фактически всем им есть аналоги в психике.

#### **Механические взаимодействия**

Механические движения связаны с изменением положения предметов в пространстве. Механическое взаимодействие – превращение изменения движения одного предмета в изменение движения другого: один предмет передает движение другому.

В механике рассматриваются два типа взаимодействий. При первом – *близкодействии* – движение передается при непосредственном контакте. Модель близкодействия – передача движения одним бильярдным шаром другому. Второй – *дальнодействие*, когда движение передается на расстоянии, например Земля притягивает Луну.

В психологии есть аналоги обоим типам. Пример близкодействия (из Гурджиева) – это поток ассоциаций, когда одна мысль вызывает (приводит в движение) другую, исчезая (останавливаясь) сама.

Примеры дальнодействия – это стремление (притяжение) или избегание (отталкивание) контакта. Например, в основе неврозов (по Фрейд) лежат аффектогенные образования, неотжитые переживания, которые отталкивают от себя мысли, не допускают их к себе, «сопротивляются»<sup>44</sup>. Цель притягивает к себе поведение, задавая как бы силовое поле.

В физике есть два вида взаимодействий по типу притяжение – отталкивание. Первый – гравитационное взаимодействие, когда две вещи, обладающие одним свойством (массой), притягиваются друг к другу. Второй – взаимодействие в электростатике, когда вещи с одинаковой выраженностью некоего свойства (два положительно или два отрицательно

---

<sup>44</sup> Понятие «энергия» – одно из ключевых у Фрейда.



заряженных тела) отталкиваются, а вещи с противоположной выраженностью этого свойства (положительно и отрицательно заряженные тела) притягиваются.

В психологии также есть оба вида взаимодействия. К первому («гравитационному») относится притяжение духовного начала человека к духовному началу другого человека (или вещи). Нас притягивают созвучные книги, произведения искусства, наконец, люди с «искрой Божьей».

Второй («электростатический») вид характерен для взаимодействия полов. Каждый человек несет заряд определенного знака – свой пол. Если отвлечься от явлений гомосексуальности, носители разных зарядов притягиваются друг к другу, а одинаковых – отталкиваются.

## **Потоки, акустические волны**

Другие примеры механических воздействий – действие воздушного или водного потока, увлекающего за собой, и воздействие акустических *волн*.

Аналог действию потока наблюдается в явлениях массовой психологии. Множество однонаправленных слабых воздействий увлекают за собой индивидуальное сознание, создавая эффекты толпы, влияния масс-культуры, в том числе рекламы, и т.п. Аналогия с механическими воздействиями здесь полная. Казалось бы, нелепая мысль внедряется в сознание путем множества «мелких толчков».

Волновое (в механике – акустическое) воздействие состоит в передаче объекту движения через посредство промежуточного агента (посредника) – волны. Субъект воздействия возбуждает волновое движение, которое доходит до объекта и передается ему. В результате объект начинает совершать колебательные движения с той же частотой, что и субъект.

Колебательные движения распространены в природе – звук, свет, другие электромагнитные излучения, вращения планет, движения молекул в кристаллической решетке и т.п. Передача колебательного движения основана на свойстве *резонанса*. Некоторые предметы (резонаторы) начинают колебаться с определенной («собственной») частотой при воздействии на них колебаний этой частоты.

Волновые воздействия встречаются в психологии как непосредственно – слуховое восприятие, так и более опосредованно – эмоциональное заражение.

Ухо представляет собой систему резонаторов, настроенных на частоты от нескольких десятков до нескольких тысяч (порядка 20) колебаний в секунду. Аналогичную систему по отношению к электромагнитному излучению представляет глаз.

Кроме эмоционального заражения, на эффекте резонанса, по-видимому, основан процесс понимания. Воспринятая мысль ищет созвучия в представлениях (шире – в опыте), и, если такое созвучие обнаруживается, мысль начинает «звучать». Так же устроено и эстетическое восприятие.

## **Агрегатные состояния и их изменения**

Механические изменения – один вид изменений. В психологии ему соответствует взаимодействие однородных «психических вещей».

Другой вид – изменение состояния вещества: его температуры, плотности, давления, агрегатного состояния. В физике эти изменения изучают молекулярная физика, термодинамика, кинетическая теория и смежные области.

Агрегатное состояние характеризуется внутренней организацией и энергией мельчайших частей вещества – молекул. В молекулярной теории агрегатных состояний (твердого, жидкого, газообразного) центральные понятия – *внутренняя связь* молекул (она зависит от расстояния между ними) и скорость (кинетическая энергия). Взаимопереходы агрегатных состояний определяются увеличением или уменьшением энергии молекул.

При большом расстоянии силы притяжения между молекулами малы. Молекулы движутся свободно, временами сталкиваясь друг с другом, как бильярдные шары. Такое состояние вещества называется газом.

При близком расстоянии силы притяжения велики и движение молекул сведено к колебаниям вокруг некоторого устойчивого положения. Это состояние называется твердым – кристаллической решеткой.

Жидкое состояние является промежуточным. В нем молекулы имеют некоторую «свободу», которая ограничена значительными силами притяжения. Длина «свободного пробега» мала из-за высокой плотности – количества молекул в единице объема. Если моделью кристаллической решетки является ящик с плотно упакованными шарами, то моделью жидкости является тот же ящик, заполненный шарами на  $\frac{9}{10}$  объема.

Среди бытовых эпитетов психических реалий есть множество заимствований из физики агрегатных состояний: «поток мыслей» и «полет фантазии», «холодный человек» и «теплое участие»<sup>45</sup>, «застывший взгляд», «хаос в голове» и т.п.

Эти заимствования указывают на существование психических аналогов агрегатных состояний. Наиболее явно эти аналоги проявляются в организации структурированных (состоящих из однородных «частей») психических образований – прежде всего знаний (представлений) и деятельности.

Знание представляет систему взаимосвязей между понятиями – своего рода кристаллическую решетку.

При изменении знания старая «кристаллическая решетка» разрушается и формируется новая. И то и другое требует энергии. То же относится и к структуре индивидуальной деятельности.

Высокая внутренняя организация (представлений или деятельности) соответствует твердому состоянию. При ослаблении внутренних связей система представлений (или деятельности) переходит сначала в «жидкое», а затем и в «газообразное» состояние, где вместо целостных представлений есть только их беспорядочно «перемешанные» обрывки, а целостная деятельность заменяется беспорядочной суетой.

Между разными состояниями психической материи нет четких границ: состояние может быть в чем-то «жидким», а в чем-то «твердым».

### Плотность, объем, масса и скорость психической материи

Чтобы более точно определить параллели в психике процессам, изучаемым физикой агрегатных состояний, нужно понять, что такое плотность психической материи.

В физике плотность – отношение массы вещества к занимаемому им объему. Перенося это определение в психологию, можно определить плотность как отношение «массы» элементов сознания к его «объему».

«Объем» сознания зависит от двух факторов. Первый определяется объемом внимания. Чем более сфокусировано внимание, тем меньше объем сознания. При рассеянном внимании известно явление «пустоты» («пустой головы»). Второй фактор – связность «элементов сознания» – мыслей, образов, настроений и т.п. Связи могут быть тематические, логические, ассоциативные и т.д.

---

<sup>45</sup> Понятие «температура» по отношению к психическим реалиям имеет два значения. В первом («горячее сердце и холодный ум») горячность соответствует эмоциональности (большей скорости психических процессов и большей их податливости внешним воздействиям), а холодность – рассудочности (медленному течению процессов и их меньшей податливости). Другое значение связано с характером воздействия на окружающих. Человек может излучать «тепло» или «холод».

Психическое пространство устроено во многом в соответствии с логикой Эйнштейна – чем больше оно заполнено, тем меньше его «объем».

Так как психическое пространство скорее топологическое, чем метрическое, степень его «заполненности» определяется связностью находящихся «в нем» объектов.

Чем меньше связаны между собой элементы сознания, чем более отрывочны и разрозненны мысли, представления и т.п. (например, чем больше их тематическое разнообразие), тем больше объем сознания.

Масса в физике – мера *инертности*. Инертность тела определяется силой воздействия, которое способно придать ему единичное ускорение. Ускорение – скорость нарастания или убывания изменений (в механике – положения в пространстве).

Масса тем больше, чем большее воздействие нужно оказать на тело, чтобы ускорить его изменения. Таким образом, масса – мера изменчивости.

По отношению к психическим явлениям понятие «масса» имеет тот же смысл. Если состояние исчезает под сильным воздействием – его масса велика, если под легким – его масса мала.

Например, если одного приглашения «Пойдем гулять» достаточно для прекращения работы, масса этой работы меньше, чем той, для прекращения которой нужно повторить это приглашение дважды. Аналогично можно измерять массу мыслей или эмоциональных состояний.

В психологии известна характеристика, близкая к такому пониманию массы. Это *ригидность*, или вязкость. Состояние, в котором человек «застревает», массивней быстропроходящего.

Понимание массы как подвижности требует умения определять скорость изменений состояния сознания.

Скорости изменения (интенсивность изменений за единицу времени <sup>46</sup>) разных состояний сознания или разных компонентов одного состояния неодинаковы.

Наиболее подвижны сновидения. Полет фантазии, свободная работа воображения занимает второе место в этом ряду. Мысли в вербальной форме – третье. «Обычная» эмоция типа страха – четвертое <sup>47</sup>.

*Скорость* психических процессов измеряется количеством операций в единицу времени и отличается от скорости в физике. Операция – это не «элементарное» механическое движение, изменение положения тела в пространстве, а группа движений (часто сложно организованных и продолжающихся длительное время), выполняемых «автоматически», без участия сознания. «Отключение» сознания знаменует начало операции, а его «подключение» – конец. Пилка дров очень быстра с физической точки зрения (пила движется быстро), но психологически это медленный процесс, так как одна операция (распиливание бревна) занимает несколько минут, в течение которых состояние сознания пильщика остается фактически неизменным.

## Четыре основных элемента

Сопоставление состояний психики с агрегатными состояниями вещества имеет давнюю историю. Она начинается с определения древними метафизиками четырех основных элементов: земли, воды, воздуха и огня. Эти четыре элемента, с одной стороны, соответствуют четырем агрегатным состояниям (твердому, жидкому, газообразному и плазме), а с другой – лежат в основе многих «донаучных» классификаций состояний

---

<sup>46</sup> Речь идет о физическом, а не о психическом времени. Последнее само измеряется плотностью психических изменений.

<sup>47</sup> Эмоция как способ реагирования возникает быстрее, чем мысль. В то же время эмоция менее подвижна. Смена эмоций происходит медленней.

сознания и людей (в той степени, в какой тип человека определен типом его «основного» состояния).

Четыре типа состояний различаются скоростью протекания и связностью психических процессов (например, мыслей или эмоций), что дает основание говорить о заполненности сознания разной по агрегатному состоянию психической материей.

### «Земляные» («твердые») состояния

Для «земляного» состояния характерны навязчивые мысли и чувства. Изменение в содержании сознания происходит только под влиянием сильного воздействия (например, кардинальной смены ситуации). Обдумывание происходит медленно, «тяжеловесно». Людей, для которых характерна такая форма мышления, называют тугодумами.

Заранее спланированная, рутинная (монотонная) деятельность без творческого компонента обычно направлена на достижение прагматически ценного результата. Человек отождествлен со своей деятельностью, и у него нет стратегической перспективы.

Психологическая среда (мир) человека в «земляном» состоянии заполнена – сложная картина мира оставляет мало возможностей для спонтанной активности. Человек ощущает себя субъектом множества требований и ограничений – так поступать нельзя потому-то, а так – потому-то. Мир оказывается похож на лабиринт, систему тоннелей, двигаться в которой можно только по определенным направлениям<sup>48</sup>. Когда преодолевается один отрезок, следует остановка для выбора дальнейшего направления. Этот выбор связан с трудной внутренней работой.

В «земляном» состоянии, например, пребывает неопытный шахматист, решая двухходовку, – правила жестко заданы и возможностей для выбора немного. В творчестве в «земляном» состоянии можно заниматься только отделкой почти законченного произведения – например, прорисовывать детали костюма на портрете.

Среди массивных, вязких, как размокшая глина, «земляных» эмоций преобладают негативные реакции на внешние ограничения – озабоченность, страх, обреченность, неприязнь. Активные эмоции присутствуют в форме желаний достижения цели или освобождения от ограничений внешнего мира. При успешном продвижении по лабиринту возникает радость достижения. Среди других положительных эмоций можно назвать интерес к своему занятию, физические удовольствия (например, чувство сытости), иногда самодовольство.

### «Водные» («жидкие») состояния

Второй тип – это плавное *течение* жизнедеятельности. Плавность – главная особенность «водных» состояний. Одна мысль в форме потока словесных и образных ассоциаций перетекает в другую, плавно меняя часть за частью составляющие ее понятия, образы и отношения. Человек плавно, спокойно и уверенно следует движению мира без заикливания на отдельных деталях. Плавно меняются настроения.

В «водном» состоянии по большей части протекают созерцание и спокойная продуктивная деятельность с менее жесткой, чем в «земляном» состоянии, структурой. Главная ее особенность в том, что следующее действие является продолжением или следствием предыдущего. Деятельность имеет вид потока. В зависимости от того, быстрый или медленный этот поток, есть меньшая или большая свобода для выбора направления и/или способа деятельности.

Для «водного» состояния характерны частичное отождествление со своей деятельностью и определенная прагматичность мыслей и намерений.

---

<sup>48</sup> В крайнем случае можно самому пробивать тоннель, но это занятие требует большой энергии и сопряжено с массой неожиданных последствий.

Мир «водного» состояния менее плотен по сравнению с «земляным». Он организован подобно водоему, в котором есть множество течений и водоворотов, ограничивающих возможности движения, но вместе с тем человек более или менее свободен в выборе направления.

В творчестве «водному» состоянию соответствует реализация сформированного замысла. Шахматист во время партии представляет пример человека в этом состоянии. В каждый момент есть широкий выбор возможностей, но реальный выбор определяется замыслом – реализуемыми в партии стратегической и тактической линиями игры.

Эмоции «водного» состояния отличает меньшая по сравнению с другими состояниями выраженность – это полутона. По сравнению с «земляным» состоянием в «водном» человек более беспечен, менее серьезно относится к условностям внешнего мира, более свободен.

### *«Воздушные» («газообразные») состояния*

Третий тип – это *полет*.

При «воздушном» состоянии разноплановые представления быстро сменяют друг друга. Часто между ними нет логической связи. То же относится и к деятельности – последовательности мало связанных между собой, «хаотичных» поступков. Отношение к собственным мыслям и делам отличает низкая значимость, «легкомыслие».

Иногда «воздушные» состояния свидетельствуют о неосвоенности новой ситуации и новых впечатлений, когда обрывки мыслей и отрывочные представления сменяют друг друга в хаотическом беспорядке. В других случаях – о патологической дезорганизации психической жизни.

Но «воздушное» состояние бывает устойчивым и не будучи связанным с патологией. Особенно свойственно оно молодости.

Мир «воздушного» состояния организован так, что его ограничения почти не ощущаются. Мир – это воздушный океан, в котором человек свободен. Конечно, есть и воздушные потоки, но их действие не воспринимается как насилие.

Деятельность при «воздушном» состоянии свободна и не требует чрезмерной самоотдачи<sup>49</sup>. Длительная планомерная деятельность невозможна, но в творчестве раскрепощенность «воздушного» состояния часто незаменима.

Творчество «воздушного» состояния – это творчество малых форм, миниатюр, стихов, афоризмов. Рождение и первоначальное оформление замысла происходит в «воздушном» состоянии. В шахматах это шахматист в дебютной стадии игры: количество возможностей велико и он свободен в их выборе.

«Воздушные» эмоции характеризуются приподнятым, легким настроением, отсутствием напряженности. Легкое опьянение, ощущение праздника, первый бал Наташи Ростовской, буниновское «легкое дыхание», «свободна!.. свободна!» булгаковской Маргариты, беззаботность и радость – признаки «воздушного» настроения молодости, весны, солнечного света. Негативные эмоции возможны, но они проходят, подобно облаку.

### *«Огненные» («плазменные») состояния*

Четвертый тип – это *горение*.

В «огненном» состоянии содержание сознания меняется мгновенно – представления, впечатления, предчувствия, ощущения проносятся, сменяя друг друга и не успевая оставить следов. Мыслей в обычном понимании нет. Есть поток «очищенных» мыслей – чистых смыслов. Сознание ясное, «просветленное». «Огненные» состояния можно назвать мистическими. В них человек обретает «сверхзнание» и «сверхчувства».

---

<sup>49</sup> Работа, выполняемая в «воздушном» состоянии, необязательно легкая, но всегда посильная – у человека много сил и работа отнимает только небольшую их часть.

Деятельность в «огненном» состоянии (пламенное выступление, «душой исполненный полет») самозабвенна. Рефлексия отсутствует. Прагматическая направленность «огненных» состояний, когда она есть, имеет характер альтруистического служения.

Мир «огненного» состояния отличается от повседневной реальности. Его можно назвать духовным в отличие от материального мира «земляного» и «водного» состояний.

В «огненном» состоянии человек менее свободен, чем в «воздушном». Человек чувствует себя инструментом внешней силы. Его захватывает и несет помимо воли поток, который может переживаться как внутренний огонь. «Огненная» несвобода отличается от, например, «водной» характером воздействий внешнего мира. Мы почти ничего не знаем об этих воздействиях и можем судить о них только по результатам – гениальным произведениям.

В «огненном» состоянии рождаются замыслы большой работы, реализация которых требует затем и всех других состояний. Это состояние открытий, вдохновений, откровений. В «огненном» состоянии шахматист находит ход, переворачивающий положение на доске, например спасающий безнадежную позицию.

Эмоции главенствуют в «огненном» состоянии. Но это особые эмоции. Их характер близок к экстазу. «Эмоциональная палитра» «огненного» состояния очень богата, но ее трудно описать. В ней присутствуют и яркие цвета, и полутона, и положительные (легкая, сверкающая радость), и отрицательные (легкая, но определенная тревога) оттенки.

### *Взаимопереходы*

Чистые типы агрегатных состояний редки. Обычно присутствуют черты разных (но «смежных») типов. Элементы несмежных типов, например «водного» и «огненного» или «земляного» и «воздушного», могут присутствовать одновременно, только когда они дополняют основное промежуточное состояние, соответственно, «воздушное» или «водное».

**Таблица переходов агрегатных состояний**

		К о н е ч н о е			
		Земл.	Водн.	Возд.	Огн.
И с х о д н о е	Земл.		1	0	1
	Водн.	1		1	0
	Возд.	0	1		1
	Огн.	0	0	1	

**1** означает, что переход возможен; **0** – что невозможен.

Из таблицы видно, что, за исключением перехода в «огненное» состояние из «земляного», все остальные переходы отличаются плавностью и происходят либо по мере уплотнения, либо по мере разрежения материи исходного состояния.

Изменение агрегатного состояния требует энергии. При увеличении плотности, «сгущении» (организации) психического вещества это энергия работы по упорядочению внутреннего мира. При дезорганизации – энергия внешних впечатлений.

Взаимопереходы «земляное – водное» и «водное – воздушное» связаны с изменением жесткости организации мира, которая в свою очередь зависит, во-первых, от отождествленности с миром, а во-вторых, от его освоенности.

Та или иная организация мира порождается его восприятием («додумыванием») и отношением к нему. Мы сами делаем свой мир то «земляным», то «воздушным».

Меняя отношение, можно смягчать или ужесточать внутренние связи мира. В частности, можно освободиться из-под воздействий мира, сменив отношение к ним. Так герой набокковского «Приглашения на казнь» разрушает мир своей тюрьмы.

Разотождествляясь с миром, можно последовательно перейти из «земляного» состояния в «водное» и «воздушное».

И наоборот, стремясь придать большую весомость своей жизни, желаниям, намерениям, замыслам и т.п., можно «сгустить» и «заморозить» мир.

По мере освоения мира обрывочные представления оказываются сведенными в ограниченный объем сознания, т.е. оказываются в психологическом пространстве «ближе» друг к другу, чаще встречаются (взаимодействуют) друг с другом. В результате происходит конденсация – превращение «газа» в «жидкость», а затем и «замерзание» – превращение «жидкости» в «твердое тело»<sup>50</sup>.

Переходы в «огненное» состояние и выходы из него имеют другую природу. Центральный момент здесь – «умирание». В «огненном» состоянии Я как нечто имеющее форму исчезает.

При переходе «воздушное – огненное» исчезновение Я происходит вследствие все большего отрыва от материального мира.

Однако переход в «огненное» состояние возможен и из «земляного» состояния. Такой переход совершается моментально и только в одном направлении.

Обычно для «земляных» состояний характерна самотождественность. Я в них нет. Однако иногда Я сохраняется и становится объектом давления мира. Такое давление может переживаться как чувство собственной греховности и безысходности. Если Я

<sup>50</sup> Наоборот, если представления неадекватны реальности, прогнозы не реализуются и мир ведет себя непредсказуемо, то нежизнеспособные представления распадаются – голова приходит в беспорядок, энтропия увеличивается.

сохраняется, несмотря на давление, переход в «огненное» состояние может произойти без «расплавления» мира, непосредственно. Примеры таких переходов дают многочисленные описания случаев, когда состояние Контакта непосредственно сменяло состояние глубокой подавленности.

### **Изменения состава: химические реакции, смеси, сплавы**

Еще один вид движений, изучаемых в естествознании, – изменения состава вещества.

Одна разновидность таких движений – химические реакции. В химической реакции вещество может распадаться на составляющие части, например, вода – на водород и кислород. Или два вещества, соединяясь, могут создавать новое вещество, например, железо и кислород – ржавчину. Наконец, группа веществ может превращаться в другую группу веществ, например, щелочь и кислота – в соль и воду.

Одни реакции проходят с выделением энергии. Другие, наоборот, требуют внешней энергии, например нагрева.

Состав меняют не только химические реакции, но и механическое смешивание и сплавление веществ.

Различие между способами превращений – в степени их обратимости. Смешанные вещества можно разделить. Хотя из сплава выделить входящие в него вещества нельзя, сплав сохраняет часть свойств сплавленных веществ. При химической реакции исходные вещества исчезают необратимо. Свойства продукта реакции также обычно отличаются от свойств исходных веществ.

В психических процессах есть аналогии всем формам изменения состава вещества.

По типу сухой смеси происходит образование эклектических представлений, когда исходные представления соединяются механически и могут быть легко выделены из «смеси».

По аналогии со сплавом происходит образование сложных чувств. Например, в беспокойстве за другого «сплавлены» любовь и страх.

Значительно более ранообразны процессы «психической химии»: превращения мысли в желание, эмоции – в мысль, желания – в действие и т.д. и т.п. Возможны и «однородные» превращения, когда два представления превращаются в одно, полностью отличное от обоих «родителей». Так бывает, например, когда два взаимоисключающих мнения (таких, как «курить вредно [для легких]» и «курить полезно [для нервной системы]»), соединяясь, приводят к пониманию бессмысленности их обоих (в нашем примере к пониманию бессмысленности оценивать «полезность» курения).

Более целостный подход к процессам психической химии обеспечивает их рассмотрение как биохимических с позиций «метафоры питания», которому посвящены две последующие главы.

### **Электромагнитные процессы**

Движения и взаимодействия, изучаемые разделом физики «Электричество и магнетизм», включают в себя электростатические (о них как о примере дальнего действия мы говорили выше), электродинамические и электромагнитные процессы.



## Электродинамика, источники напряжения и цепи

Суть электродинамических процессов состоит в возникновении электрического тока (разряда энергии) при замыкании цепи, соединяющей положительный и отрицательный полюсы источника напряжения.

Аналогом источников напряжения в психике являются энергетические «ямы», формируемые в опыте. «Ямы» накапливают психическую энергию и представляют собой ее «сгустки». Примером «ям» является желание, в котором энергия накапливается, пока ее не станет достаточно для его реализации. Кроме желаний, к «ямам» относятся отношения, цели, внутренние противоречия (в том числе вопросы), комплексы (во фрейдовском понимании).

Энергетическую «яму» можно сравнивать с аккумулятором. Накопление энергии в «яме» происходит из-за того, что отсутствует возможность (и, следовательно, присутствует невозможность) ее разрядки. Напряжение создают два разнозаряженных элемента, например тезис и антитезис, предложение и возражение, желание и запрет, потребность и невозможность ее удовлетворения и т.п.

Невозможность разрядки (например, неспособность достичь цели) играет роль отрицательного полюса источника напряжения. Стремление действовать (активирующий импульс) – положительного.

При появлении третьего элемента – возможности действовать (например, понимания способа обойти запрет, или обнаружения предмета потребности, или научения эффективно действовать для достижения цели и т.д.) – цепь замыкается, и происходит разряд энергии.

## Электромагнетизм, индукция

Электромагнитное взаимодействие основано на явлении индукции: изменение электрического поля приводит к появлению особой силы (магнитного поля), и наоборот: изменение магнитного поля приводит к появлению электрического. В результате электрическое поле оказывается двойственным магнитному. Каждое из них своим изменением индуцирует другое, в результате чего возникает электромагнитная волна.

Индуктивную двойственность можно наблюдать и в психике. Например, при семейной ссоре муж хочет помириться. Это воспринимается женой как свидетельство ее правоты, и она «распалается». Муж обижается и сам «распалается», что ведет к тому, что к миру начинает стремиться жена, только «разогревая» мужа. Бесплодность ее попыток приводит к смене установки, и она «распалается» снова, чем заставляет мужа снова искать мира. И так далее.

Другой пример двойственности – взаимопереходы мыслительной и физической активности. Безуспешные попытки решить задачу «в уме» приводят к попыткам решить ее методом «проб и ошибок», опытным путем. В свою очередь неуспех этих попыток приводит к возобновлению попыток решения «в уме» и т.д.

## Радиоактивное излучение

Радиоактивностью в физике называется явление, когда одно вещество, не меняя своих свойств, излучает другую, более тонкую материю. Например, обогащенный уран излучает электромагнитную волну высокой частоты (гамма-излучение). При этом излучающий кусок радиоактивного материала не меняет своей массы, так как масса излучения и масса вещества отличаются друг от друга на много порядков.

Сходные явления распространены и в психике. Извлечение «тонкого» – основа восприятия и понимания. При понимании происходит извлечение квинтэссенции (идеи, мысли без слов) из «мысли в словах», причем «мысль в словах» остается и может использоваться в будущем. Например, извлекаемое при понимании иносказаний содержание (смысл) представляет собой реалию иного плана, чем само иносказание.

Аналогично из целостного воздействия извлекается его интенциональная составляющая – намерение субъекта воздействия в отношении его объекта.

То, что извлекаемая из «мысли в словах» идея является «тонкой», не означает, что она «слабая». История России в двадцатом веке показывает, что разрушительный потенциал некоторых «тонких» идей бывает страшнее, чем у гамма-излучения. Недаром, страшась силы идей, правители разных эпох пытались жечь книги (а то – и их авторов). Беда только в том, что в отличие от книг идеи не горят.

## **Другие виды взаимодействий. Взаимодействия множественных Я**

Список взаимодействий, которым можно найти аналоги в психике, на этом не исчерпывается. По сути дела, такие аналоги можно указать для любых видов движений, например физиологических (о них мы еще будем говорить) и социальных. Примером последних является взаимодействие множественных Я, процессы внутренней коммуникации – энергетические и информационные потоки между отдельными множественными Я. Разновидность этого явления – внутренний диалог.

Каждое из множественных Я существует относительно автономно от других. Иногда множественные Я наблюдают друг за другом, иногда вступают между собой во взаимодействие – «споры», «борьбу за власть» и т.п. Если указанные взаимодействия протекают без участия сознания (Я-центра), внутренняя жизнь оказывается, как это показывает Гурджиев, хаотичной.

## **ИСТОЧНИКИ И ВЗАИМОПРЕВРАЩЕНИЯ ЭНЕРГИИ**

Фундаментальное свойство энергии – способность к *взаимопревращениям*. На этих взаимопревращениях построена вся современная техника. Взаимопревращения позволяют решать проблему источника энергии. Внутренние запасы энергии любого механизма недостаточны для длительной работы. Классический пример – пружина в часах. Пока она раскручивается, часы идут. Как только раскрутилась – останавливаются. Для длительной работы необходимо привлечение внешней энергии и превращение ее во внутреннюю энергию системы. Энергия сгорающего угля движет паровоз. Энергия падающей воды превращается в электроэнергию и т.д.

С превращениями психических форм энергии и их взаимопереходами с физическими формами связаны центральные проблемы энергетики человека.

Главный вопрос можно сформулировать так: восполнима ли психическая энергия и если да, то как? В пользу невозможности говорит утрата сил при старении<sup>51</sup>. В пользу восполнимости – восстановление сил после сна или отдыха.

Различные формы психической энергии с возрастом меняются по-разному. Типичные кривые изменений представлены на графике.

---

<sup>51</sup> Хотя «любви все возрасты покорны», чаще влюбляются в молодости. Если через детскую («досексуальную») и первую любовь проходит каждый, то влюбиться в зрелом возрасте или старости – удел немногих.

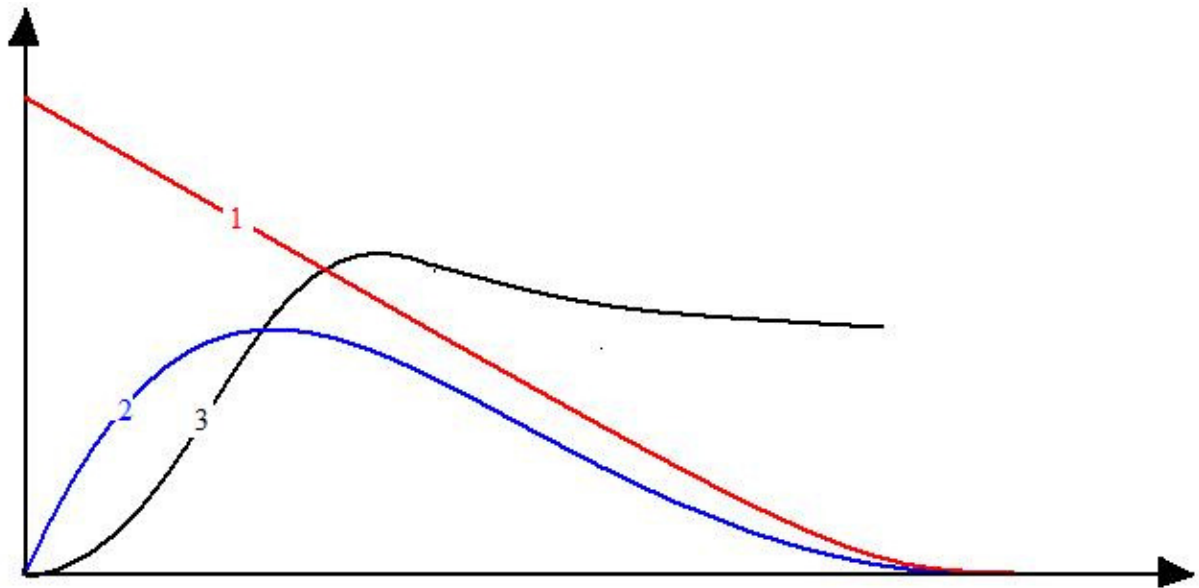


Рис. 1. Возможные варианты возрастной динамики психической энергии

Кривая 1 демонстрирует постепенную утрату энергии по мере старения. Эта кривая относится к физической активности и иногда – к эмоциональной («О моя утраченная свежесть, буйство глаз и половодье чувств», «Безумных лет угасшее веселье...»).

Кривая 2 показывает достижение энергетического пика в определенном возрастном интервале. Самый очевидный пример такого рода – сексуальная активность. Кроме того, известно, что для разной деятельности оптимальны разные возрастные периоды. Например, наибольших успехов в математике или поэзии добиваются в молодости, а пик активности в философии или политике приходится на зрелость.

Возрастная динамика на кривой 3 характерна для приобретаемых с возрастом возможностей, которые сохраняются до глубокой старости, например мудрости.

Кривую 1 можно объяснить (вслед за Гурджиевым) наличием «часовой пружины» – невосполнимого «резервуара» внутренней, присущей индивиду (сущностному Я) энергии, которая расходуется в течение жизни. Эта энергия «проживается», кристаллизуясь в опыт и продукты деятельности.

Энергия сущностного Я заряжает «психические аккумуляторы», например желания. Кроме того, она может «свободно течь» не накапливаясь – «разряжаться» в собственной свободной (в терминологии Фромма, «спонтанной») активности сущностного Я<sup>52</sup>.

Другие явления психической энергетики можно объяснять только как результат превращения энергий мира в психические формы энергии и/или взаимопереходы этих психических форм.

Человек постоянно подвергается действию множества сил. Организм получает энергию от мира, и часть ее преобразуется в психические формы.

Возможности для превращения различных форм энергии у человека ограничены. Доступность энергии определяется чувствительностью к соответствующим движениям. Например, человек может извлекать энергию только из определенного набора продуктов питания или согреваться только при температуре в несколько десятков (а не сотен) градусов по Цельсию. А непосредственное использование энергии электрического тока возможно для него только в форме электрошока.

<sup>52</sup> Свободная активность является следствием гармоничных отношений с миром, и в частности принятия действительности. Этим она отличается от деятельности по реализации желаний.

Способность к превращению энергий можно интерпретировать как «канал» для получения энергии. Эти «каналы» с возрастом засоряются: преобразователи физической энергии в психическую изнашиваются. Например, это может проявляться в желудочно-кишечных заболеваниях. В результате энергетика падает.

Отдельную проблему составляет количественное соотношение физической и психической энергии. Не имея единой шкалы, мы не можем сравнивать энергию, затрачиваемую на решение математической задачи, и на запись этого решения.

Впрочем (с этого мы начали разговор), проблема измерения психической энергии и сама не решена и вряд ли сможет быть решена в ближайшем будущем. Что и служит «камнем преткновения» при попытках узаконить понятие «психическая энергия» в академической науке. Мы не умеем и вряд ли скоро сумеем отвечать, например, на вопросы, как меняется энергия при переходе от хождения из угла в угол с «пустой головой» к застыванию в напряженном раздумье, или в каком состоянии у человека больше энергии: когда он только проснулся полный сил, но еще не начал работу, или когда он увлеченно работает, не чувствуя усталости.

Однако это не означает, что у понятия «психическая энергия» нет объяснительного потенциала. Он есть. И далеко не исчерпан.

## Глава 7

### ПСИХИЧЕСКОЕ ТЕЛО

*Ты отделишь тонкое от плотного с большим умением.*

**ПИТАНИЕ И ТЕЛО • Границы тела, тело и среда • Питание психики и психическое тело • ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ТЕЛА, ДВЕ ЛИНИИ • Пища: физические воздействия, информация • Примеры реакций • «Очистка». Тонкое и грубое • Поток сознания • Преобразования • Формирование психического тела • Удаление продуктов реакции, материализация • Шлаки • ОГРАНИЧЕННОСТЬ ЭГОЦЕНТРИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ • Множественность тел • Духовное тело и Я-центр • Биполярность человека**

#### ПИТАНИЕ И ТЕЛО

Для понимания психоэнергетики необходим комплексный подход. Такой подход обеспечивает метафора питания – аналогия между психическими и физиологическими процессами.

При переваривании *пища* проходит через ряд превращений, в ходе которых из «грубых» веществ извлекаются более «тонкие».

Часть «тонких» веществ используется для строительства тела. Другие служат сырьем для производства продуктов жизнедеятельности организма.

Оставшиеся («лишние») вещества частично выводятся, а частично остаются, загрязняя организм. Последние называют «шлаками». Одни шлаки химически активны – «яды», другие пассивны – «собственно шлаки». Шлаки можно считать и «некачественным» материалом для строительства тела.

Есть несколько подходов к пониманию того, *что* такое «тело».

При морфологическом подходе тело определяется составом его частей: скелет, мышцы, внутренние органы, кровь, желчь и т.д.

При физиологическом подходе тело – механизм для переработки пищи. Большинство веществ, получаемых при переработке, – это исходные и/или конечные продукты физиологических процессов. Часть этих веществ (например, кальций) идет на рост, поддержание или обновление морфологических деталей механизма.

Физико-химические превращения других веществ поставляют энергию, необходимую для работы механизма.

При функциональном подходе тело определяется своими функциями. Одна из функций – *самовоспроизведение* (в частности, поддержание собственной работоспособности). Другая – производство и отторжение продуктов – *выделений*. Тело – это машина для переработки пищи в тело (т.е. в само себя) и в выделения.

Своими выделениями тело питает другие тела. Так, растения питаются углекислым газом, а фекалии являются пищей для бактерий. Роль тела в сообществе тел (организмов, существ) определяется характером его выделений.

#### Границы тела, тело и среда

Понятие «тело» по происхождению геометрическое. В геометрии тело – часть пространства, ограниченная замкнутой поверхностью. Пространственность – главный

атрибут тела. Прямой перенос этого понятия в антропологию (в частности, физиологию) затруднен.

При определении тела нужно определить и двойственное понятие – «среда»<sup>53</sup>. Из среды тело получает пищу и в среду направляет выделения. Другими словами, среда – это то, с чем тело взаимодействует.

По отношению к телу человека определить границу между телом и средой непросто. Входит ли в состав тела, например, содержимое желудка – полости, формально не относящейся к геометрическому телу? Куда отнести живущие в теле микроорганизмы – к среде или к телу?

Одна из причин этих затруднений в том, что «тело» – первоначально абстрактное понятие. Оно более применимо для описания неживой (т.е. тоже абстрактной) материи. По отношению к живой материи естественней использовать понятие «*организм*». Однако замена понятия «тело» понятием «организм» не снимает трудностей с определением пространственных границ. Любой организм можно рассматривать и сам по себе, и как часть более крупного организма, в котором он является *органом*<sup>54</sup>, и как совокупность органов, каждый из которых можно также считать организмом, который получает пищу от одних и выделяет пищу для других органов.

По отношению к живой материи понятия «внутренний» и «внешний», а также противопоставление «тело (или организм) – среда» относительны.

Среду тела человека образует совокупность вещей, с которыми оно взаимодействует. В эту совокупность входят физический мир и биосфера, но также и психика.

Выделения тела человека – это любые его воздействия на среду: в форме выделяемых веществ (например, пота), электромагнитных и тепловых полей, поступков и т.д. К выделениям физического тела человека относится и «пища психики» – потоки нервных импульсов и продукты других физиологических систем, например эндокринной.

## **Питание психики и психическое тело**

Метафора питания сохраняет свой объяснительный потенциал и по отношению к психическим процессам. «Пища» – это воздействия (социальные, энергетические, эстетические и т.п.) на психику. Перерабатывая «пищу», психика развивается (растет «психическое тело») и производит «выделения», материализуемые, например, в виде деятельности.

Разработка аналогии между психической и физиологической жизнедеятельностями требует определения более точного соответствия между физиологическими и биохимическими реалиями, с одной стороны, и психическими – с другой. Прежде всего необходимо определить *психическое тело*.

Сделать это еще трудней, чем определить физическое тело. Сама постановка вопроса о психическом теле кажется бессмысленной, так как психика непространственна.

Однако категоричность такого возражения небесспорна. Помимо того что психика обладает одним из атрибутов топологической пространственности – связностью – и как система отражения воспроизводит пространственность физического мира, самое главное – психика локализована. Ее субъектом является индивид. Индивидуальность психики задает ее связь с физическим телом и позволяет говорить о психическом теле, которое вместе с физическим взаимно образуют среду друг для друга. Более того, так как психическая материя тоньше физической, психическое тело – тело более высокого порядка по сравнению с физическим.

---

<sup>53</sup> Тело – это пространственная фигура. Понятие «фигура» требует двойственного понятия «фон». Аналогичную роль по отношению к понятию «тело» играет понятие «среда».

<sup>54</sup> Например, человека можно считать органом биосферы.

Как и к физическому, к психическому телу можно подходить с морфологических, функциональных и физиологических позиций.

Морфологически психическое тело состоит из органов и «внутреннего сырья» – аналога химических веществ физического тела, участвующих в переработке «внешнего сырья» – пищи. Органы психического тела – это психические процессы, и в частности умения. «Внешнее сырье» («пища») – воздействия на психику: ощущения, восприятия, одним словом, *впечатления*. «Внутреннее сырье» – психические образования: опыт, представления, отношения, установки, цели, мотивы и т.д.

Для понимания функций психического тела нужно рассматривать его не изолированно, а во взаимодействии со средой.

С точки зрения академических представлений вопрос о среде психического тела прост: так как взаимодействие психики с любыми объектами опосредовано физическим телом, средой психического тела является физическое тело. И только.

Примем пока эту позицию.

## **ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ТЕЛА, ДВЕ ЛИНИИ**

Есть две линии протекания психических процессов. Образ восприятия в результате ряда преобразований становится частью образа мира. Это «восходящая» линия – «от восприятия». Вторая («магическая») линия – материализация психических образований (целей, планов, желаний и т.п.), превращение их в физиологические процессы и физические действия. Это «нисходящая» линия – «к действию».

Среди преобразований, следующих за моментом восприятия или предшествующих моменту действия, можно выделить такие, как «мысль – мысль», «образ – действие», «эмоция – действие», «эмоция – мысль», «восприятие – образ», «образ – мысль» и т.д. и т.п.

«Пища» (воздействия среды) психического тела – впечатления – вступает в реакцию с внутренними «веществами». Продукты реакции в свою очередь вступают в реакцию с другими «веществами», имеющимися в психическом теле, и т.д.

Превращения «психической пищи» можно по аналогии с физиологическими процессами интерпретировать как переход продуктов реакции из органа в орган. Как кровь переходит от желудка к легким, где обогащается кислородом, так и мысль превращается в эмоцию, эмоции – в фантазию и т.д.

После нескольких превращений продукт «пищеварения» либо «выводится» из тела в форме воздействия на среду, либо прекращает реагировать и стабилизируется как часть тела. Последнее происходит, когда он утрачивает «химическую активность», или при отсутствии в теле веществ, с которыми он мог бы вступить в реакцию, или при отсутствии необходимых для реакции условий.

### **Пища: физические воздействия, информация**

Воздействия физического мира (механические, физические, химические и т.п.) попадают в психическое тело через посредство физиологических движений: известных – нервных импульсов и биохимических превращений веществ, и, возможно, неизвестных (например, «биоэнергетических»).

Но физиологические движения только оформляют воздействие. За физиологической формой скрыто содержание («информация»), которое «закодировано» формой. Воздействие – это сообщение. Переваривание «психической пищи» состоит в извлечении («раскодировании») содержания сообщения, которое «закодировал» его автор.

Результат воздействия определяется двумя факторами: «объективным» содержанием и способами его извлечения (например, осмысления).

Воздействия различаются универсальностью. Универсальны эмоциональные воздействия – смех, плач и т.д. Гурджиев говорит об «объективном искусстве» – произведениях с универсальным воздействием (например, Большой сфинкс в Египте).

Другие воздействия (в частности, «субъективное искусство» у Гурджиева) действуют на разных людей по-разному. Например, в звуках утреннего леса можно услышать просто шум или музыку.

Эффект таких воздействий определяется способами их «раскодирования». То, что из одного воздействия разные люди извлекают разное содержание (часто не то, которое закладывал в него автор), заставляет предположить, что содержание воздействия включает разные составляющие, подобно тому, как солнечный свет несет наряду с электромагнитной энергией тепловую и механическую (давление света)<sup>55</sup>.

## Примеры реакций

Оказавшись в психическом теле, впечатление вступает в реакцию с «веществами», которые там уже есть.

Соединяясь с диспозицией к действию, впечатление может сразу превратиться в поведенческую реакцию. Так работают условные рефлекссы.

Соединяясь с отношением, потребностью, установкой и т.п., впечатление может превратиться в импульс или чувство. Так угроза превращается в страх (в реакции с пассивной диспозицией) или в гнев (с активной), любовь – в радость (с пассивной) или в ответную любовь (с активной) и т.д.

Множественность диспозиций может приводить к многозначной реакции – например, гроза может одновременно вызывать эстетическое чувство и чувство страха.

Впечатление может соединяться и со способом думать, и с представлениями, порождая новые представления, как это происходит, например, в легенде о Ньютоновом яблоке.

## «Очистка». Тонкое и грубое

Чтобы стать «сырьем» для реакции, впечатление нужно подготовить, «очистить»: «извлечь» его значение, абстрагировать смысл.

В целом процесс «очистки» организован последовательно<sup>56</sup>: содержание воздействия при его понимании (преобразовании в мысль) очищается слой за слоем. Последовательную «очистку» можно представить как разворачивание подарка, завернутого в несколько слоев бумаги. Например, из ощущения извлекается грубая эмоция, из грубой эмоции – смысл, из смысла – тонкая эмоция<sup>57</sup>.

Различия в извлекаемом из воздействия содержании могут определяться глубиной «очистки».

Из пощечины можно извлечь ощущение боли или мнение о злобности обидчика. Но можно увидеть и крик о помощи Духа, стесненного отсутствием форм самовыражения.

В картине, изображающей избивание младенцев, можно увидеть толькодвигающиеся фигуры. Можно ощутить боль матерей и злобу избивающих. Можно выделить

---

<sup>55</sup> Многоплановость содержания воздействий, оказываемых человеком, может быть объяснена тем, что он действует и как индивид, и как часть сообществ (миров), к которым он принадлежит. Сообщение, посланное человеком, послано также и сообществами, представителем которых он является.

<sup>56</sup> Отдельные стадии «очистки», такие, как определение свойств явления, его категоризация, организованы параллельно – одновременно работают детекторы-резонаторы, настроенные на разные свойства и категории.

<sup>57</sup> Возможно, разные этапы этого процесса связаны с активностью разных чакр.



эстетический компонент – красоту полотна. Но можно увидеть и Божье наказание или даже акт милосердия (Бог забирает к себе невинные души, избавляя их от земных страданий).

Разная глубина «очистки» разного содержания позволяет говорить о более глубоком (тонком) и более поверхностном (грубом) содержании.

Физическое воздействие-сообщение содержит тонкие и грубые компоненты. Извлечение тонкого содержания требует более глубокой, более длительной, более трудоемкой «очистки».

Умение извлекать тонкое содержание встречается реже, чем умение извлекать более грубое содержание. В содержании многих воздействий-сообщений присутствует прагматический компонент – значение сообщения для реализации его адресатом «выживательной» функции. Научиться выделять этот компонент жизненно необходимо. Хотя прагматический компонент не самый тонкий, выделение более тонких компонентов содержания для многих непозволительная роскошь.

Дети, по-видимому, наделены «врожденной» способностью к восприятию тонкого, которую они утрачивают в результате воспитания, а затем восстанавливают в ходе культурного становления сущностного Я. При этом они сначала учатся выделять более грубое, а затем – все более и более тонкое содержание.

### **Поток сознания**

Если впечатление не отреагируется немедленно, то в очищенном виде оно попадает в поток сознания – поток мыслей и представлений (как в образной, так и в вербальной форме).

Этот поток несет очищенное впечатление в одном из двух (а иногда и в обоих сразу) направлениях: к запоминанию (включению в состав психического тела) и к материализации (к эффекторам).

Поток сознания, который можно сравнить с движением крови по сосудам, не просто течение, а преобразование – последующее «состояние сознания» является преобразованным предыдущим.

### **Преобразования**

Обучаясь, человек овладевает элементарными и состоящими из них более сложными действиями-преобразованиями.

Примером преобразования является определение истинности. Мысль может приниматься или отвергаться. В более сложных случаях определяется, *что* в мысли истинно, а *что* ложно, например при каких условиях она истинна, а при каких ложна, – происходит «отделение пшеницы от плевел». В результате из мысли извлекается ее истинный смысл, который затем может взаимодействовать с другими мыслями (с-мыслями), рождая новые мысли<sup>58</sup>.

Другой пример – преобразование образа актуальной ситуации через его сопоставление с образом целевой ситуации в план деятельности.

Еще один пример – подражание образцу. Образ восприятия преобразуется в схему активности по его воспроизведению. Такое преобразование характерно, например, для рисования с натуры.

---

<sup>58</sup> Пример такого порождения – логический вывод.

## Формирование психического тела

Формирование психического тела – это формирование его «органов» и «внутреннего сырья». Как и в физическом теле, «органы» (способы переработки «пищи», т.е. умения) сами формируются из «внутреннего сырья» – опыта.

Опыт накапливается в психической жизнедеятельности в качестве продукта «пищеварения». Опыт может быть более или менее «переваренным», сохранять в большей или меньшей мере способность вступать в реакции.

Накопление опыта не механический процесс. Преобразованная из впечатления новая мысль вносит возмущение в систему представлений. Это возмущение запускает работу по перестройке всей системы (приведению ее в равновесное состояние), которая изменяет часть представлений.

## Удаление продуктов реакции, материализация

Удаление отработанных веществ происходит в форме воздействия психического тела на физическое (среду).

Формируемое в цепочке превращений «пищи», очищенное и преобразованное впечатление иногда немедленно, иногда через продолжительное время материализуется в физической активности<sup>59</sup>. В этом смысле метафора питания созвучна с бихевиористской схемой «стимул – реакция».

Конечное звено цепочки преобразований можно назвать «импульсами к материализации». Реализуясь, они исчезают.

«Импульсы к материализации» – это наиболее плотные психические образования, которые максимально приближены к физическому действию, т.е. непосредственно управляют эффекторами: мышцами, железами секреции и другими исполнительными органами.

В воздействии психического тела на физическое кристаллизуется психическая энергия – идеальное превращается в материальное. Психические реалии превращаются в физические процессы (например, деятельность), которые приводят к появлению новых объектов физического мира (например, продуктов деятельности).

В частности, превращение «отвлеченной» мысли в действие начинается с изменения ее статуса. Мысль может стать целью. Мысль может стать элементом плана и внести коррекцию в существующий план. Мысль может приобрести статус обстоятельства деятельности и т.д.

Если при «очистке» физическое воздействие «раскодируется», то при синтезе действия идет обратный процесс – оформление («свертывание», «кодирование» и т.п.) содержания, передаваемого от психического тела физическому, а через его посредство – и физическому миру.

С академической точки зрения источник содержания находится в психическом теле, где он существует как воспринятая из физического мира энергия, преобразованная в форму мыслей, целей, планов, намерений, эмоций, отношений и т.п. Так, творчество материализует плоды работы ума и воображения.

В отличие от «импульсов к материализации» материализованное содержание остается в психическом теле<sup>60</sup>, хотя и утрачивает (иногда временно) «стремление к материализации». Например, вызвавшее аффект переживание, с одной стороны,

---

<sup>59</sup> Обычно (но не всегда) сигналом к прекращению «очистки» и запуску процессов материализации является извлечение прагматического компонента содержания.

<sup>60</sup> Т.е. оно является также и материалом для «строительства» психического тела.

выводится в «эмоциональном разряде», а с другой – остается, периодически приводя к повторным «разрядам».

## Шлаки

В цепочке преобразований есть продукты, которые должны были бы преобразоваться в «импульсы к материализации», но в силу тех или иных причин (прежде всего социальных запретов) не выводятся из психического тела. Такие продукты – шлаки, загрязняющие психическое тело.

К шлакам относится то, что имело тенденцию к отреагированию, но не было отреагировано. Но шлаками являются и части опыта, которые утратили смысл для субъекта, – отжившие представления, ненужные привычки, бесполезные занятия и т.п.

## ОГРАНИЧЕННОСТЬ ЭГОЦЕНТРИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ

Базовая для академической науки модель может быть названа «эгоцентрической». Физический мир является средой для физического тела, которое в свою очередь образует среду психического тела. Графически эту модель можно изобразить в виде трех концентрических окружностей.

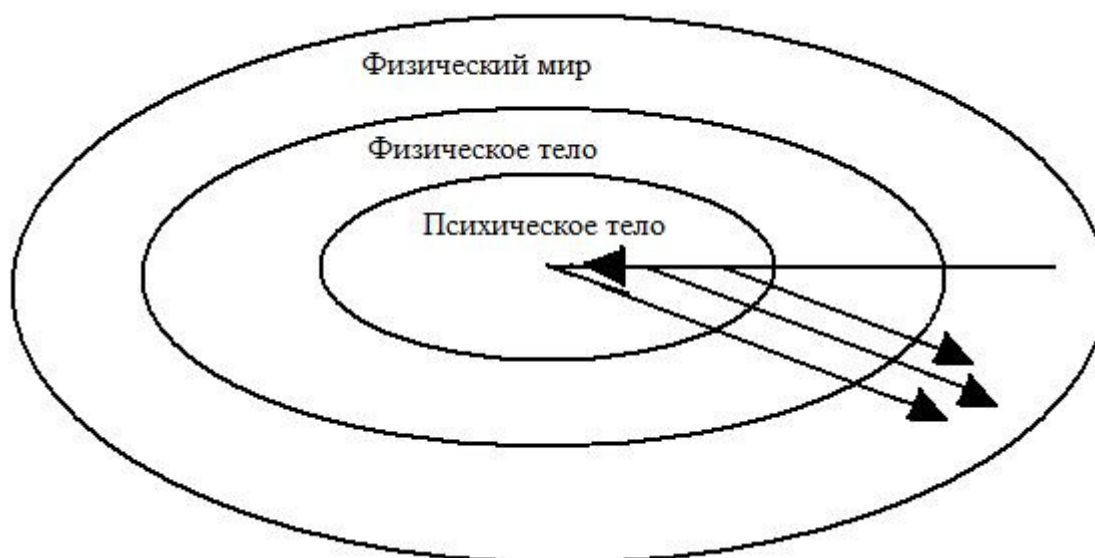


Рис.

### 2. Эгоцентрическая модель.

Поступающие из физического мира через посредство физического тела воздействия подвергаются более или менее глубокой обработке и возвращаются (опять же через посредство физического тела) в физический мир в виде воздействий.

Есть два класса явлений, которые трудно объяснить в рамках эгоцентрической модели.

Первый – это последовательная «очистка».

Второй – Богооткровенное творчество.

Извлечения все более глубокого (чистого) смысла, «очистка» Я-центра, «огненное» состояние – все эти явления с точки зрения эгоцентрической модели означают попадание в центр психики. Казалось бы, в этом центре психическая материя должна быть наиболее плотной. Однако это не так. Психическое «вещество» «центра», наоборот, очень разрежено. В «центре» открывается такое богатство чистого содержания, которого нет ни

в одной другой области психики. Это наводит на мысль, что центр психики связан с какой-то иной реальностью.

Ту же мысль подтверждают феномены Богооткровенного творчества. Содержание гениального произведения настолько ново, богато, совершенно, что предположить, что оно создано путем «обычных» преобразований «обычных» впечатлений, можно только с очень большой натяжкой. Гораздо естественней предположить, что его источник находится вне того, что традиционно относится к психическим реалиям.

Оба эти факта подводят к мысли, что среду психического тела, кроме физического тела, образует и иная реальность, с которой психическое тело взаимодействует посредством специальных «органов», таких, как Я-центр. Совокупность этих «органов» можно назвать «духовным телом», а саму «иную реальность» – «духовным миром».

## **Множественность тел**

Для антропологии разделение физического и психического тела – искусственный прием, который позволит сфокусировать внимание на интересующих исследователя явлениях – физиологических и психических.

Следуя той же логике, при изучении физиологических процессов физическое тело рассматривается или как совокупность составляющих его органов, или как совокупность систем (тел). Так, для ортопеда тело – это опорно-мышечный аппарат (механическая система), для невропатолога – нервная (электрическая) система, для эндокринолога – эндокринная (биохимическая) система и т.д.

Точно так же, чтобы лучше понять функционирование психики, можно рассматривать ее как состоящую из нескольких органов и/или «тел».

Например, можно выделить деятельностно-эффекторный, эмоциональный, интеллектуальный и духовный уровни психического и говорить, соответственно, об эффекторном (эфирном в эзотерической терминологии), эмоциональном (астральном), интеллектуальном (ментальном) и духовном телах. О «духовном» уровне известно мало, и нет нужды подходить к нему более дифференцированно<sup>61</sup>. В частности, нет смысла разносить по разным уровням «сверхмышление» и «сверхэмоции» или разделять органы восприятия и органы действия.

## **Духовное тело и Я-центр**

Выделение духовного тела из психического продиктовано желанием сфокусировать внимание на духовных функциях психики.

Психическое тело ответственно за явления, традиционно относимые к предмету психологии: управление физическим телом, эмоциональная и ментальная жизнь. Духовное – за явления духовной жизни. Психическое и духовное тела воздействуют друг на друга. Духовное тело вместе с физическим формируют среду психического тела.

Взаимодействие психического тела с духовным миром опосредовано духовным телом так же, как его взаимодействие с физическим миром опосредовано физическим телом. Это вполне согласуется с мнениями авторитетов эзотеризма.

Уровень наших представлений о духовном теле позволяет отождествить его с Я-центром – единственной психической сущностью, которая сохраняется неизменной, меняя содержание, и которая способна, оставаясь психической, подниматься над психикой. Эти два свойства позволяют считать Я-центр духовным телом, т.е. объектом и проводником духовных воздействий, «каналом» духовной энергии, через который передаются воздействия духовного мира на психическое тело, и наоборот.

---

<sup>61</sup> Эзотерические источники отмечают сложный состав духовного тела.

Передача воздействий осуществляется посредством «путешествий» Я-центра из психического тела в духовный мир<sup>62</sup>, и наоборот.

То, что Я-центр является духовным телом, означает, что он должен обладать всеми свойствами индивидуального духа, в том числе и теми, которых мы не обнаружили раньше. В частности, атрибутом Я-центра является «духовное зрение». Соединяя психическое тело с духовным миром, Я-центр реализует такой атрибут индивидуального духа, как притяжение к духовному.

Из духовного мира Я-центр получает содержание, которое оформляет (материализует) в Богооткровенном творчестве<sup>63</sup>. Правда, с этой функцией Я-центра связаны не все, а только наиболее важные этапы творческого процесса – импульс к Богооткровенному творчеству, получение духовного содержания. Что касается процесса оформления, то в нем часто важное место занимают и другие, чисто психические механизмы. Я-центр может осознавать и управлять этими процессами, отождествляться и разотождествляться с ними, как и с любыми другими.

В творчестве проявляется стремление Я-центра к материализации и к гармонии. Стремление к гармонии, как и свобода, проявляется и в выборе направления при управлении психической деятельностью. При этом надо отметить, что **свобода Я-центра – это свобода духа, но не свобода от духа.**

### **Биполярность человека**

То, что психическое тело взаимодействует не только с физическим, но и с реальностью другого порядка – духовным миром, принципиально важно. Человек – дитя материи и духа – подвержен двум типам влияний – физическому и духовному.

«Двухполюсное» понимание человека, казалось бы, банально – вся религиозная, значительная часть философской и художественной литературы сосредоточены на дихотомии «Бог – дьявол», «духовное – материальное», «животное – возвышенное» и т.п.

Однако в психологии биполярность человека обычно «не замечается». В отличие от животного Божественное не поддается позитивистской методологии.

Интересен один эпизод в истории психологии: учение Фрейда о подсознании и надсознании. Сведя происхождение надсознания (супер-эго) к усвоению социальных предписаний и запретов, Фрейд не перешагнул границ дозволенного атеистическим мировоззрением. По-видимому, он не был удовлетворен этой теорией, так как проблема мотивационной двойственности продолжала его занимать. Это нашло отражение в теории двойственности первичных позывов – врожденных инстинктов жизни и смерти. Впрочем, и эта теория Фрейда также не удовлетворяла.

При признании реальности индивидуальной духовности идея о надсознании и подсознании предстает в новом свете.

Надсознание – это область индивидуального духовного, которое так же, как и подсознательные импульсы, мало осознается, но имеет иную природу.

Импульсы подсознания (к ним относятся фрустрированные биологические и некоторые другие «низшие» потребности) влияют на поведение непосредственно. Импульсы надсознания опосредованы эмоцией и мыслью.

---

<sup>62</sup> Чтобы понять, как высоко «забирается» Я-центр, нужно знать, где он исчезает. Выше ментального уровня (например, при «эстетическом экстазе») Я-центр еще существует. В состоянии нирваны, поднявшись достаточно высоко, Я-центр исчезает, сливается с окружающим Миром.

<sup>63</sup> «Бездуховное творчество» – оформление продуктов работы ума или воображения, т.е. содержания, созданного психическим телом, не связано с деятельностью Я-центра.

## Глава 8

### ДВУХПОЛЮСНАЯ МОДЕЛЬ

*Мудрость, свет, любовь... божеств... достигают людей, способных их воспринимать... через людей они добираются до животных, растений, минералов. Затем, благодаря другому потоку, эти силы вновь поднимаются от минералов вплоть до высших царств...*

**МИРЫ. ОРГАНИЗАЦИЯ МАТЕРИИ • Психический мир – ноосфера • Духовный мир • Физика духовного мира. Тонкость материи и духовность • Количество тонкой материи • Содержание и форма. Форма тонкой материи • Физическая ограниченность восприятия • Уровни организации материи и редукционизм • Духовный мир и духовное тело • ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ТЕЛА С МИРАМИ • ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ТЕЛАМИ: ДВУХПОЛЮСНАЯ МОДЕЛЬ • Двухполюсная модель и функция «Я – часть Мира» • Воздействие на духовное тело «сверхчисткой» • Восприятие духовной энергии, продуктивная пустота • Материализация. Служение. Творчество и любовь • Отражение духовного потока. «Третья сила» • ТИПЫ МЕНТАЛЬНОСТИ • Альтруистическое и эгоистическое поведение • Духовные и прагматические мысли и эмоции • УПРАВЛЕНИЕ ПСИХОЭНЕРГЕТИКОЙ**

#### МИРЫ. ОРГАНИЗАЦИЯ МАТЕРИИ

Рассмотрим устройство радиосигнала, передающего в закодированном виде «Я помню чудное мгновенье...». Такой сигнал имеет структуру, напоминающую матрешку.

С одной стороны, радиосигнал – это несущая электромагнитная волна: периодические изменения (колебания) напряженности электрического поля в точке пространства – и только.

У одних участков волны амплитуда (размах колебаний) больше, у других – меньше. Первым соответствует символ «1»; вторым – символ «0». Таким образом, радиосигнал представляет и последовательность нулей и единиц.

Каждые шесть символов – код буквы. Радиосигнал представляет и текст на русском языке.

Этот текст состоит из слов и предложений и т.д.

Предложения имеют смысл. Радиосигнал несет смысл!

Обработка радиосигнала состоит в последовательном переходе от физической формы к последовательности нулей и единиц. От нее – к последовательности букв. Далее – к последовательности слов – и т.д. до уровня смыслов.

Аналогично устроены текст, напечатанный на бумаге, звуки речи или музыки и т.п.

Помимо элементного состава, материя характеризуется своей организацией, которая имеет уровневое строение. Организация материи оформляет уже не материальные, а идеальные сущности. Таким образом, материальный мир, рассмотренный с точки зрения его организации, является не материальным, а идеальным.

Об идеальном мире («мире идей») говорил еще Платон. Вернадский назвал ту же сущность более современно – «ноосфера».

Ноосфера состоит из мыслей, идей. Что такое мысль или идея, мы не можем определить точно. Однако мы можем определить ноосферу иначе – как совокупность продуктов психической деятельности безотносительно к тому, существуют ли они в материализованной (отчужденной) или «внутренне-психической» форме. В этом случае ноосфера – не что другое, как «психический мир».

## **Психический мир – ноосфера**

Для физического тела психика – только часть среды. Другая часть – физический, и особенно живой, мир – биосфера.

Точно так же можно считать психический мир – ноосферу – средой индивидуальной психики.

Ноосфера, безусловно, реальна как определенный уровень организации материи, более высокий, чем уровень организации материи, например биосферы.

Однако нет оснований считать этот уровень высшим. Наоборот, феномены индивидуальной духовности говорят, что существуют и более высокие уровни, о которых академической науке почти ничего не известно. Эти более высокие уровни организации материи можно назвать духовным миром – средой духовного тела.

## **Духовный мир**

Мир живой материи – биосфера – выше физического мира «неживой» материи. Ноосфера выше биосферы. Духовный мир («спироосфера») выше ноосферы.

Духовный мир находится с психическим миром (ноосферой) и психическим телом в тех же отношениях, что и психический мир с физическим миром (биосферой) и физическим телом.

### **Физика духовного мира.**

#### **Тонкость материи и духовность**

В эзотерических учениях тонкость материи характеризует ее духовность. Тонкость определяется как частота «вибраций» (колебаний) частиц «психической материи», которая обратно пропорциональна ее плотности. Таким образом, есть более и менее духовные (тонкие) материи.

Любая эзотерическая система от Данте до каббалы и суфиев указывает на иерархическое устройство мира. Существует множество миров: мир Бога, мир ангелов, мир людей, мир животных, мир неживой материи и т.д. Мир людей, естественно, занимает в этой Иерархии не самое высокое место.

В каждом мире есть материи разной плотности, в том числе и очень разреженные (с очень высокой частотой вибраций) – носители духа. Таким образом, дух присутствует всюду.

Но вместе с тем в каждом мире преобладает материя, которая наиболее характерна для него. Каждому миру соответствует свой уровень плотности (и частоты вибраций). В современной терминологии это означает, что каждый мир представляет собой поле или совокупность волновых процессов в соответствующем этому миру частотном диапазоне. Например, мир звука – это совокупность акустических колебаний с диапазоном от десятков до десятков тысяч колебаний в секунду. В работах по восприятию эмоций получены данные, которые позволяют считать, что мир эмоций – это также акустические колебания, но в другом (более низком) частотном диапазоне.

Воздействие – также волновой процесс – сумма колебаний (волн) с разными частотными диапазонами. Волны в каждом частотном диапазоне несут содержание, соответствующее по тонкости этому частотному диапазону. Восприятие различных по

частоте (и тонкости) составляющих воздействия эквивалентно его спектральному анализу<sup>64</sup>. В частности, Я-центр как орган индивидуального духа резонирует на духовный компонент воздействия.

### Количество тонкой материи

Трудность выделения тонкого из разных воздействий различна. Грубые компоненты содержания «заслоняют» тонкие.

Из полотна абстракциониста можно извлечь глубокий смысл, но можно увидеть только размазанные по холсту краски. Порой даже искусствоведы не видят в них ничего другого. В «Джоконде» тоже можно увидеть размазанные по холсту краски, но нормальный человек видит женскую фигуру, а всмотревшись – и многое другое.

Это явление нельзя объяснить только разным умением «очищать» содержание. Одни произведения действуют на всех, другие всех оставляют безразличными. Ясно, что дело в самих произведениях – в одних (более талантливых) тонкой материи БОЛЬШЕ, в других – меньше. И горящий и тусклый взгляд несут Божий огонь, но первый – пламя, а второй – тление.

«Больше материи» означает большую интенсивность (амплитуду) колебаний в соответствующем частотном диапазоне.

### Содержание и форма. Форма тонкой материи

Объяснение различий в однозначности «раскодирования» разных воздействий индивидуальными особенностями механизмов «очистки» верно, но не исчерпывающе. Сами воздействия отличаются определенностью содержания. Так, содержание реалистичных картин более определенно, чем абстрактных.

Готовя сообщение-воздействие, автор может представлять, что именно он хочет выразить, и предельно ясно, и весьма расплывчато. В его мыслях может быть больше или меньше порядка (энтропии). Эта четкость или расплывчатость сохраняется в произведении – «кто ясно мыслит, тот ясно излагает».

Обычно формой произведения считают способ организации его «оболочки» – самой грубой, физической материи. Однако, если считать содержанием более тонкие виды материи, правомерен вопрос об их форме (способе организации), которая отличается от формы грубой материи «оболочки».

Форма не внешняя «оболочка» содержания. Форма сама имеет многослойное строение. Каждый частотный диапазон оформлен по-своему: в одних есть четкая структура, в других – «белый шум».

Оформление содержания – это не только работа над формой его материального воплощения, но и внутренняя работа по структурированию (оформлению) собственно содержания, которое часто бывает фрагментарным и малосвязным.

Форма (способ организации) звуковых или зрительных сообщений – это изменение частотных (соответственно, тона и цвета) и амплитудных (громкости и яркости) характеристик сигнала во времени. Этот способ организации для звука может восприниматься, например, как ритмический или мелодический рисунок.

Форма других волн определяется также их частотной и амплитудной модуляцией.

---

<sup>64</sup> Это согласуется с представлениями коннекционизма, который распространяет принципы спектрального анализа с функционирования зрительных и слуховых анализаторов на всю ментальную активность, включая означивание и осмысление.



## Физическая ограниченность восприятия

Даже если считать, что, кроме электромагнитных и акустических волн, других излучений не существует, окошко, через которое человек смотрит на мир, очень узкое. И ухо и глаз воспринимают излучения только в ограниченном частотном диапазоне. Даже с учетом возможностей приборов множество частотных диапазонов недоступно человеческому восприятию. Реальность, существующая на этих частотах, представляет собой мир, доступ в который человеку (по крайней мере в «обычных» состояниях) закрыт.

Кроме того, способ организации материи даже в доступных диапазонах известен только фрагментарно. Нет оснований считать мысль или даже «чистый смысл» высшей формой организации.

Это означает, что в признании реальности духовного мира нет ничего «антиматериалистического». Более того, это признание является просто очередным шагом в развитии «научных» взглядов на мироздание.

## Уровни организации материи и редукционизм

В европейской мысли есть опасность, которая, с одной стороны, давно осознана, а с другой – снова и снова подстерегает людей, пытающихся понять мироустройство. Эта опасность – редукционизм – попытка свести одни («высшие») виды движений к низшим: физические – к механическим, химические – к физическим, биологические – к химическим, психические – к биологическим и т.д. Эта попытка логически безупречна. Но вся история редукционизма показывает ее непродуктивность.

Изучение каждого уровня движений нуждается в своих специфичных методах, а не заимствованных из наук о более низких уровнях. Попытки выстраивать пирамиды, сводящие высший уровень движения ко все более низким, бесперспективны. Это давно стало очевидным в отношении физических, сейчас очевидно и в отношении химических, почти осознано в отношении биологических и начинает осознаваться в отношении психических движений. Рано или поздно это будет осознано и в отношении духовных движений.

## Духовный мир и духовное тело

Вопрос о границе между духовным телом и духовным миром обычно не ставят, считая их синонимами. По отношению к духовному телу трудности определения границ, о которых мы говорили по отношению к психическому телу, только увеличиваются. Духовное тело обеспечивает связь с реальностью не только не «пространственной», но и «вневременной». И тем не менее духовное тело имеет локализацию – оно «привязано» к индивиду, хотя и является даже не частью<sup>65</sup>, а самим духовным миром.

Взаимодействие духовного мира и духовного тела происходит по оси «индивидуализация–деиндивидуализация» духовного. Духовное тело передает духовному миру индивидуальную духовность, тем самым «деиндивидуализируя» ее. А духовный мир воздействует на духовное тело, передавая ему безличную духовность, тем самым «индивидуализируя» ее.

---

<sup>65</sup> Понятие «часть» по отношению к духовному миру из-за его непространственной природы неприменимо.

## **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ТЕЛА С МИРАМИ**

С психическим телом взаимодействуют тела, с которыми оно находится в непосредственном контакте, и миры.

Взаимодействия психического тела с физическим и духовным мирами опосредованы соответствующими телами. Можно считать физический и духовный миры по отношению к психическому телу средой второго порядка.

С точки зрения академической науки взаимодействие психического тела с ноосферой также опосредовано физическим телом. Эзотеризм допускает и возможность их непосредственного взаимодействия. Считается, что в психической жизнедеятельности образуется особый продукт («выделения») – «эманации» – тонкая субстанция, не имеющая пространственной локализации. Эта субстанция может восприниматься без посредства известных органов восприятия другим психическим телом.

Обычно при разногласиях с академическим знанием эзотеризм оказывается ближе к истине. Но в любом случае невозможность непосредственного взаимодействия психического тела с ноосферой нельзя считать установленной.

Есть две группы фактов, которые можно считать проявлениями непосредственного взаимодействия. Первая – это феномены эмоционального заражения и «носящейся в воздухе мысли»<sup>66</sup>. Эти факты академическая наука признает, но интерпретирует их «материалистически».

Вторую группу фактов академическая наука старается не замечать. К ней относятся «парапсихологические» явления: например, телепатия или магия. Тем не менее эти явления ставят множество вопросов, требующих непредвзятого подхода. Достаточно ли (и при каких условиях) подумать, чтобы «выбросить» мысль вовне? Не является ли само «думание» обращением к мировому хранилищу мыслей?<sup>67</sup> Влияет ли доброе или злое пожелание, не облеченное в «адекватную» поведенческую форму, на его адресата, и если да, то при каких условиях? И т.д.

### **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ТЕЛАМИ: ДВУХПОЛЮСНАЯ МОДЕЛЬ**

Если ограничиться рассмотрением только взаимодействия психического тела с соседними телами (физическим и духовным), которое заведомо ничем не опосредовано, то общая схема взаимодействия может быть представлена в виде двухполюсной модели.

Психическое тело воспринимает два энергетических потока – от физического и от духовного тел. Эти потоки циркулируют в психическом теле и в преобразованном виде частично излучаются на те же два соседних тела.

---

<sup>66</sup> О влиянии на мир мысли свидетельствует способность слушателя или читателя восстанавливать мысль (ее прообраз) по тексту.

<sup>67</sup> Идея хранилища мыслей созвучна идее ноосферы. Любопытно, что феноменологическая психология косвенно разделяет идею хранилища, считая, что человек априорно обладает необходимым ему знанием, и проблема в том, чтобы получить к нему доступ.

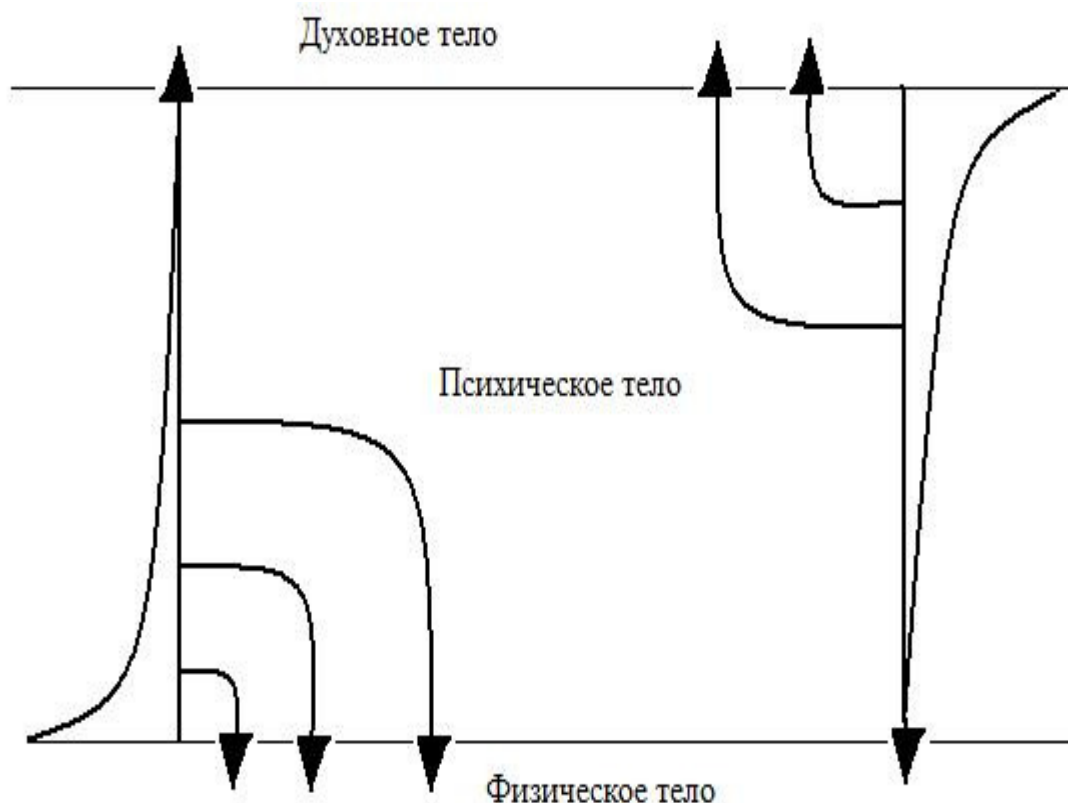


Рис. 3. Схема двухполюсной модели

Поток от физического тела (левая часть схемы) подвергается «очистке» разной глубины. Вступая в реакцию с «внутренними веществами», очищенные впечатления, преобразованные в различные психические элементы: чувства, мысли, смыслы, желания, – начинают движение в противоположном направлении и в конечном итоге материализуются в физические действия.

Этот «круговорот» представлен и в «эгоцентрической», и в обобщающей ее двухполюсной моделях. В последней он показан в левой нижней части схемы.

Однако наиболее «очищенные» переживания, например наиболее тонкие смыслы, некоторые эстетические переживания и т.п., не превращаются в более «грубые» формы. Вместе с тем они являются «конечными».

Эти наиболее тонкие психические движения переходят в духовные, т.е. представляют воздействия психического тела на духовное – выделение продуктов психической жизнедеятельности в духовное тело. Тонкие переживания являются пищей духовного тела и, в частности, расходуются на его «строительство». Такие воздействия изображены в левой верхней части схемы.

Второй энергетический поток идет от духовного тела (правая часть схемы). Основная линия его движения – «уплотнение», превращение во все более и более плотные психические формы: мысль, эмоцию, действие. В конечном итоге он материализуется в виде физического действия и изливается на физический мир в форме творчества и любви (правая нижняя часть схемы).

Но материализуется не весь духовный поток. Часть его «отражается психическим телом и возвращается в духовное тело, например в виде молитв (правая верхняя часть схемы).

## **Двухполюсная модель и функция «Я – часть Мира»**

Двухполюсная модель позволяет уточнить формулу «Человек – часть Мира, играющая в нем определенную роль». Роль, о которой идет речь, состоит в передаче воздействия духовного мира на физический<sup>68</sup> и физического мира на духовный.

Как физическое тело преобразует физические движения неживой материи в психические и наоборот, так и психическое тело преобразует грубые биологические движения в тонкие духовные и наоборот.

**Человек работает как приемник, преобразователь и передатчик энергетических потоков между физическим и духовным мирами.**

### **Воздействие на духовное тело «сверхочисткой»**

В эзотерических трудах часты указания на то, что наиболее «тонкими» движениями своей души человек действует (передает энергию, питает) на свое духовное тело, а через него – и на духовный мир.

Любое физическое воздействие – это сообщение, в конечном итоге направленное Свыше. В его содержании присутствует «Божественный компонент», который можно извлечь.

Божественный компонент заслонен более «грубыми» видами материи – внешней формой, содержанием, заложенным в сообщение его «авторами» – мирами (неживой материи, животных, людей и т.д.) и их представителями. Извлечение этих «грубых содержаний» предшествует извлечению Божественного компонента.

Часто «очистка» завершается выделением прагматического компонента, который воплощается затем в прагматическом же поведении. Человек не доходит до Божественного компонента, предполагая, что прагматика исчерпывает всю сложность сообщения.

Однако иногда бывает иначе. При сосредоточенном восприятии, мудром созерцании удается находить в обычных вещах такое тонкое содержание, которое нельзя выразить обычными словами. Это содержание проявляется в тонких (хотя порой и сильных) эстетических переживаниях, ощущении тонких смыслов и т.д.

Эти переживания и являются воздействиями психического тела на духовный мир.

### **Восприятие духовной энергии, продуктивная пустота**

«Духовные воздействия» – это воздействия духовного тела на психическое. Божественный компонент (Воля Божья, Божественная Любовь и т.п.) выражен в них непосредственно и потому более интенсивно.

В результате духовного воздействия резко увеличиваются способности. Человек ощущает, как в него входит Высшая Сила, которая позволяет ему совершать невозможное в обычном состоянии.

Рост способности к пониманию проявляется в открытии «третьего глаза» – расширении и очищении сознания, обострении интуиции, восприятию чистых смыслов, откровений. Мучительные вопросы получают окончательные и совершенно определенные ответы.

---

<sup>68</sup> Библейское «приготовьте путь Господу, прямыми сделайте стези Ему» – это прежде всего призыв очистить каналы прохождения энергии от момента ее приема из духовного тела до момента ее передачи физическому телу.

Человек испытывает эстетические переживания, недоступные в обычных состояниях, сознание заполняют необычайной красоты образы.

Заполненность Высшей Силой ощущается человеком как поток Божественной Любви, льющийся на него и через него. Это ощущение сопровождается чувством безопасности, уверенности, защищенности.

Чтобы воспринимать духовное воздействие, нужно прочистить каналы, связывающие психическое тело с духовным миром, т.е. предоставить Я-центру психические ресурсы. Для этого нужно выйти из состояния самотождественности и разотождествлением освободить Я-центр – отказаться от «грубых» деятельностей, остановить «грубые» энергетические потоки: прагматические и негативные желания, эмоции, мысли.

Духовному воздействию предшествует «продуктивная пустота». Очищенное от содержания сознание прозрачно, ясно; голова «пустая». Все сосредоточено на обращении за «помощью» (например, «информацией») к Высшим силам, и вот – эта «помощь» («информация») сама заполняет сознание<sup>69</sup>.

Духовное содержание «отливается» в те психические формы, которые освобождены для восприятия. Когда человек задает вопрос, он освобождает форму знания, когда хочет увидеть картину или услышать мелодию – форму зрительного или музыкального образа, обрести уверенность – форму уверенности, пережить чувство – форму чувства и т.д. Содержание может «отливаться» в любую форму, в которой человек способен его принять. «Просите, и дано будет вам» – как раз об этом.

Таким образом, к духовному воздействию нужно подготовиться. Кроме состояния продуктивной пустоты, нужна «рутинная» работа по подготовке формы для духовного содержания (например, в научном творчестве – определение неизвестного). Эта работа требует владения формами представления содержания в сознании.

## **Материализация. Служение. Творчество и любовь**

Переход духовных воздействий в психическую форму – только первый шаг в их уплотнении. По мере развития процесса уплотнения духовные воздействия «одеваются» во все более и более «материальные» формы и превращаются в конце концов в физические действия. Так неясное ощущение превращается в мысль, мысль – в словесную форму, словесная форма – в высказывание.

Как и «очистка» физических воздействий, материализация духовных является одной из важнейших функций человека. Деятельность по реализации этой функции можно назвать *Служением*. И любовь и творчество являются формами Служения.

Любовь материализует духовное содержание. Человек трансформирует Божественную Любовь в человеческую любовь.

Воспринятый в духовном воздействии, поток Любви не останавливается в психическом теле, а стремится излиться в физический мир. Поток Любви («чистая» Любовь, или Пра-любовь) приобретает форму любви-отношения. Любовь-отношение оформляется как любовь-чувство. Любовь-чувство – как любовь-действие, т.е. акт любви. Человек в потоке Божественной Любви сам становится ее источником и начинает излучать Любовь на мир. Это излучение проявляется в поведении («добрые дела»<sup>70</sup>), светящихся глазах, создании вокруг себя «атмосферы любви».

---

<sup>69</sup> В ослабленной форме это явление известно как готовность ответа уже в момент задавания себе вопроса. Ответ нужно «только» сформулировать.

<sup>70</sup> Рост мудрости (способности различать добро и зло), сопровождающий восприятие потока Любви (Алиса Бейли называет его «Любовь-Мудрость»), создает предпосылку для материализации любви – сотворения добра.

Другой формой Служения является творчество.

Творчество, источник которого в духовном мире, легко отличить от творчества с источником в психике. Его содержание аккумулирует духовную энергию, которая сохраняется (хотя бы частично) при оформлении, отмечая произведение печатью гениальности.

Творчество, так же как и любовь, материализует духовное содержание. За высказанной мыслью стоит пра-мысль – идея или с-мысл, за ней – пра-идея и т.д.

Но «мысль изреченная есть ложь» – творческий продукт отличается от за-мысла (прообраза). Мы не знаем, какая музыка звучала в душе Баха, *что* было в душе у Леонардо, когда он писал Джоконду, или у Данте, записывающего «Божественную комедию».

### **Отражение духовного потока. «Третья сила»**

Воздействия на духовное тело высших переживаний, полученных при «сверхоочистке» физического воздействия, обычно не осознаются как таковые. Однако воздействия на духовное тело могут быть вполне осознанными.

Духовный поток материализуется не полностью. Часть его, наоборот, «дематериализуется» и становится «пищей» духовного тела. Преобразованное в форму мыслей или чувств духовное содержание направляется обратно в духовный мир. Дематериализация проявляется в обращении к Богу: в покаянной, просящей и/или славящей молитве.

Как и поток, идущий от физического мира, духовный поток меняет свое «естественное» направление. Изменение направления в обоих случаях связано с действием «третьей силы».

Наряду с внешними воздействиями (физическими и духовными) психические процессы управляются действием внутриспсихических сил – индивидуальной направленностью. Психическое тело располагает собственной энергетикой – более оформленной (в основном в виде желаний), но не восполняемой энергией личности и менее оформленной энергией сущности, которая восполняется «энергией часовой пружины».

Как прагматическая направленность меняет направление потока «очистки» физического воздействия на его возвращение в физический мир – воплощение в прагматическом поведении, так же и духовная направленность меняет направление духовного потока на его возвращение в духовный мир – дематериализацию в обращении к Богу.

Когда обращение к Богу доминирует в психической жизни, например когда стремление к освобождению сводит всю активность к просьбам к Богу забрать его к Себе, человек отказывается от выполнения своей задачи – быть посредником между духовным и физическим мирами, отказывается от Служения. То же происходит и при «заземленности», когда вся активность состоит в преобразовании физических воздействий в физические же действия.

Впрочем, такие случаи редки. Обычно какими-то сторонами своей деятельности человек передает очищенное им содержание физического воздействия или доставшиеся крохи духовного другому, который продолжает его, соответственно, очищать или материализовывать.

### **ТИПЫ МЕНТАЛЬНОСТИ**

Двухполюсная схема показывает, что за привычными словами «поведение», «мысль», «эмоция» и т.п. может скрываться разное содержание.

## Альтруистическое и эгоистическое поведение

Поведение может быть альтруистическим Служением (правая часть схемы), которое материализует (оформляет) духовные воздействия, или эгоистическим, прагматическим (левая часть).

В зависимости от глубины «очистки» материализуемого в эгоистическом поведении содержания можно определить три типа такого поведения.

1. «Полевое поведение» – это непосредственное реагирование на физические воздействия или непосредственная реализация внутренних импульсов.

2. «Эмоциональное поведение» – поведение под влиянием чувства, воплощение этих чувств. Мысль в таком поведении играет подчиненную роль, обосновывая или оправдывая то, к чему толкают чувства.

3. «Рассудочное поведение»<sup>71</sup> – это воплощение сознательно принятых решений о целесообразности, правильности и т.п.

## Духовные и прагматические мысли и эмоции

Эмоции и мысли выполняют две функции в психических потоках. С одной стороны, они являются продолжением «глаз», органами восприятия. С другой – «руками», органами действия. Эмоции бывают реактивными (от «реакция») и активными. Мысли отвечают не только на вопрос «Что это такое?», но и на вопрос «Что делать?».

Мысль придает действию ориентировку, направление, план, смысл. Эмоция – энергию и опять же направление.

Эмоции могут «смотреть» на мысли («питаться» мыслями), и наоборот. Мысль, наблюдая за эмоцией, о-с-мысляет ее, например изыскивает возможности для устранения причин негативных переживаний и т.д. Эмоция «оживляет» мысль энергией, а иногда и оценивает ее по-своему: как верную, сомнительную, справедливую, интересную, важную и т.п.

Мысли<sup>72</sup> и эмоции, обслуживающие «практическое поведение», отличаются от мыслей и эмоций, работающих на «связь с Небом».

Человек может осмыслять (ощущать) себя в разных системах отсчета (в разном масштабе): аутично, как душу, живущую в теле (организме); как индивида в мире, в котором нужно выживать и/или которым нужно овладеть; как члена группы (например как гражданина страны), который стремится к реализации групповых целей; как частицу Мира – Божье творение, которая должна реализовать свое назначение.

Каждой системе отсчета соответствует свой объем сознания и свой способ осмысления физических воздействий. В первом случае воспринимается только свой мир-организм. Такое восприятие характерно для ипохондрии. Во втором – только прагматическая сторона внешних воздействий. В третьем – также прагматика, но взятая в более крупном масштабе (влияния других групп, культурные и социальные процессы). В четвертом воспринимается Божественный компонент.

Прагматические мысли направлены на осмысление ситуации и возможностей, имеющихся у человека (индивида и/или члена группы).

Реактивные прагматические эмоции являются реакцией на полезность или вредность воздействия (например, приязнь или неприязнь, страх); активные – желаниями.

---

<sup>71</sup> Чтобы мысль начала мотивировать поведение, она должна преобразоваться в чувство – желание делать.

<sup>72</sup> И в вербальной и в образной (продукты воображения) форме.

Прагматические переживания имеют тенденцию к материализации, оформлению в материальную форму.

Воздействие психического тела на духовное осуществляют мысли и эмоции, качественно отличные от мыслей и эмоций, управляющих физическим поведением. Отличие – в их «очищенности» от прагматики.

Такие мысли являются «чистыми с-мыслами», реактивные эмоции – тонкими эстетическими переживаниями, сходными с внутренней музыкой, а активные – устремленностью к духовному миру. Их объект – Дух (Небо, Бог), а субъект – Я-сущностное. То, что на прагматическом уровне переживается как полезное или вредное, приятное или неприятное, на духовном переживается как красивое, мудрое, справедливое и т.п.

## УПРАВЛЕНИЕ ПСИХОЭНЕРГЕТИКОЙ

Для управления нужны три вещи: знание настоящего положения дел, знание желательного положения дел и умение переходить от настоящего положения дел к желательному.

Произвольное управление собственной энергетикой начинается с воссоздания «в уме» картины энергетических потоков. Для этого нужен навык самонаблюдения, но даже при его наличии картина обычно мало соответствует реальности, особенно в отношении тонких энергий.

Кроме этой картины, для управления необходимы представления о желательном направлении потоков, которые в свою очередь требуют полного знания о человеке. У «обычного» человека таких знаний нет<sup>73</sup>.

Наконец, третий компонент – умения, владение управляющими воздействиями – требует особого разговора.

Некоторые приемы управления нетрудно освоить. Несложно научиться с помощью аутотренинга повышать температуру тела. Известны психотехнические приемы (например, техники осознания) для снижения энергетического потенциала одних представлений и повышения – других. В какой-то мере у «обычного» человека есть возможности для управления своим поведением и эмоциональным состоянием. Наконец, у человека есть возможность искать одни воздействия и избегать других.

Способности к управлению можно наращивать. Это направление очень модно. Многочисленные целители, маги и колдуны стали привычными персонажами нашей жизни.

По-видимому, умению оперировать с тонкими энергетическими потоками можно научиться. По крайней мере есть много «учителей», приглашающих на такого рода «курсы».

Однако здесь необходима осторожность, о которой постоянно напоминают Учителя. Умения без знания могут быть опасными как для самого «управляющего», так и для его клиентов. Само же знание чрезвычайно сложно, и овладение им требует высокого уровня общего (духовного) развития. Необходима готовность к использованию увеличившихся способностей. Процесс подготовки сложный и долгий. Он принципиально отличается от обычного образования. Необходимое знание должно быть *пережито*. А его переживание предполагает коренное изменение всего человека. Обычно, чтобы подготовка была успешной, необходимо внешнее руководство.

---

<sup>73</sup> В эзотеризме считается, что эти знания есть у Посвященных.