

АЛЕКСЕЙ НЕДОЗРЕЛОВ

---

# Прикладная культурология

ПСИХОТЕХНОЛОГИИ ВОСТОКА  
И ЗАПАДА



Алексей Недозрелов

**Прикладная культурология.  
Психотехнологии  
Востока и Запада**

«Издательские решения»

**Недозрелов А.**

Прикладная культурология. Психотехнологии Востока и Запада /  
А. Недозрелов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-935497-6

Человек живет в том мире, который сам для себя создает, и наша задача — создать для себя такой мир, в котором мы будем максимально целостны, максимально гармоничны и максимально успешны. Но есть нюанс: чтобы наш мир был устойчивым, он должен опираться на надежный фундамент, а для этого нужно, как минимум, знать историю и культуру.

ISBN 978-5-44-935497-6

© Недозрелов А.  
© Издательские решения

# Содержание

Введение	6
Шаманские психотехники	8
Архаические психотехники вчера и сегодня	8
Шаманские психотехники: научный подход	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# **Прикладная культурология Психотехнологии Востока и Запада**

**Алексей Недозрелов**

© Алексей Недозрелов, 2018

ISBN 978-5-4493-5497-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

*С благодарностью профессору Владимиру Васильевичу Козлову,  
под руководством которого я изучал многие из этих методик.*

Сегодня многие из нас имеют очень высокий уровень жизни, и даже тот уровень, который принято считать средненьким, с головой закрывает все основные потребности человека. Но почему-то именно в наше время все больший размах обретают депрессии, наркомания, суициды и всевозможные психологические расстройства. Почему современному человеку все сложнее просто ощущать смысл и полноту жизни?

В первую очередь потому, что мы стремительно утрачиваем связь со своими корнями и теряем доступ к тем глубинным слоям психики, которые опираются на традиционную культуру. Но вся современная психология, все методы саморегуляции и психотехники, которые мы используем, не будут иметь никакой силы, если они не опираются на Традицию.

Человек живет в том мире, который сам для себя создает, и наша задача – создать для себя такой мир, в котором мы будем максимально целостны, максимально гармоничны и максимально успешны. Но есть нюанс: чтобы наш мир был устойчивым, он должен опираться на надежный фундамент, а для этого нужно, как минимум, знать историю и культуру.

Впрочем, иногда просто знать мало – в условиях десакрализации мира очень важно не только верить, но и понимать, на чем основана эта вера. Система традиционных верований создает предельно целостную модель мира, в которой есть все ответы на все главные вопросы. Это тот мир, в котором человек может быть максимально целостен, максимально реализован и максимально счастлив. Но сегодня, чтобы этот мир был волшебным, нам нужно научное объяснение, почему он устроен именно так.

И когда это объяснение есть, происходит чудо. Когда рациональное и иррациональное сливаются воедино, реальность начинает обретать форму. И все, что казалось сказочным, волшебным или мифическим, становится явью.

Именно поэтому мы сочетаем изучение культурных традиций как с позиции истории и культурологии, так и с позиции психологии. Мы не ищем мистических или религиозных объяснений, но ставим вопрос, какие психологические механизмы делают эти культурные традиции эффективными. А также – в чем заключается их психологическая функция, какие задачи они помогают решать, и чем они могут быть полезны для современного человека?

### **Так почему архаические традиции эффективны?**

Люди с древности искали ключи доступа к глубинным ресурсам психики. Искали и находили, упаковывая их как «тайные знания» или различные магические системы, но закладывая в их основу объективные психофизиологические механизмы: работу с дыханием, голосом и движением, а также перегрузку сенсорных каналов.

Эти «ключи» открывали доступ к поистине волшебным состояниям, которые сегодня исследуются через телесно-ориентированную и трансперсональную психологию, а также интенсивные интегративные психотехники. Современные психологические системы позволяют нам моделировать архаические психотехники, которые использовали наши предки, становясь ближе к корням и открывая в себе источники глубинных ресурсов.

Почему мы опираемся на традиционные, архаические психотехники и системы саморегуляции? Можно ответить по-разному. Можно сказать, что, опираясь на Традицию, мы используем методики, проверенные веками и тысячелетиями, предельно простые, а потому максимально надежные.

Можно сказать, что традиционные психотехники органически вплетены в нашу корневую культуру, что увеличивает их эффективность.

Можно сказать, что традиционные образы и мифологемы автоматически выводят нас на уровни архетипов, соответствующие глубинным слоям психики, определяющим уровни сознательных паттернов.

И можно сказать, что Традиция связывает нас не только с глубинами коллективного бессознательного, но и с такими слоями психики, как матрица и метапрограмма рода, выделенными профессором В. В. Козловым.

Связывая мир и все протекающие в нем процессы в неразрывное целое и единое с собой, определяя и осознавая свое место, смысл и значимость, человек становится более гармоничным и делает свою жизнь более насыщенной, находя объяснение хаотично происходящим явлениям и ощущая уникальность каждого момента жизни.

Для нас не важна объективность приписываемых значений, тем более что любая объективность может быть поставлена под сомнение. Для нас важно, что подобная система убеждений создает комфортную модель мира, уменьшая уровень тревожности и делая личность более интегрированной.

Кроме того, традиционные системы саморегуляции и архаические психотехнологии вводят человека в измененные, интегративные состояния сознания, открывающими доступ к процессам самовосстановления и глубинным резервам организма и психики.

В этой книге мы рассмотрим и структурируем все эти элементы как на основе качественного этнографического материала, так и на базе технологий работы с измененными состояниями сознания и методов психологического моделирования.

Мы рассмотрим три принципиально разных традиции: североевропейскую языческую традицию, традицию буддизма и шаманизм как систему психотехник. Мы разберем, какие задачи решает каждая из этих традиций, какой тип личности они формируют, и как скомбинировать их в единую целостную систему.

## **Шаманские психотехники**

### **Архаические психотехники вчера и сегодня**

Двадцатый век принес множество техник общения с бессознательным, но все они имеют древнюю, очень древнюю первооснову. Искусство раскрытия внутренних резервов человеческой психики существовало во все времена едва ли не с самой зари человечества. К нему сводились все мистические системы и религиозные практики, и оно было уделом избранных – тех, кто владеет особым знанием. Теперь, когда мы знаем, в чем секрет этих «тайных знаний», мы можем воссоздавать и использовать их.

Христианские ритуалы и техники суфиев, йога и даосская алхимия, языческие обряды и тантрические практики – все это было призвано особым образом программировать психику человека. Сюда же относятся шабаши ведьм и заговоры знахарки, рунические системы и волхования ведунов. Изучая эти техники и «расшифровывая» методику их воздействия, мы можем включать их в свой арсенал работы с внутренними ресурсами. Современная психотерапия объединяет эти методики под общим названием «архаические психотехники» в рамках трансперсональной парадигмы.

Собственно, это и есть знаковая система коммуникации с бессознательным в чистом виде – религиозные или мистические символы складываются в систему знаков с четкой содержательно-смысловой нагрузкой. Если присмотреться, это готовые «языки программирования», позволяющие формировать бессознательному конкретные запросы и получать вразумительные ответы.

Более того, у архаических психотехник есть огромное преимущество перед другими «системами программирования» – они основаны на искренней многовековой вере, а, как известно, «по вере вашей да будет вам». Мы не знаем, является вера в мистические свойства глобальным заблуждением или, наоборот, озарением, и, уж тем более, никогда не сможем доказать ни того, ни другого. Но мы вынуждены признать, что она полезна. В конце концов, так ли уж важно, как работает техника, если получен результат?

За свою историю человечество накопило множество систем работы с внутренними ресурсами, все они имеют свою специфику, специализацию и зону применения – будь то гадание, оздоровление или самопрограммирование. Нет необходимости описывать каждую из них, да и едва ли это возможно. Мы начнем с описания той системы, которая легла в основу всех остальных, заложив фундамент всех религиозных систем и эзотерических практик. Мы начнем с описания шаманизма, который возник в эпоху палеолита и сохранился до наших дней, где-то в первозданном, а где-то в эволюционировавшем виде.

## **Шаманские психотехники: научный подход**

*Вы считаете, что шаманские практики – это пляски с бубнами? У нас другое мнение. Мы утверждаем, что шаманизм – это технология, которую можно освоить, зная объективные механизмы функционирования психики.*

Когда-то, еще будучи студентом-историком и увлекшись архаическими психотехниками, я спросил у мудрых профессоров-культурологов, как можно организовать научный эксперимент по изучению шаманских практик через моделирование традиционной шаманской системы мировосприятия и максимального погружения в нее. Мне объяснили, что такой эксперимент был бы пусть занимательным, но принципиально некорректным, поскольку для сохранения объективности исследователь должен быть беспристрастным наблюдателем и иметь возможность сопоставлять и анализировать полученный опыт с позиции научного скепсиса. Как известно, чтобы описать систему, необходимо выйти за ее пределы.

Собственно, именно такой подход к изучению шаманизма и является доминирующим в современной этнографии. Но кто сказал, что именно он объективен?

Когда мы описываем шаманизм с позиции умудренного тоннами перелопаченной литературы ученого мужа, сколь уважительно мы бы не подходили к коренной культуре, шаман оказывается в усредненной позиции этакого «чукчи с бубном», скачущего в странных одеждах в приступах мистического экстаза и в силу суеверий совершающего разные бессмысленные и смешные телодвижения. Но почему тогда шаманизм так затягивает тех (современных и адекватных людей!), кто решается в него погрузиться?

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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