

САМОИДЕНТИФИКАЦИЯ КАК ПРОБЛЕМА ПСИХОТЕРАПИИ И МЕДИТАЦИИ В КОНТЕКСТЕ ЦЕЛОСТНОГО МИРОВОЗЗРЕНИЯ

Проблема самоидентичности человека является ядром не только современной глобалистики, но и всей социальной проблематики.

Ключевые слова: психотерапия, медитация, идентичность, целостность, буддизм.

E.Ch. Daribazaron

SELF-IDENTIFICATION AS A PROBLEM OF PSYCHOTHERAPY AND MEDITATION IN THE CONTEXT OF COMPLETE OUTLOOK

The problem of self-identity of the person is a kernel not only of modern global studies, but also of all social problematics.

Key words: psychotherapy, meditation, identity, integrity, Buddhism.

Причины глобальных проблем не связаны непосредственно с особенностями современного общества, его технологического развития, а заложены в самом человеке. Эти проблемы есть лишь следствие, логическое продолжение глубокой структурной несогласованности человеческой субъективности, кризиса его самоидентичности. Проблема самоидентичности человека является ядром не только современной глобалистики, но и всей социальной проблематики. Конец XX в. ознаменовался коренной перестройкой всей социальной системы, которая породила многочисленные проблемы. Это прежде всего потеря людьми объектов их социальной идентификации, что, в свою очередь, привело к обострению социальных конфликтов, росту сепаратизма, национализма и т.д. Распад социальной системы начинается с распада социальных связей и разрушения социальных субъектов, кризиса их личных ценностных ориентаций и утраты самоидентичности, проблемы человеческого Я [1].

Западные психологи все более начинают усваивать то, на что в течение тысячелетий указывали великие созерцательные традиции во всем мире: в человеческом развитии существуют как бы два различных направления, соответствующих двум разным наклонностям человеческой природы. С одной стороны, мы хотим постичь нашу собственную индивидуальную природу Я; с другой – нам также хочется установить связь с чем-то более великим, нежели мы сами, стать частью этой большей реальности. Само положение в этом мире, где наши ноги крепко стоят на земле, а голова устремлена вверх, к открытому небу, это положение в совершенстве выражает нашу двойственную природу. Один из первых вопросов, с которым мы встречаемся при сближении Запада и Востока, – это вопрос о том, как личное развитие и личные достижения совпадают с созерцательным странствием к открытию более широкого осознания, с пребыванием в глубине самих себя, превыше своих чисто личных забот.

Западная философия все еще остается сосредото-

ченной на «я», обращая лишь второстепенное внимание на интегральную связанность «я» человека с обществом и космосом. Она направила свои усилия на изучение души или сознания как чего-то отдельно существующего [2]. В результате некоторые психологи, включая все возрастающее число клиницистов, начинают чувствовать, что зашли в тупик. Неудивительно поэтому, что ныне западная философия обращается к Востоку, чтобы влить в себя свежую «концептуальную» энергию.

Чтобы не лишить созерцательные дисциплины возможности помочь нам увидеть ситуацию за пределами самих себя, следует внести ясность в вопрос о различиях в функциях психотерапии и медитации. Лишь после этого мы сумеем хоть немного понять, как эти два пути могут частично совпадать или дополнять друг друга. Разграничение этих двух путей и дисциплин представляет собой центральный пункт рассмотрения проблемы человеческого Я. Задача психотерапии состоит в том, чтобы построить устойчивую и определенную личность, тогда как созерцательный путь показывает нам, что энергия, затраченная на поддержание устойчивости личности, отвлекает нас от достижения более широкого типа целостности. Здесь нельзя отрицать частичного совпадения между личным ростом и практикой созерцания, равно как и подлинного их различия. Однако надо признать, что нелегко найти простые ответы в этой области и напомнить, что задача человеческого бытия состоит в том, чтобы никогда не терять из виду неопределенный характер жизни в двух разных мирах. Сложность заключается в том, чтобы ответить: где кончается психологический рост и начинается духовная практика.

Принятые на Западе теории личности и душевного здоровья сосредоточены главным образом на причинах и симптомах неврозов и психозов; в то же время они редко дают точные объяснения того явления, которое составляет нормальное функционирование психики здорового человека. С другой стороны, восточные традиции подчеркивают состояние оптимального здоровья и расширен-

ного бытия, не особенно останавливаясь на болезнях или психопатологии. Как для восточного, так и для западного подхода к психотерапии требуется внесение в лечебный процесс более широкого понимания человеческого благополучия.

В соответствии с древним изречением «Врач, исцелись сам!» для психотерапевтов и целителей-профессионалов существенно важно обладание большим внутренним знанием природы благополучия, чтобы это знание стало у них личным внутренним переживанием; тогда они смогут лучше распознавать его у своих клиентов и пациентов и способствовать его пробуждению. Именно самопознание, способ человеческих взаимоотношений с самим собой и со своими эмоциями, оказывается центральным принципом психического здоровья.

Системы восточной психологии и медитации в практическом применении оказывают возрастающее влияние на нашу культуру; и нередко в умах у людей возникают разные вопросы по поводу взаимоотношений между психотерапией и медитацией. Если, например, какой-то человек не удовлетворен ходом своей жизни, за каким руководством ему следует обратиться? Где для него большая вероятность найти свой путь – в психотерапии или в практике медитаций. Занимают ли психотерапия и медитация одну и ту же территорию или они ориентированы в совершенно разных направлениях? Как далеко может повести человека психотерапия? В каком пункте медитация могла бы оказаться более пригодным для роста средством?

На сегодняшний день не существует определенного согласия относительно истинной сферы влияния медитации и психотерапии. Представления по этим вопросам продолжают меняться вот уже несколько лет, и их легко свести к окончательным ответам. Трудность подхода к таким вопросам отчасти заключается в том, что оба понятия – «психотерапия» и «медитация» – употребляются слишком свободно и применяются к весьма различному диапазону практических методов, так что дискуссии о них часто оказываются не слишком точными или содержательными. С этой целью проведем сравнительный анализ в области экспериментального центрирования в контексте экзистенциальной терапии и на медитации випассана в контексте буддийской философии.

Основная задача психотерапии состоит в том, чтобы расширить у человека ощущение самого себя, своего Я при помощи интегрирования тех частей личности, к которым он относится как к чуждым. Фрейд, описывая это явление, говорит: «Там, где было “Оно”, должно быть “Я”» [3]. Работа такого типа может помочь людям в развитии устойчивой личности, самоуважения, расширенного ощущения того, что они способны чувствовать и делать. А практика медитации идет на один шаг дальше. Вместо расширения или укрепления «Я» медитация представляет собой способ исследования вопроса о том, из чего состоит это «Я».

Прежде чем идти далее, следует более полно описать практику медитации випассана, или внимательности. Она заключается в том, чтобы сидеть выпрямившись и следить за дыханием, разрешив при этом мыслям приходить и уходить, не пытаясь контролировать их или направлять к более приятным предметам. Как только человек отказывается от контроля и остается в таком положении, путаница сменяющих друг друга мыслей и чувств может стать более заметной. Наблюдая свои мысли, которые как бы графически изображают то, что движет им, он приобретает весьма интимное чувство тех сфер нашей жизни, в которых переживает страх, в которых чего-то сильно желает, в которых сохраняет душевную неподвижность. Медитация дает возможность этой путанице проявиться, дает человеку возможность пребывать в ней, вместо того чтобы стараться выйти из нее, как это делается при терапии, решить реальную проблему человеческого существования и достичь благополучия, необходимого человеку в его тотальности. «Медитация – в вашем собственном уме... ваша природа в целом может быть вашей медитацией» [4].

Человек мягко возвращает свое внимание назад, к дыханию, и это помогает ему удержаться от поглощенности хаосом чувств и мыслей, так что он оказывается способен разрешить возникновение путаницы, не отождествляя себя с ней, благодаря чему он в конце концов доходит до ее корней. Человек начинает учиться тому, как «сохранять свое место», оставаться бдительными и продолжать сидеть в сосредоточенности, куда бы ни направлялся его ум. При подобном образе действий ум начинает двигаться медленнее, и медитирующий улавливает проблески другого способа существования. Вместо того чтобы оказаться увлеченным и унесенным своими мыслями, он начинает проникать в более глубокое, более широкое осознание, и это переживание становится весьма освежающим. Медитация подводит его прямо к корню заблуждений; она позволяет увидеть, как его увлекает страх, возникающий из неуверенности по поводу того, что он такое среди постоянно меняющегося потока жизни. Медитация предоставляет ему возможность прямо почувствовать, как человек все время стремится создать неподвижную индивидуальность и держаться за нее, видя в ней средство защиты от ненадежности, окружающей нашу жизнь. Тибетский язык содержит слово для обозначения устойчивого «Я» – «даг-зин», буквально означает «держаться за самого себя». Человек создает эту кажущуюся прочной индивидуальность из различных повествований, которые рассказывает себе о том, кто он такой, что ему нравится и что не нравится, а также из бессознательных записей, которые проигрывает снова и снова; этим подразумевается тот факт, что он является «кем-то» предсказуемым. С точки зрения буддизма такие попытки сохранить прочную личность представляют собой корень определенных универсальных наклонностей, создающих

страдание; они называются пятью клеши: это ненависть, алчность, зависть, гордость и неведение. Хотя психотерапия работает со специфическими проявлениями этих «клеш» в жизни человека, она не дает средства дойти до их источника, которым является заложенная в человека привычка – стремление держаться за Я и укреплять его. И в то время как психотерапия может помочь человеку избавиться от специфических объектов ненависти, зависти, алчности и т.д., медитация способна научить его целиком и полностью освободиться от этого «комплекса Я». А это является существенно необходимым для того, чтобы прийти к пониманию таких основных вопросов человеческой жизни, как изменчивость и непостоянство, старость, превратность судьбы, любовь и смерть [5].

Процесс медитации раскрывает более глубокое ядро благополучия, превыше силы «Я», понимаемой в терапевтическом смысле как хорошо устроенная, функционирующая структура личности. Если психотерапия способна исцелить разрушающие личность разрывы между отдельными частями внутри человека, медитация позволяет ему сделать еще один шаг вперед – начать растворение крепости «Я»; медитация исцеляет наш отрыв от жизни в целом. Тогда может возникнуть более широкий способ восприятия жизни, известный в буддизме под названием випассана, т.е. всеохватывающее осознание, включающее в себя окружающую обстановку; оно помогает человеку видеть ситуации более широко, превыше простого утверждения или отрицания «Я». Это более широкое осознание представляет собой основание для сострадательного действия и служения другим людям; а это, вероятно, и есть конечная ориентация медитации и духовной практики вообще.

Психотерапия сосредоточена на личном мире и наблюдает его. Она серьезно подходит к вопросу о том, «кто такой Я?» – чтобы распутать и расшифровать бессознательные записи, способные вовлечь нас в действия самозащиты. Тогда человек может выработать более положительные смысловые структуры, поддерживающие активный и здоровый жизненный стиль. Терапевтический поиск в том и состоит, чтобы отыскать смысл в нашем переживании, где в прошлом он оказывался неясным или неверно понятым. Раскрытие этих значений изменит отношение пациента к ситуации, что не только принесет облегчение состоянию здоровья, но также даст ему новую энергию для жизни вообще. Все же, хотя психотерапия способна помочь человеку освободиться от эмоциональных и личных затруднений, она не открывает пути для восхождения к более обширному переживанию свободы и жизненности, для углубления этого чувства, возникающего в момент перенесения и раскрытия, когда отпадают старые записи и повествования.

Медитация – «мысленное созерцание» позволяет освободить мозг от повседневных мыслей, подняться на новый, трансцендентный план пребыва-

ния в мире [6], способна открыть путь, ведущий к более широкому чувству жизненности, раскрывающемуся в моменты освобождения и перенесения. Ибо медитация центрирована не только на личных проблемах, но и на природе и процессе ума как целого. Вопрос «кто Я такой?» с точки зрения медитации ответа не имеет. Поскольку человек никогда не бывает способен достичь этого иллюзорного Я, медитация помогает полностью растворить фиксацию на Я. Тогда человек, возможно, начнет переживать чистые, открытые мгновения простого пребывания здесь и сейчас, которые чувствуются весьма обширными, ибо свободны от личных потребностей, значений и истолкований. Медитация может научить тому, как войти в соприкосновение с более широким пространством, или пустотой, лежащей за пределами постоянных поисков личного значения. А это может вызывать радикальное преобразование образа жизни. По мере того как человек начинает отказываться от столь жесткой приверженности к себе, это более широкое чувство начинает пронизывать все, что он делает.

Психотерапия ориентирована на некоторую цель в большей мере, нежели медитация. Если бы не существовало никаких терапевтических целей, само действие психотерапии было бы невозможно.

С другой стороны, практика медитации не направлена на какие-то специфические цели; она не имеет конца. Медитация не предназначена для чего-нибудь, она сама есть цель [7]. Ее легко можно практиковать в течение всей жизни, потому что расширение и углубление осознания не связаны никакими ограничениями. Медитация не направлена на решение проблем или на улучшение самочувствия; она скорее обеспечивает нас пространством, в котором мы можем освободиться, стать самим собой и таким образом открыть свою глубинную природу превыше всех повествований и проблем. Как однажды сказал роси Сюнрю Судзуки: «Пока вы полагаете, что практикуете дзадзэн ради чего-то, это не будет подлинной практикой... Возможно, вы чувствуете, что делаете что-то особенное, но в действительности это просто выражение вашей истинной природы».

Когда человек дает себе возможность оставаться открытым для всего, что таким образом к нему приходит, у него может возникнуть значительная обеспокоенность. Однако во время медитации такая обеспокоенность не составляет особой проблемы. Медитирующий не стремится найти избавление от тревоги, приходящей вместе с открытостью; он дает ей возможность проявиться и встречает ее со внимательностью; он как бы укрепляет свои «мускулы», и это позволяет ему полностью контролировать свой ум, принимая все, что встречается в жизни.

Если бы всегда можно было так четко установить различия между психотерапией и медитацией, не существовало бы и слишком большой путаницы в вопросе об их сравнительной эффективности. Но

факт остается фактом: действие двух этих видов практики в некоторых важных пунктах совпадает. Не только психотерапия способна зачастую помочь людям проникнуть в более широкое, трансперсональное чувство жизненности, но также и медитация в состоянии облегчить им нахождение почвы под ногами, так, чтобы их жизнь приняла более удовлетворительное направление.

Помогая человеку преодолевать страх перед собственным переживанием, психотерапия и медитация могут направить его в сторону ядра силы и благополучия, находящегося под всеми его проблемами и невротическими стереотипами. Если клиент окажется способен остаться со своими отрицательными чувствами и раскрыть их, они в конце концов уйдут прочь или укажут на некоторое скрытое под ними более положительное, здоровое направление. Во время медитации приходится пребывать с теми частями внутреннего мира, на которые человеку не хотелось бы и смотреть; но такая практика порождает у него уверенность, поскольку он понимает, что внутри него нет ничего столь дурного, как стремление чего-то избежать или что-то отвергнуть. Благодаря тому, что он не бежит от своего переживания, а неуклонно остается с самим собой, он начинает принимать себя по-новому и ценить глубинную открытость и восприимчивость, видя в них корень своего бытия.

Одним из наиболее важных аспектов вклада Востока в психологию Запада является понятие перспективы развития: *психология Востока помогает человеку расширить представление о цепи его развития, которое идет дальше нормальных целей психологической приспособленности*. Системы восточной психологии помогли многим западным психологам уяснить то обстоятельство, что существует иное измерение роста, превышающее простую удовлетворенность в достижении личных целей. Превыше желания самоосуществления, превыше тенденции самореализации, превыше стремления к полной и богатой личной жизни человек как будто обладает потребностью выйти за пределы самого себя, самого Я, переступить через границы знакомого и безопасного пространства и ощутить вкус жизни в более широком масштабе. Медитация – это освобождение сознания от семантической скованности, это раскрепощение спонтанности [8]. Медитация позволяет человеку пробиться к сокровенно-глубинным слоям экзистенции, внутренне осознать свою связь с Космосом, т.е. выйти на уровень космического сознания [9]. Ведущие психологи Запада Абрахам Маслоу и Карл Густав Юнг признали эти более обширные потребности человека и испытали влияние Востока. Маслоу называл такую потребность стремлением к самотрансцендированию, а Юнг усматривал в этой потребности особое свойство психики, более присущее второй половине жизни человека. Хотя личные достижения имеют значение для жизни человека, они не подготавливают его к столкновению с

реальностью мира, с его непостоянством, смертью, одиночеством, глубинной болью, присущей открытому сердцу, не говоря уже о разных специфически личных проблемах.

С абсолютной точки зрения не существует никакого прочного, постоянного Я; поэтому различия между людьми в высшей степени ненадежны и в конечном счете ошибочны. Однако с относительной точки зрения различия между ними вполне реальны и функциональны. Если наше Я не отскочит с дороги, когда на него мчится автомобиль другого человека, тогда не остается и того, кто постиг бы абсолютную истину. Если различия между людьми окажутся определены ошибочно, как это бывает во время психозов, тогда мы никогда не сможем выйти за их пределы в более широкое всеохватывающее осознание большого ума.

Учения Востока рассчитаны на человека, уже обладающего здоровой структурой личности. Однако в современном обществе такое предположение может оказаться небезопасным. Распад семьи, традиций и общества подорвал систему значений и опор, которые помогают людям выработать реалистическое чувство самих себя, своих возможностей и ограничений. В тех случаях, когда человек не развил у себя способности здорового отношения к другим людям или лишен способности признавать и выражать свои чувства, в качестве первого способа лечения можно избрать психотерапию – прежде чем клиенту можно будет начать думать о медитации. Психотерапия помогает людям понять себя весьма прагматическим образом. Попытка перескочить через эту ступень нашего развития ради какого-то потустороннего духовного блаженства равносильна призыву несчастья.

В человеческой деятельности индивидуального Я желание естественно. Однако нынешняя культура основана только на этом одном аспекте жизни, на индивидуальном Я; поэтому она представляет только человеческое желание. Таким образом, если мы будем по-настоящему рассматривать проблемы данного общества, нам придется начинать с рассмотрения природы желания и индивидуального Я, на которых построено это общество [10]. В шестом тезисе о Фейербахе К. Маркс раскрыл не сущность человека вообще, а сущность человека эпохи модерна, характерной чертой которой является отчуждение человеком своей сущности в социальную реальность. Человек лишается собственного Я, успешно заменяя его социальным Я [11].

Буддизм учит, что нет постоянного существа, такого, как Я. Я подобно настоящему времени: проходит одно мгновение за другим, настоящее создается в прошлом, будущее становится настоящим и не оказывается такого фиксированного образования, которое можно было бы назвать «настоящим». Деятельность, создающая настоящее, не прекращается. Подобным же образом мы можем понимать и Я. Я не есть какой-то постоянный предмет. Оно возникает в ограничивающей дея-

тельности абсолютного. Привязанность к Я фактически невозможна, так как Я не обладает постоянной природой. Поэтому невозможно и пытаться удовлетворить желания Я. Культура, основанная на обеспечении этого удовлетворения, не может иметь успеха. То, что нужно – это мудрость, постигающая привязанность к тому, что превыше Я, и создающая культуру, основанную на этой привязанности. Альфред Адлер настоятельно утверждает, что утрата эгоцентризма неизбежно сопровождает любое улучшение психического здоровья и, пожалуй, является самой фундаментальной переменной из всех. Индивидуальность – это лишь комплекс связи причин и следствий, это только пространственно-временная конфигурация пяти скандх (форма, чувство, распознавание, ментальные события и сознание) [12].

Когда человек переживает это абсолютное Я, он ясно поймет функцию повторения, проявляющуюся в жизни: индивидуальное Я растворяется в постижении абсолютного Я; за этим следует раскол абсолюта и снова возникает индивидуальное Я, чтобы опять раствориться в абсолютном. Эта функция повторения называется шуньята, пустота, «нулевая функция». Постигание нуля есть истинный путь утверждения Я. Поскольку это истинное самоутверждение не полагается на удовлетворение желаний, оно представляет собой подлинную свободу. Когда человек переживает абсолют, ограничение его собственных индивидуальных желаний возникнет естественно, с радостью.

Западная культура знакома лишь с деятельностью индивидуального Я. Мы говорим о том, как решать мировые проблемы, как спасти нашу среду обитания; но кто хочет отбросить свою привязанность к “Я” и свободно проявляться как ноль? Так бесконечное самореформирование – единственно возможная для нас жизнь. Проблема самоидентичности заключается в том, что человек отчуждается от своей сущности. В рамках критической теории общества проблема отчуждения своей сущности в социальную реальность ставилась так: либо сущность человека возвращается к нему и наступает царство свободы, либо отчужденное бытие – отлаженный аппарат социального целого – поглощает человека, т.е. навязывает ему свои цели, и наступает царство комфортабельной несвободы [13].

Ныне множество психотерапевтов убеждено в том, что восточные религии предлагают нам гораздо более полное понимание структуры ума, чем любая из теорий, принимавшихся до сих пор наукой Запада; и число убежденных в этом психотерапевтов все возрастает. В то же время сами вожди новых религий, многочисленные гуру и духовные учителя, ныне живущие на Западе, заново формулируют традиционные системы и приспособливают их к языку и атмосфере современной психологии.

Прежде всего как в психотерапии, так и в восточной традиции наличествует идея о том, что восприятие человека затуманено и искажено, что он видит вещи не такими, каковы они есть, а каки-

ми хочет их видеть. В духовных учениях существует идея сансары, ложного мира видимости, мира теней в пещере Платона, а в психотерапии есть идея защитных средств – отрицания, проецирования, идеализации и ухода в фантазию.

В обоих случаях человека видят в состоянии разделенности; полагают, что его проблемы и страдания уходят корнями в эту разорванность, в эту невозможность стать целостным и самому позаботиться о себе.

Познание себя, благодаря которому он способен найти утраченные части самого себя и опять стать целостным, считается ключом ко вторичному открытию целостности, так что он сумел бы более не оставаться разделенным на Я и не-Я, не отождествлять себя с некоторыми частями своего существа и не отвергать другие, которые за тем проецируются и воспринимаются в отрицательной форме у окружающих его лиц.

Бессознательное становится сознательным, Я расширяется до отрицания, проекции уменьшаются и возвращаются к единству разрозненные части. Как в духовных традициях, так и в психотерапии можно увидеть, что за этим более глубоким приятием самого себя и более глубокой объективностью следует более ясное восприятие мира и повышение способности понимания. Здесь человека видят обладающим скрытыми ресурсами, которые без более глубокого познания себя и целостности остаются недостижимыми. Впрочем, масштаб этого скрытого потенциала в различных школах психотерапии воспринимается по-разному, а между психотерапией вообще и духовными традициями в данном вопросе существуют еще большие расхождения.

Мы находимся в постоянном соприкосновении с глубинным здоровьем. Хотя обычное словарное определение здоровья означает «отсутствие болезни», нам следует смотреть на здоровье как на нечто большее. Согласно буддийской традиции, все люди в глубине обладают природой будды, иначе говоря, в своей глубинной основе они обладают добром. С такой точки зрения здоровье является глубинной сущностью, т.е. здоровье проявляется прежде всего, болезнь оказывается вторичной. Здоровье есть, поэтому быть здоровым – значит обладать фундаментальной крепостью, когда ум и тело синхронизированы в состоянии бытия, представляющем собой нерушимость добра. Такой подход к этому состоянию рекомендуется не только пациентам, но и врачам и их помощникам. Его можно принять взаимно, так как внутреннее, глубинное добро всегда присутствует при любом взаимодействии одного человека с другим.

Восточные мыслители видят причину разрушения здоровой природы человека в его ложных самоидентификациях, освобождение от которых имеет важное значение для «пробуждения» личности к сознательной творческой жизни. Три самых распространенных вида ложной самоидентификации человека подвергаются критике в произведениях

восточных мыслителей. Это, во-первых, социальные самоидентификации человека, т.е. постоянное самоотождествление с людьми какой-либо социальной общностью, социальной ролью, профессией; во-вторых, идентификация со своими потребностями; и, наконец, с самим собой, со своим психологическим образом, эмпирическим Я. Главной причиной стремления человека отождествить себя с чем-либо является страх. Идентифицируя себя с чем-либо, человек избегает одиночества и страха, но платит за это «дорогой ценой»: если человек отождествил себя до конца со своей социальной ролью, должностью, профессией, то он весь во власти старого, овеществившегося, устоявшегося и для него открытие перестает быть проблемой. Восточные мыслители отрицают роль общественных преобразований, т.к. внешняя разорванность является проявлением внутреннего разделения человека. Следовательно, не изменение мира, а изменение самого себя, открытие своей истинной природы и должно быть, с этой точки зрения, главной задачей человека [14].

Философские обоснования экологической этики связаны со специфической метафизикой буддизма. С точки зрения буддизма, метафизическая реальность индивидуального Я проблематична, ибо каждый человек – не более чем всплеск в универсальном энергетическом поле. На первый взгляд, эта идея отсылает нас к мистике, но в настоящее время нечто подобное можно найти и в современной науке. Иначе говоря, буддийская доктрина иллюзорности Я вполне может считаться научно обоснованной [15]. Если Я иллюзорно, то, казалось бы, о каком эгоцентризме может идти речь. А вот и приходится, т.к. человек этого не понимает. Это ложное представление человека начинается с того момента, когда реальность приобретает форму противопоставления, дуализма, субъектно-объектных отношений. Реальность, по буддийской философии, это пустота, шуньята. Понятие шуньяты – пустоты – послужило почвой для многих неверных толкований, смысл ее исказился. «Шунья» на санскрите означает «относящийся ко всему, что раздуто». В интерпретации буддийского ученого Эдварда Конзе этимология слова выражает единство противоположностей, а именно: то, что раздуто снаружи является полым внутри; наша личность одновременно раздута пятью скандхами (конструкция взаимозависимых элементов – дхарм: тело, чувство, восприятие, порывы и эмоции, сознательные поступки) и лишена своего Я. Не существует независимого ни с чем не связанного, отдельно существующего Я, как мы привыкли думать. В природе всех явлений лежит пустота. В философском смысле таков принцип относительности всех вещей и условий. Но это и принцип безграничных потенциальных возможностей, вездесущность: пустота может содержать и исторгать из себя все. «Все сущее пусто, но пустое – не пусто». Пустотность вещи есть ее обусловленность и несубстанциональность,

но не есть не-существование. Она существует, но не абсолютно. Отсутствие отдельного, постоянного Я не подразумевает его абсолютного небытия – это было бы нигилизмом, другой догматической крайностью, в равной степени ложной. Таким образом, существует обычное Я, которым обладаем все мы на относительном уровне реальности, в то время как на абсолютном, конечном уровне реальности его нет. Существование пяти скандх – относительная истина, тогда как пустота в природе всех явлений – истина абсолютная. Здесь важно подчеркнуть, что для буддизма неверное представление о реальности и вера в независимое, стабильное существование Я – источник всякого страдания, и что «понимание шуньяты подобно ножу, отсекающему корень невежества» [16]. Понятие пустоты рассматривается в буддизме в качестве гносеологического инструмента, освобождающего человека от иллюзий эгоцентрированного ума, узости его взгляда на мир.

Самый большой наш враг – эгоистичность или, по определению буддистов, упоение собой, самолюбование. В этом – корень всех наших проблем. По своей натуре эго – крошечная часть существа; оно вызывает сужение сознания, а в результате ограниченность знанию. Только маленькое сознание ищет возможность показать превосходство [17]. Три духовных яда – жадность, ненависть и невежество – отравляют наши мысли и поступки, несут нам стыд, утомление и боль. При непредубежденном анализе собственного опыта мы обнаруживаем, что любые наши действия – бессознательные или осознанные, движимые благими или худыми мотивами – суть семена, которые прорастают в грядущее. Буддисты сказали бы, что мы будем страдать или благоденствовать от последствий жизни предыдущих в жизни будущих, но также и в большей степени в жизни настоящей, в самые ближайшие ее моменты. Таков простой и неотвратимый причинно-следственный закон, или карма. Те поступки, которые неизбежно приведут к будущему, если не мгновенному, страданию и вреду для нас или кого-либо еще, называются не благими, не умелыми или отрицательными деяниями, в то время как те, что ведут к положительному результату, называются благими деяниями.

Социальные изменения начинаются с индивидуальных изменений. Это аксиома. Поэтому краеугольным камнем, принципом жизни каждого человека должен быть экологический императив. Он предполагает высокую профессиональную этику, для которой нет ничего более значимого, чем истина и ответственность. Сознание экологического императива должно стимулировать усилие людей, их стремление понять и реализовать становление биосферы. Опасным заблуждением наших дней является ограничение экологии сферой естественнонаучных исследований по охране природы. В действительности экология – это духовность. Экологическое осознание духовно в глубине своей су-

ти. А наше общество больно духовно, оно невротично. Темп жизни создает большие проблемы психологического плана. По данным ВОЗ, за последние несколько десятилетий заболеваемость неврозами выросла в 24 раза. Человек разделяется, он – не целостен, все его части разделяются, его целостность исчезает – вот что такое невроз.

Новое понимание природы (экологическая парадигма) полностью соответствует духу буддийского мировоззрения. Буддийская методология конгениальна современной экологической парадигме. Их смысл заключается в снятии барьера между человеком и природой. Буддийская традиция основана на признании всеобщей духовно-энергетической природы всякого бытия: и бытия мира, и бытия человека. Человек и природа – это вложенные друг в друга проекции абсолюта. Современная наука также движется в направлении к этой трансцендентной истине буддизма. Буддизм обосновывает неразрывную связь между нравственностью и экологией человека. Экологическое бедствие – неизбежная расплата за искусственное разжигание страстей, в особенности страсти к потреблению. По буддизму, все человеческие страдания и страсти обусловлены привязанностью к эго. Поэтому буддизм предлагает радикальный путь преодоления страданий – освобождение от Я, от неведения (авидья) как болезни, то есть подавление человеческого эгоизма. Это трудно, но возможно единственно эффективный, духовный путь спасения мира и спасения человека. Экологический кризис – неизбежный результат психологии человеческой исключительности. Сила и достоинство буддизма именно в ее нравственном заряде. Вершиной буддийской мысли является концепция духовного сознания, жаждущего просветления и способного понять Гармонию Единого. Экологическая проблема предстает в буддизме как проблема открытости сознания полноте бытия, как понимание. Знание эмпирично, а понимание трансцендентно. Знание дуалистично, а понимание выводит за пределы двойственности. Понимать – значит сострадать, чувствовать полноту бытия [18]. Смысл учения Будды – это высшее сострадание. Подход к пониманию человека в экологической этике буддизма – это и есть «новый» подход к исследованию и пониманию человека.

Основная идея устойчивого развития состоит в согласовании природной необходимости и свободы личности, экологии, этики. В условиях экологического кризиса нет альтернативы устойчивому развитию. А это значит, что мы должны найти компромисс между экономической свободой и необходимостью сохранения природы для будущих поколений [19].

Таким образом, современная медицина, предполагая переход от механистического мировоззрения к целостному, тем самым изменяя весь облик классической западной медицины, а также представление людей ею занимающихся, требует вернуться к

тому холистическому мировосприятию, которым люди обладали в течение тысячелетий. Целостное мировосприятие позволяло целителю видеть человеческое здоровье в целостной перспективе как часть общей системы взаимоотношений во Вселенной. Более того, настоящий целитель и сам являлся образцом гармонического целого. Хочется верить, что современная медицина в недалеком будущем совершит плавный переход от фрагментарного понимания здоровья к его целостной модели. Человек – микрокосм внутри макрокосма, и это уже давно понято восточными философами. У здорового, гармонично духовно и физически развитого человека, обладающего естественно принятым и выполняемым морально-этическим комплексом, все высшие уровни управления работают согласованно, не вступая во внутренние конфликты, что самым благоприятным образом отражается на здоровье. Принципы, которые проявляются в микрокосме, абсолютно идентично отражают более масштабные принципы, управляющие функционированием макрокосма. Образцы порядка в природе повторяют себя на многих иерархических уровнях. Если понять законы Вселенной в том виде как они отражены в веществе на микроуровне, будет проще изучать космическое целое. Когда люди по настоящему поймут физическую, энергетическую и информационную структуру своего ума и тела, они будут намного ближе к постижению природы Вселенной и сил созидания, которые связывают их с Абсолютом. Человек, будучи интегральной системой, синтезируя весь спектр внешних влияний социума, не растворяется и не поглощается обществом, сохраняя свою внутреннюю свободу. И весь его внутренний мир, носящий коррелятивный характер с внешним, способен самостоятельно выработать свой алгоритм деятельности. И конечно же, квинтэссенцией всех деяний Человека выступают его духовно-нравственные качества. «Духовность переводит Универсум внешнего бытия во внутреннюю Вселенную человека на этической основе». Лучше этого, думается, не скажешь.

Целостный подход к пониманию здоровья и исцеления приводит к созданию нового мировоззрения, которое включает в себя все без исключения аспекты опытов человеческой жизни. При таком холистическом взгляде в организме больного не остается изолированных, отделенных друг от друга частей – все в этом мире взаимосвязано, «все влияет на все», и нет таких проблем, которые можно было бы отделить от проблемы сохранения здоровья. Холистический подход предусматривает ответственность больного за свое состояние.

Наступление XXI века приближает медицинскую науку к смене мировоззренческой парадигмы, сдвигу, который изменит представления о реальности и человеческой природе, перебросит мост между современной наукой и древней мудростью, сможет примирить западный материализм с восточной духовностью.

Литература

1. Кузьмин А.В. Метафизика Я: самоидентичность, самознание, духовность: автореф. канд. дис. ... канд. филос. наук. - Улан-Удэ, 1998. С.4.
2. Уоттс А. Психотерапия. Восток и Запад. - Львов, 1997. - С.11.
3. Фрейд З. Психология бессознательного. - М., 1990. - С.425.
4. Тартанг Тулку Ринпоче. Донести учение живым. - М., 1990. - С.8.
5. Уэлвуд Дж. Психотерапия и духовные традиции // Психотерапия и духовные практики. - 1998. - С. 85
6. Каструбин Э.М. Самогипноз и медитация. - М., 1999. С.168.
7. Тругун Ч. Медитация в действии. - М., 1990. - С.150.
8. Налимов В.В. Спонтанность сознания. - М., 1989. С.208.
9. Человек. Энциклопедический словарь. - М., 1999. С.324.
10. Роси Дзесю Сасаки. Где находится «Я»? // Психотерапия и духовные практики. - 1998. - С.123.
11. Кузьмин А.В. Метафизика Я: самоидентичность, самопознание, духовность: автореф. дис. ... канд. филос. наук.

- Улан-Удэ, 1998. - С.12.

12. Дандарон Б.Д. Буддизм: сб. ст. - СПб., 1996. - С.26.
13. Маркузе Г. Одномерный человек. - М., 1992. - С.15.
14. Мантатов В.В., Доржигушаева О.В. Экологическая этика: буддизм и современность. - Улан-Удэ, 1997. - С.9.
15. Моаканин Р. Психология Юнга и тибетский буддизм. - Томск, 1993. - С.21.
16. Шульга А.П. Вера и здоровье. - СПб., 1996. - С.30.
17. Мантатов В.В., Доржигушаева О.В. Экологическая этика: буддизм и современность. - Улан-Удэ, 1997. - С.112.
18. Мантатов В.В. Стратегия разума: экологическая этика и устойчивое развитие. - Улан-Удэ. Т. 2. - С.47.
19. Моисеев Н.Н. Экология и образование. - М., 1996. С.170.

Дарибазарон Энхэ Чимитдоржиевич, кандидат философских наук, докторант кафедры философии Бурятского государственного университета, Улан-Удэ

Daribazaron Enkhe Chimitdorzhievich, cand. of philosophy sci., doctorant of department of philosophy of Buryat State University, Ulan-Ude.

УДК 14

А.А. Дыдров

УТОПИЯ И АНТИУТОПИЯ КАК СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ФОРМЫ ОТНОШЕНИЯ К МОДУСУ БУДУЩЕГО

Будущее представляет собой, безусловно, всегда актуальный для человека и человечества модус времени. Отношение к этому модусу может проявляться самым различным образом и в самых различных формах. Статья посвящена вопросу отношения утопических проектов и антиутопических моделей как специфических мыслительных конструкций к будущему времени. Автор заостряет особое внимание на различии в отношении утопических и антиутопических конструктов к грядущему времени.

Ключевые слова: утопия, утопизм, антиутопия, проект, модель, прошлое, настоящее, будущее, модус.

А. А. Dydrov

UTOPIA AND DYSUTOPIA AS SPECIFIC FORMS OF RELATIONSHIP TO THE MODE OF THE FUTURE

The future is always relevant to humans and humanity modus of time. Ratio for this mode can manifest itself in various ways and in many different forms. The article is devoted to the attitude of utopian projects and antiutopian models as specific cognitive structures, to the future time. The author focuses his attention on differences with regard to the utopian and antiutopian constructs for the future.

Key words: utopia, utopism, dystopia, project, model, past, present, future, modus

Человека практически всегда интересовало, что будет происходить с ним и обществом, в рамках которого он будет находиться в будущем. Будущее в этом контексте становится одной из основных ценностей, а потому велико стремление человека повлиять или хотя бы предугадать наличие каких-либо явлений и процессов в грядущем. Согласно общераспространенному мнению, будущее – один из модусов времени, выступающий звеном цепи, наряду с прошлым и настоящим.

В этом контексте будущее имеет свою специфику. Если о прошлом и настоящем имеется сумма информации, которую можно назвать существующей независимо от исследующего ее субъекта, данной субъекту изначально, несмотря на возникающее последующее влияние субъекта при операциях обработки данных, то о будущем информация, опирающаяся на данные источников, отсутствует. Вся разница в том, что модус настоящего является,

согласно утверждению В.И. Плотникова, бытийственно оформленным, прошлое по существу дается только в образах, создаваемых человеческим мышлением на основании исторических источников и в самих исторических источниках, признающихся как истинными, так и ложными, тогда как будущее таковым не является. Тезис исследователя – «будущего еще нет» [7] – поэтому вполне правомерен, будущее не является и не может являться бытийственным, когда оно таковым становится, оно перетекает в модус настоящего, а следовательно, может быть только мыслимо, что несколько сближает его с прошлым, данным в источниках как средствах трансляции и тем более настоящего.

Мыслимое будущее, по сути, есть сумма разрозненных или собранных в систему образов грядущих или только предполагаемых явлений. Система образов может исходить как от человечества в целом, отдельного общества, так и группы, и, нако-