



## Методология и философия науки

Пендюрина Л.П.

### Идеи индийской философии и трансперсональная психология

*Статья посвящена проблемам развития трансперсональной психологии и анализу идей индийской философии, используемых представителями трансперсональной психологии для понимания сознания и перспектив развития психики.*

*В статье рассматривается модель человеческого сознания, предложенная С. Грофом, выявляются ее связи с представлениями о мире и человеке в индийской философской традиции.*

*Автор раскрывает суть интегрального подхода к человеку К. Уилбера, показывает, что данный подход опирается на идею холярхии. Представление о реальности как холярхической структуре восходит к обоснованию мира как Великой цепи бытия, сформулированному впервые в античной философии, а также индуизме и буддизме.*

*Ключевые слова: трансперсональная психология, Великая цепь бытия, холярхия, холотропное дыхание, изменённые состояния сознания, духовность, индийская философия, буддизм, лила, сат, чит, ананда*

В 80-е годы XX века в западной науке начинает оформляться новое направление – Движение за Развитие Человеческого Потенциала. Теоретической основой данного движения является представление о Великой Цепи Бытия. Концепция Великой Цепи Бытия в современной западной философии была разработана американским философом А. Лавджоем. Согласно Лавджою, данная концепция была господствующей официальной концепцией большей части цивилизованного человечества в течение большей части его истории. Впервые она была сформулирована Платоном в европейской античности, а также индуизмом и буддизмом. Сущность ее заключается в том, что идеальное и материальное бытие есть проявление миропорождающей функции абсолютного и совершенного Единого. Лавджой полагает, что идея полноты бытия, его целостности – это главная идея, позволяющая объяснить мир в его многообразии форм и потенциалов как благой и совершенный. Благодаря этой идее формируется такое представление о замысле и структуре мира, в котором связывается необозримое, «бесконечное число звеньев, расположенных в иерархическом порядке: от ничтожных существ, балансирующих на грани «не-существования», по «каждой возможной» ступени и



вплоть до *ens perfectissimum*, ... вплоть до самого высокого из возможных типов сотворенного» [2, с. 62]. Реальность предстает как холархия, – разветвляющаяся последовательность концентрических кругов, где каждый последующий уровень превосходит предыдущий.

Такое понимание мира разделяют представители трансперсональной психологии.

Термин «трансперсональный» означает то, что находится за привычной структурой «тело-эго». Трансперсональная психология исследует опыт наследственных воспоминаний, мифологических образов, юнговских архетипов, воспоминаний из прошлой жизни, который преодолевает границы пространства. Исследование этого опыта предполагает обращение к различным системам воздействия на тело и мышление, расширяющим и изменяющим сознание, позволяющим взглянуть в самые глубины психологии.

В силу того, что представление о бытии как целостности и техника медитации, приводящая к расширению сознания, были разработаны в восточных философских системах, трансперсональная психология широко заимствует и интерпретирует идеи индийской философии в описании и объяснении измененных состояний сознания (ИСС).

Как показывают современные исследования, измененные состояния сознания («пиковые переживания» как их называл А. Маслоу), часто именуемые мистическими, не являются синонимами патологии и не имеют отношения к психиатрии. Они могут присутствовать у обычных людей в обычной жизни. Вызываются они разными обстоятельствами и причинами. Например, к переживанию единства может привести мощь и красота природы, ее совершенство. Подобный эффект могут вызывать произведения искусства. Чувства, напоминающие мистический экстаз переживают художники, музыканты в особые моменты творчества, спортсмены, достигающие выдающихся результатов. Все это указывает на необходимость изучения измененных состояний сознания. Тем более что целые культуры, и в первую очередь индийская, не просто разрабатывали психотехнические практики достижения трансперсональных состояний, а объявляли их высшей ценностью, без которой невозможно постижение истины. Как заметил Е.А. Торчинов, «относительно ИСС можно утверждать, что они не имеют никакого отношения к сфере психиатрии, если не ведут к разрушительному воздействию на личность и ее деградации...» [3, с. 350].

Трансперсональная психология основывается на интерпретации мистического опыта. Под опытом в данном случае понимается психический опыт, сумма психических состояний и переживаний в самом широком смысле этого слова. Такое понимание опыта восходит еще к У. Джемсу. Не случайно сторонники трансперсонального подхода к сознанию называют его одним из пионеров трансперсонального движения.

Джемс выдвинул концепцию универсального, или чистого, опыта, согласно которой опыт и реальность составляют одно и то же. Чистый опыт для Джемса – это



непрерывный жизненный поток, представляющий материал для последующего отражения его субъектом. Данный принцип именуется «нейтральным монизмом»: вещество мира – не дух, не материя, а нечто, предшествующее и тому и другому. Познание при этом оказывается как бы отношением между двумя порциями чистого опыта. Идеи, являясь частью опыта познающего субъекта, помогают ему установить связь с другими частями опыта и таким образом отношение «субъект – объект» в опыте снимается, элиминируется.

Трансперсональный опыт – это опыт, в котором как раз и предполагается преодоление субъектно-объектных отношений. Достижение таких состояний невозможно характеризовать как состояния сознания (в индийской философии они именуется адвайтой – недвойственностью, в буддизме – джняной – высшей формой знания), потому что сознание как продукт субъектно-объектных отношений исчезает. Остается психический опыт, в котором ничего не дано, это сознание как таковое, сознание, направленное на самое себя, сознание, переживающее себя как «чистая осознанность» (Р. Формэн).

Кроме того, снятие субъектно-объектной оппозиции в чистом опыте позволяет по иному взглянуть как соотношение части и целого. Уже неклассическая наука показала, что человек не автономный субъект, противостоящий природе и произвольно изменяющий ее соответственно своим целям и потребностям. Человек сам включен в природу, является органической ее частью. С другой стороны, объект включен в субъект как его часть через восприятие и интериоризацию в качестве переживаемого мира. Целое оказывается сложной системой взаимоотражения объективной и субъективной сторон опыта. Следовательно, субъект в такой системе целого не познает объекты, а переживает их как объектную составляющую опыта, в свою очередь, представляя собой субъектный его аспект.

В чистом опыте субъект и объект объемлют некоторое единство, которое невозможно представить только феноменалистически. Вывод, к которому приходят в настоящее время большинство ученых из разных областей познания исследующих человека: феноменалистическому единству предшествует некое сущностное единство, в котором субъект и объект выступают как два полюса чистого опыта. В свою очередь, трансперсональный опыт – это реальная возможность переживания единства онтологической основы мира и особого, трансцендентного субъектно-объектной дихотомии, познания.

В трансперсональной психологии можно выделить две основных линии исследования. Одна направлена на формирование нового представления о человеческом сознании, которое преодолело бы ограниченность и механистический характер ньютоновско-декартовского его понимания. Другая связана с перспективами развития психики. И в том, и в другом случае мы имеем дело с использованием идей индийской философии, которые позволяют «развернуть» новое понимание названных проблем.

Один из известнейших представителей трансперсональной психологии С. Гроф разработал технику холотропного дыхания, восходящую к практике пранаяны в



йоге, использующую для достижения ИСС непрерывное ритмическое дыхание.

Техника холотропного дыхания, при которой уменьшается количество кислорода в коре головного мозга, выявила, что человек может заново испытывать конкретные эпизоды жизни плода и эмбриона, осознать процесс оплодотворения яйцеклетки сперматозоидом, испытать выход за пределы пространственных и временных границ вплоть до переживания единства со всем творением и планетарного сознания, встретить архетипические образы коллективного бессознательного, восстановить в сознании прошлые воплощения, пережить этапы планетарной эволюции.

Под влиянием этого материала Гроф создает модель человеческого сознания, отличающуюся от господствующей модели современного естествознания и соотносящуюся с теми представлениями, которые существовали в «вечной философии». Под «вечной философией» он понимает различные духовные и мистические традиции – веданту, буддизм, гностицизм, христианский мистицизм и другие, описывавшие перечисленные выше переживания и сферы бытия.

В модели сознания, предлагаемой Грофом, огромную роль играют проблемы смерти, секса и рождения, т.к. они особенно связаны с трансперсональной сферой, независимо от того, встречается ли индивид с данными ситуациями реально, в повседневной жизни или символически в процессе углубленного эмпирического самоисследования. Встретившись с опытом «смерти – возрождения» на перинатальном уровне человек начинает понимать, что многие настоящие проблемы являются ошибочными, у него появляется ощущение того, что жизнь есть постоянное изменение. Кроме того, у человека меняется картина физического мира, исчезает ощущение изолированности и несвязанности вещей в мире.

Данные, выявленные Грофом в исследовании перинатального опыта, показали, что человек может актуализировать переживания, выходящие за границы его «биографического» опыта и выявили возможности понимания сознания не как продукта мозга, но изначального принципа существования.

Эти открытия опровергли представления современной науки о нейрофизиологическом и ментальном функционировании плода, исходя из которых ученые считали, что формирование памяти возможно лишь после миелинизации нервных волокон. Поскольку миелинизация оболочки церебральных нейронов у новорожденного еще незакончена, делался вывод о невозможности записи в памяти ребенка опыта до и в момент рождения.

Опыты Грофа продемонстрировали также наличие связи между измененными состояниями сознания и той картиной мира, которая наличествует в индийской философии и подтверждается в настоящее время данными современной физики.

На основании анализа различных аспектов холотропных состояний Гроф предлагает свой образ Вселенной, имеющий прямые аналогии с космологическими представлениями индийской философии.

Так Гроф утверждает, что Вселенная, жизнь и сознание не могли развиваться без участия высшего творческого разума – Абсолюта. Абсолютное Сознание может восприниматься как некое Единство или как Космическая Пустота, Небытие, ни-



что. Но и то и другое есть пустотность космического масштаба, являющая собой абсолютную полноту, потому что в ней присутствует все. Она ничего не содержит в конкретной явленной форме, но заключает в себе все бытие в его потенциальной форме. Материальный мир есть выражение Абсолютного Сознания, а потому он есть майя – иллюзия. Отсюда становится ясным, «что мир плотной материи, характеризующийся трехмерным пространством, линейным временем и неумолимой причинностью и переживаемый нами как в обычных состояниях сознания, сам по себе не имеет независимого существования. Он не есть единственная истинная реальность, каковым его изображает наука, он – творение Абсолютного Сознания» [1, с. 45].

Процесс творения феноменального мира, по Грофу, также можно постичь только через прямое личное переживание. Он представляет собой то, что в индийских философских текстах определяется как лила или Божественная Игра. Лила – это замысловатая, чрезвычайно сложная космическая игра, которая творится по воле Абсолюта и внутри него. Эта космическая игра имеет необозримые масштабы и многие уровни измерения. Ее можно сравнить с игрой в шахматы, где фигуры, согласно своим ролям, определенным образом передвигаются по шахматной доске и создают огромное число игровых ситуаций, или с калейдоскопом, вращение трубки которого преобразовывается во все новые и новые рисунки.

Динамика космического творения, говорит Гроф, не может быть адекватно словесно представлена, она выражается в символической форме как порождение образов, отличных от источника творения, но сохраняющих с ним связь и осознающих сущностную тождественность с ним.

Холотропные переживания не только дают нам адекватную картину Вселенной. Они также содержат практические указания, при помощи которых можно выстроить оптимальную жизненную стратегию, позволяющую человеку полностью осознать свой творческий потенциал. Исследование необычных состояний сознания для Грофа является необходимым моментом понимания истинной природы человека, его духовности. Именно измененные состояния сознания дают возможность понять, что человек, по словам А. Уоттса, не «эго, заключенное в кожу». Они раскрывают различные аспекты духовного измерения бытия, для которых в современной психологии нет специальных терминов. Духовность, по Грофу, это соразмерность со всей полнотой бытия, целостность существования человека. Она базируется на прямых переживаниях необычных измерений реальности, и в отличие от религии не требует, чтобы контакт с божественным осуществлялся в особом месте с помощью официально назначенных лиц.

Таким образом, духовность – это переживание единства с истоком, Абсолютным Сознанием. Холотропные состояния, позволяющие осознать это единство, меняют понимание природы и повседневной материальной реальности у человека, открывают такие измерения бытия, которые обычно скрыты от его восприятия. Они раскрывают священную природу повседневной реальности и единство, лежащее в основе материального мира.



Гроф указывает на существование связи между таким образом трактуемой духовностью и основами квантовой физики. Теория «Большого взрыва», четырехмерный пространственно-временной континуум Эйнштейна, «гипотеза множественности миров», по которой наша вселенная каждое мгновение раскалывается на бесконечное множество вселенных, идея Д. Бома о том, что мир, которые мы знаем, представляет собой только один аспект реальности, ее «явный» или «развернутый» порядок, подтверждают реальность холотропных переживаний.

Гроф убежден, что холотропное дыхание может разрешать глубокие эмоциональные, моральные и иные проблемы человека. Человек участвует в феноменальном мире, и это требует от него принятия мира материи. Главное при этом – не отождествлять себя абсолютно с телесным эго и не считать мир единственной реальностью. Осознание индивидом его божественной природы и сущностной пустоты всех вещей, обнаруживаемое в трансперсональном переживании, образует основу метаструктуры, позволяющую справиться со сложностями, проблемами и потерями, сопровождающими его жизнь. Решить жизненные трудности человеку помогает трансцендентное сознание, связывающее его с высшими реальностями, осознание своего единства со всем.

Переживание трансцендентного сознания создает возможность оценить жизнь с позиций добра и зла. Если на эмпирическом уровне существования человека проблема того, что есть добро, а что есть зло определяется устоявшимися каждодневными критериями, то на трансперсональном уровне возникают серьезные вопросы, касающиеся природы добра и зла. В современном обществе постоянно растет насилие, войны, терроризм, мощь современного оружия просто ужасает. Миллионы людей в мире живут в нищете, болезнях и голоде. Каким образом это можно соотносить с царящим в природе порядком?

Исследования Грофа показали, что в холотропных состояниях человек может переживать не только единый творческий принцип, но и его благую и злую форму по отдельности как две дискретные единицы. Суть этого переживания глубже всего выражена в концепции индийской философии «сат-чит-ананда». Сат-чит-ананда – это определение истинной природы Духа-Абсолюта, где сат означает существование, чит – сознание, а ананда – блаженство. В переживании Абсолюта человек отождествляет себя с сияющим, безграничным, вневременным состоянием сущности, бытие которой бесконечно и которая обладает бесконечным сознанием и переживает бесконечное блаженство, обладая также бесконечной способностью творить из самой себя формы и эмпирические миры.

У этого переживания Сат-Чит-Ананда есть обратная сторона – космический принцип, объемлющий весь отрицательный потенциал Божественного, действующий как перевернутое зеркальное отображение на других уровнях бытия, где происходит временная утрата изначального существования Божественного.

Положительное качество – Сат – сущее или бесконечное бытие – трансформируется на этих уровнях бытия в ограниченное существование, рождение и смерть.

Второе положительное качество – Чит – безграничное сознание, мудрость, разум – соотносится с различными формами ограниченного сознания и неведения. Под



неведением имеется в виду и неправильное понимание вопросов повседневной жизни, и обман, и неполная информация, и незнание метафизических проблем бытия. Индийская философия и буддизм уделяли большое внимание этому вопросу, считая, что именно неведение (авидья) является причиной страдания.

Третье позитивное качество – Ананда – Безграничное блаженство – «переворачивается» на более низких уровнях бытия в тяжкие эмоции, физическую боль, гнев, ярость, чувство неполноценности, подавленность и прочие негативные чувства. Переживание зла в любой его форме и как гигантской космической тени, и как поля зловещей энергии, и как содержательной абстракции позволяет человеку сформировать новую систему ценностей, основанную не на общепринятых нормах, а на знании и понимании вселенского закона, по которому человек является неотъемлемой частью творения и потому, вредя другим, вредит себе. Кроме того, человек понимает, что зло вплетено в фактуру бытия, поэтому его невозможно победить или уничтожить. Однако если человек не может исключить зло из миропорядка, то он может преобразить себя и отыскать иные пути преодоления темной стороны бытия.

Человек осознает, что он не может не испытывать боль и страдание, т.к. они присущи воплощенному существованию, а значит, являются онтологической характеристикой этого мира. К тому же страдание определяется еще и кармическим прошлым человека. Но человек может повлиять на продолжительность и форму страданий, сократить их продолжительность в холотропных состояниях, что облегчает его участь. Человек также обнаруживает, что не является телом – это. Холотропные переживания позволяют ему отождествить себя с чем угодно, начиная от одной клетки материи до Абсолютного Сознания. От того, каким себя человек видит и представляет, зависит его жизнь, преобладание в ней страдания или радости.

Современный этап развития трансперсональной психологии связан с именем К. Уилбера, обратившего внимание на то, что для понимания физических и духовных изменений человека необходимо исследовать его как целостную систему, а, следовательно, объединить западный и восточный подходы к объяснению его психики и сознания, трансформировать идеи западного психоанализа и идеи восточных психопрактик в единую теорию спектра сознания.

Уилбер подчеркивает необходимость интегрального подхода к человеку. Интегральный подход – это подход, при котором достижения различных областей знаний (от физики и биологии до искусства и поэзии), различные школы философии, антропологии, психологии, психотерапии, великие духовные традиции Востока и Запада понимаются не как конкурентные, но как справедливые лишь в отдельных частях полного спектра сознания и потому дополняющие друг друга.

Интегративный подход, по Уилберу, соответствует той картине мира, которая сложилась в науке во второй половине XX века. Современное естествознание уже не может объяснить Вселенную с позиций философского материализма без включения в нее (в некотором фундаментальном смысле) самого сознания. Все



более и более ученые склоняются к тому, что единственный способ объяснить Вселенную состоит в том, чтобы считать, что она существует «в сознании некоего вечного духа» [4, с. 31]. Это представление меняет взгляды на человеческое сознание. Уилбер утверждает, что человеческая личность это многоуровневая манифестация единого сознания, так же как в физике спектр электромагнитных волн считается многоуровневым выражением одной волны. Изучение сознания предполагает междисциплинарные, полимодальные и межкультурные подходы, сходящиеся к «основной матрице» различных стадий, структур и состояний сознания, которую Уилбер называет «спектром сознания». Наиболее полно, по Уилберу, спектр сознания изучает трансперсональная психология, в центре внимания которой находятся не только все аспекты индивидуальной психологии и психиатрии, но и более глубокие и высокие аспекты человеческого опыта, называемые надличными или сверхличными.

Уилбер полагает, что изучение сознания в настоящее время возможно только с позиций холархии. В этом случае наиболее глубокое сознание человека является идентичным с Абсолютной реальностью, которая в различных духовных традициях называется по-разному: Дао, Брахман, Бог. Высшей целью эволюции человека и человечества является реализация Духа, понимаемая как недвойственное переживание. Определить Дух с точки зрения ментальности, говорит Уилбер, невозможно, он есть «таковость, бытование и суть любой и каждой существующей» [4, с. 77]. Дух проявляет себя в последовательности ступеней, слоев, измерений и уровней. В индийской философии такое понимание целостной природы духа сформировалось в учении о кошах Атмана – оболочках или покровах, скрывающих Брахман, в буддизме – в учении о восьми виджнянах – уровнях сознания, каждый из которых представляет собой более ограниченный вариант вышележащего уровня.

Но человек обычно действует в состоянии дуалистического сознания, для которого характерно разделение между субъектом и объектом. Это состояние представляет одну из линий существования сознания. Задача науки сегодня – Уилбер называет эту задачу «проект Атман» – состоит в том, чтобы показать, что основой всего является Единое (Будда, Бог, Атман), а каждый уровень сознания, находящийся ниже уровня Единого представляет собой искажение истинной природы универсальности. Человек есть выражение Единого Абсолюта и его психологическое развитие имеет ту же цель, что и природная эволюция: достижение все более высоких областей Единства. Уилбер полагает, что идея о продолжении эволюции, выдвинутая многими индийскими мистиками и философами является неоспоримой.

Дальнейшая эволюция человека выражается в развитии сознания. Развитие сознания предполагает выход за рамки «эго», исчезновение чувства «Я» как отдельного существа. Путь трансценденции, по Уилберу, – путь развития духовности. Уилбер полагает, что понятие духовности не может трактоваться однозначно, как это делали индийские мистики. И обосновывает его в категориях развитых западной психологической и психоаналитической мыслью, в частности, неопрецидизмом и





Юнгом. Уилбер исходит из того, что имеется множество линий развития индивида, которые координируются системой самости. Под самостью он понимает форму развития, форму трансформации, неизменную постоянную от утробного состояния до самого Бога, то, что формирует «Я». В термин «Я» Уилбер вкладывает двойственный смысл: во-первых, «Я» – это «Я сам», наблюдающий, непосредственная самость, и, во-вторых, «Я» как наблюдаемое, косвенная самость. Вместе взятые они складываются в совокупную самость. Уилбер выделяет следующие стадии развития самости: плеромная, уроборическая, тифоническая, самость членства, эгоическая самость, кентаврическая самость и трансформация самости в тонких областях. Развитие самости происходит в результате разотождествления со своей текущей структурой, чтобы отождествиться со следующей возникающей структурой более высокого порядка. При этом низшая структура не отбрасывается самостью полностью, она просто не отождествляется только с ней. Она трансцендирует эту структуру и может оперировать ею, одновременно используя элементы возникающей новой структуры: «Следовательно, на каждом этапе роста или развития мы обнаруживаем, что (1) в сознании возникает новая структура более высокого порядка; (2) самость отождествляет свое бытие с этой более высокой структурой; (3) рано или поздно возникает структура еще более высокого порядка; (4) самость разотождествляется с более низкой структурой и переносит свою непосредственную тождественность на более высокую; (5) тем самым сознание трансцендирует более низкую структуру; (6) оно становится способным оперировать ей с более высокого уровня; (7) так, что все предыдущие уровни могут быть интегрированы в сознании, и, в конечном счете, в высшем Сознании» [4, с. 288].

Таким образом, в процессе развития «Я» одного этапа становится косвенным «Я» следующего этапа, т. е. то, с чем человек отождествляет себя (или во что он полностью включен) на одной стадии развития на следующей стадии он, как правило, превосходит.

При этом Уилбер не отвергает понимание духовности, сформулированного индийскими философами-мистиками, суть которого состоит в том, что духовность образует отдельную линию со своим собственным развертыванием. В этом случае духовность существует только в более высоких сферах и может развиваться только после реализации низших сфер сознания. Духовность в таком понимании это уровень развития, на котором субъект руководствуется своими высшими интересами.

Следовательно, признавая все подходы, выработанные европейской наукой для объяснения сознания, Уилбер полагает, что они будут неполными, если из них исключить восточные традиции, утверждающие, что обычное сознание – это узкая и ограниченная версия более высоких и глубоких форм осознания, и что для их пробуждения необходимы специальные практики, например, йога и медитация. Также необходимо учитывать роль тонких энергий (в индийской философии – прана, в китайской – ци), которые играют особую роль в сознании и его деятельности, и являются «недостающим звеном» между интенциональным разумом и физическим



телом. Уилбер настаивает на том, что исследование сознания на современном этапе требует новой психологии, которая предложила бы путь объединения Востока и Запада, обыденного и содержательного, ортодоксального и мистического, и включала бы в себя множество подходов – от Фрейда до Будды, от гештальт-психологии до Шанкары, от Пиаже до йогачары, от Кольберга до Кришнамурти, и предлагает такую модель.

#### Литература

1. Гроф С. Космическая игра. М., 1997.
2. Лавджой А. Великая цепь бытия М., 2202.
3. Торчинов Е.А. Пути философии Востока и Запада: познание запредельного СПб., 2005.
4. Уилбер К. Око Духа. Интегральное видение для слегка свихнувшегося мира. М., 2002.