

18+ АЛЕКСАНДР ГРИБАНОВ

25 БОЛЬШИХ ИДЕЙ МИРОВОЙ ЛИТЕРАТУРЫ



Александр Грибанов

25 больших идей

мировой литературы

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28953581

ISBN 9785449027061

Аннотация

Я написал эту книгу именно для того, чтобы предоставить на суд читателя те мысли, которые отметил для себя, прочитав разные замечательные книги. Хочу, чтобы вы за короткий срок познакомились с произведениями выдающихся личностей и их большими идеями, которые актуальны по сей день. Философия, религия, глубинная психология, художественная проза, научно-популярная литература, автобиография, эзотерическое знание – здесь представлены многие достойные, на мой взгляд, книги этих жанров.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	8
1. МИР ТАКОВ, КАКИМ МЫ ЕГО ВОСПРИНИМАЕМ	9
Карлос Кастанеда «Учение Дон Хуана» (1968)	10
Олдос Хаксли «Двери восприятия» (1954)	13
Акутагава Рюноскэ «В чаше»	17
Гамильтон Дэвид «Мысль имеет значение» (2006)	19
Иммануил Кант «Критика чистого разума» (1790)	21
2. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ – ЭТО ОБРАТНАЯ СТОРОНА СВОБОДЫ	23
Спиноза «Этика» (17 век)	24
Жан-Поль Сартр «Бытие и ничто» (1943)	26
Карл Чапек «Война с саламандрами» (1936)	28
3. САМОПОЗНАНИЕ – ПОТРЕБНОСТЬ ДУШИ	31
Ричард Бах «Чайка Джонатан Ливингстон» (1970)	32
Бозций «Утешение философией» (4 век)	34
Джонатан Свифт «Путешествия Гулливера» (1794)	36
Станислав Лем «Солярис» (1960)	38

Тимоти Лири «Семь языков Бога» (1981)	40
4. ПУСТОТА – ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО МИРА	43
Сергей Доронин «Квантовая магия» (2007)	44
Фритьоф Капра «Дао физики» (1976)	48
Дайсэцу Тайтаро Судзуки «Основы дзэн- буддизма» (1927)	51
5. ПРОТИВОПОЛОЖНОСТИ ВЗАИМОДОПОЛНЯЮТ ДРУГ ДРУГА	53
Евангелие от Филиппа, Евангелие от Фомы (примерно 2 век)	54
Чжаун Чжоу «Чжун-цзы» (4 век)	56
Гераклит «Фрагменты» (VI век до н. э.)	60
Кен Уилбер «Безграничные восточные и западные стратегии саморазвития человека» (1981)	62
6. БОЛЬШИНСТВО НАШИХ ПОСТУПКОВ МЫ СОВЕРШАЕМ БЕССОЗНАТЕЛЬНО	66
Зигмунд Фрейд «Психопатология обыденной жизни» (1901)	67
Иоланда Якоби – Психологическое учение К. Г. Юнга (1988)	69
Альфред Адлер «Понять природу человека» (1911)	72
7. ЛЮДИ СЛИШКОМ СЕРЬЁЗНО К СЕБЕ ОТНОСЯТСЯ	75

Карлос Кастанеда «Путешествие
в Икстлан» (1972)

76

Конец ознакомительного фрагмента.

77

25 больших идей мировой литературы Александр Грибанов

© Александр Грибанов, 2020

ISBN 978-5-4490-2706-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ПРОСТРАНСТВО МЫСЛИ

Александр Грибанов

25 БОЛЬШИХ ИДЕЙ МИРОВОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Читая интересную книгу, ты получаешь полезную пищу для размышлений. А если прочитав её последние строчки, ты испытываешь небывалое воодушевление, это значит, что книга сделала своё дело. Она не только вдохновила тебя, но и заложила в душу важные мысли. Книга «25 больших идей мировой литературы» была написана именно для того, чтобы предоставить на суд читателя те мысли, которые я отметил для себя после прочтения замечательных книг. Я хочу, чтобы вы за короткий срок познакомились с произведениями выдающихся личностей и их большими идеями, которые актуальны по сей день. Философия, религия,

глубинная психология, художественная проза, научно-популярная литература, автобиография, эзотерическое знание – здесь представлены самые достойные, на мой взгляд, книги этих жанров.

ВВЕДЕНИЕ

Эта книга понравится не только тем, кто любит читать литературу различных жанров, но и тем, кто увлекается психологией. Эта книга будет интересна всем тем, кто исследует тайны собственной души и хочет лучше понимать людей. Эта книга, возможно, вдохновит и тех, кто хочет лучше узнать окружающий мир и своё место в нём.

Я выбрал 25 важных для меня идей, с которыми хочу познакомить вас. Понимание этих идей и их применение на практике помогли мне лучше узнать себя и мир, открыть глаза на то, что я раньше не замечал. Это привело к знанию того, что действительно является важным для меня и что попросту лишает меня жизненных сил и является тормозом моей самореализации.

Я хочу, чтобы эти мудрые идеи стали и вашими помощниками в повседневной жизни. Было бы здорово, если бы вы выбрали понравившуюся вам большую идею и создали на её основе замечательное произведение искусства: это может быть повесть, картина, музыкальное произведение или что-нибудь другое, созданное с душой.

1. МИР ТАКОВ, КАКИМ МЫ ЕГО ВОСПРИНИМАЕМ

Всем нам посчастливилось являться людьми. Ежедневно мы общаемся друг с другом, принимаем решения в своей жизни. Мы учимся, работаем, обустроиваем личную жизнь. При этом мы переживаем разные настроения, находим счастье, сталкиваемся с разочарованием, когда-то радуемся, когда-то грустим. Но почему-то мы уверены на сто процентов, что окружающий мир отделен от нашего внутреннего мира переживаний. Однако, это не так. То, что мы наблюдаем перед собой – является лишь нашим личным видением окружающей реальности. Мы замечаем только те детали, которые важны для нашего мировоззрения, отвергая всё неизвестное. Но этого взгляда недостаточно для того, чтобы увидеть широкую перспективу.

Карлос Кастанеда

«Учение Дон Хуана» (1968)

Автор, сделавший, возможно, больше, чем кто-либо другой, чтобы сломать стереотипы и привычный взгляд на действительность, приводящий лишь к скуке и страданию, – это Карлос Кастанеда. Герой его произведения Дон Хуан учит нас, что человек становится человеком в полном смысле этого слова только тогда, когда перестает быть всего лишь отражением своей культуры и начинает управлять собственным умом.

На страницах «Учения» Дон Хуан – наследник взглядов цивилизации тольтеков – объясняет Кастанеде, что мир, который мы считаем реальным – это только описание, совместно сотворенная реальность, встроенная в нас с рождения. Каждый из нас воспринимает мир через «социальный шаблон», видя только то, что принято видеть в обществе. При этом на это восприятие накладываются наши личные убеждения и эгоистичные намерения.

Кастанеда со страниц «Учения Дон Хуана» и других своих книг дает советы, как стать способным исключить искаженное восприятие мира, чтобы постичь истину о себе и реальности. Кастанеда называет этот искаженный способ восприятия, которым мы пользуемся в повседневной жизни, «первым вниманием». Этот вид внимания позволяет нам воспри-

нимать мир так, как воспринимает его большинство людей. Увы, в таком случае для нас закрыта дверь в мир, обладающий более радужными перспективными и богатый яркими красками.

Существующий другой способ восприятия, который Кастанеда называет «вторым вниманием», – малоизвестный, но именно благодаря ему границы сознания широко раздвигаются, и для нас становится доступной огромная часть реальности.

Первое что нужно сделать, чтобы достигнуть «второе внимание» – стереть личную «биографию» – представление с детства о самом себе и мире.

Дон Хуан говорит: *«Личная биография – чепуха. Лучшее просто оставить свое прошлое в покое и сосредоточиться на том, чтобы каждый день быть новым человеком пользуясь свободой непредсказуемости. Самое лучшее, стереть всю личную историю, – сказал он, как бы давая мне время записывать, – потому что это сделает нас свободными от обволакивающих мыслей других людей»* .¹

Дон Хуан признается, что намеренно окружил свою жизнь загадкой, потому что анонимность – это огромная свобода. И если большинство людей воспринимают мир как нечто понятное и привычное, то это лишает их жизнь чудес и даже в некоторых случаях приводит к большим душевным проблемам.

¹ <http://www.klex.ru/agw>

Олдос Хаксли «Двери восприятия» (1954)

Эта книга начинается с цитаты мистика Уильяма Блейка: *«Если двери восприятия были чисты, всё предстало бы перед человеком таким, как оно есть – бесконечным».*²

Хаксли с помощью природного вещества, отключающего ментальный фильтр, увидел действительность, отличную от той, которую он ежедневно до этого видел.

В привычном состоянии наш ум постоянно оценивает и анализирует предметы, их пространство-временны́е отношения друг с другом. Но теперь для Хаксли место, время и расстояние утратили своё значение, а на первый план вышли – яркость, структурность и красота вещей и живых объектов. *«Я наблюдал то, что Адам утром в день его сотворения – чудо обнаженного сущего, мгновение за мгновением».* Это именно то чудо мира, о котором говорил Кастанеда в своих книгах.

«Каждая личность в каждый момент способна помнить все, что когда-либо с нею происходило, и воспринимать все, что происходит везде во вселенной. Каждая личность – одновременно и бенефициарий, и жертва лингвистической традиции, в которой эта личность родилась: бенефициа-

² <http://www.litmir.me/br/?b=77117>

рий – потому, что язык дает доступ к накопленным запасам опыта других людей, жертва – поскольку язык укрепляет ее в той вере, что это урезанное сознание – единственное, и искажает ее ощущение реальности настолько, что эта личность только рада принять свои представления за данные, свои слова – за действительные вещи. То, что на языке религии называется „этим миром“, – это вселенная урезанного осознания, раз и навсегда выраженная и окаменевшая в языке». ³

Ошибочное понимание нами символов вещей как действительности – одно из важных прозрений Хаксли.

«Быть выброшенным из привычного восприятия, несколько бесконечных часов видеть внешний и внутренний мир не таким каким он кажется животному озабоченному выживанием, или человеку помешанному на словах и идеях, но таким каким он воспринимается непосредственно и безусловно всем разумом – это переживание бесценно для каждого». ⁴

Возможность видеть действительность иначе – главное откровение для Хаксли: «...„Вот как следует видеть“ – повторял я, глядя на свои брюки или бросая взгляд на драгоценные книги на полках, на ножки бесконечно более чем ван-гоговского стула. Вот как следует видеть, каковы вещи на самом деле. И все же у меня оставались кое-какие со-

³ Там же

⁴ Там же

мнения. Потому что, коль скоро всегда видишь вот так, то никогда не захочешь больше ничего другого делать. Просто смотреть, просто быть божественным Не-Я цветка, книги, стула, фланели. Этого будет достаточно». ⁵

Он увидел, что язык и искусство, – есть лишь небольшое отображение высшей красоты не замечаемой реальности.

«Искусство и религия, карнавалы и сатурналии, танцы и слушание ораторов – все это служило, по выражению Г. Дж. Уэллса, дверями в стене. А для частного, повседневного пользования всегда существовали химические интоксиканты. Большинство этих преобразователей сознания сейчас не могут применяться кроме как по предписанию врача или же нелегально и со значительным риском. Для неограниченного употребления Запад позволил только алкоголь и табак. Все остальные двери в стене обозваны наркотой, а те, кто неавторизованно их употребляет, – наркоманами. Мы сейчас гораздо больше тратим на напитки и табак, чем на образование. Это, конечно, не удивительно. Стремление бежать от своей самости и окружения присутствует почти в каждом почти постоянно». ⁶

Хаксли рассуждает в конце книги об ограниченности восприятия современных людей.

«То, что человечество вообще сможет когда-либо избавиться от искусственных раев, представляется малове-

⁵ Там же

⁶ Там же

роятным. Большинство мужчин и женщин ведут жизнь, в своем худшем виде настолько мучительную, а в лучшем – настолько монотонную, бедную и ограниченную, что позыв бежать от неё, стремление превзойти себя хотя бы на несколько мгновений есть и всегда было одним из основных appetitов души». ⁷

⁷ Там же

Акутагава Рюноскэ «В чаще»

Этот небольшой рассказ из сборника «Ворота Расемон» заставляет задуматься о том, что же такое на самом деле правда и существует ли единая истина, которую можно постичь?

Действие рассказа происходит в Японии в одиннадцатом веке, где дровосек, странствующий монах, разбойник и прохожий дают показания на суде по делу об убийстве самурая и изнасиловании его жены. Рассказы четырех участников происшедшего не совпадают между собой. Со страниц рассказа мы видим четыре версии происшедшего.

Если утверждать, что правда одна, то кто-то из дающих показания персонажей точно лжет. Но если на миг задуматься о том, что существует множество истин хватит ли нам смелости осуждать людей в их намеренном вранье?

Сегодня мы часто видим, как одно событие описывается с совершенно разных точек зрения. Может быть, герои не нагло лгут, а свято верят в свою трактовку происшедшего? Ведь восприятие каждого из нас субъективно и изначально искажено. Каждый из нас замечает только то, что желает, порой, не обращая внимания на важные детали. Каждый из нас воспринимает «свой собственный мир», уверенный в «истинности» своего взгляда и собственной безоговорочной правоте.

Гамильтон Дэвид «Мысль имеет значение» (2006)

В этой книги автор описывает то, как мысли и чувства, идеи и убеждения, надежды и мечты изменяют состояние нашего тела, обстоятельства жизни и даже положение дел всего мира. Мы не только воспринимаем мир нашим умом, но и воздействуем на наше тело и души других людей.

В книге приведено много научных исследований, которые указывают на то, что каждая наша мысль и каждое чувство, когда-либо нами испытанное, находят выражение в теле. Например, мысли о человеке, чьи поступки влияют на нашу жизнь, вызывают изменения в теле.

*«Молекулы, известные как нейропептиды, связывают мысли и эмоции с каждой частью тела. Этим объясняются исцеления плацебо в ходе медицинских испытаний. Если человек верит в то, что ему дают настоящее лекарство, или просто доверяет врачу, который его дает, он, как правило, идет на поправку».*⁸

Мышление и эмоции способны изменять генетику: «Мысли и чувства даже способны активизировать и нейтрализовать гены. Недавние научные исследования показали, что они могут вызывать развитие новых участков мозга, что

⁸ <https://www.litmir.me/br/?b=152587>

*ведет к изменениям на физическом уровне. В очень буквальном смысле вы представляете собой то, о чем вы думаете!»*⁹

Для того чтобы творить собственную реальность, наполненную счастьем Гамильтон советует соблюдать три простых правила. Соблюдение этих правил поможет сделать счастливым не только себя, но и окружающих вас людей, а также изменить мир. Это любовь к себе, благодарность к другим людям и любовь к природе.

⁹ Там же

Иммануил Кант «Критика чистого разума» (1790)

Эта книга была написана в переломное для философии время. Именно в 18 веке церковный догматизм теряет свою силу и Кант пытается систематизировать метафизику. Он приходит к выводу, что разум сильно ограничен чувственным и сенсорным опытом. Кант ставит следующий вопрос: возможна ли объективная истина? И отвечает на него отрицательно. Невозможно найти всеобщий и верный критерий истины для всякого знания. Наш ум ограничен, стоит это признать и перестать верить в то, что мы наблюдаем мир каков он есть, мы видим лишь интерпретацию мира. Единственное что мы можем сделать, это ответить на разные важные философские вопросы, и то не на все...

. «Умение ставить разумные вопросы есть уже важный и необходимый признак ума или проницательности. Если вопрос сам по себе бессмыслен и требует бесполезных ответов, то кроме стыда для вопрошающего он имеет иногда еще тот недостаток, что побуждает неосмотрительного слушателя к нелепым ответам и создает смешное зрелище: один (по выражению древних) доит козла, а другой держит под ним решето»¹⁰

¹⁰ <https://www.litmir.me/br/?b=102341>

Все явления доступны нашему разуму только благодаря тому, что они уже прошли через определенный фильтр априорных ощущений и категорий интеллекта. Мы никогда не сможем получить доступ к объективной реальности.

2. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ – ЭТО ОБРАТНАЯ СТОРОНА СВОБОДЫ

Скоро пройдёт около двадцати лет с тех пор, как наступил двадцать первый век. В жизнь людей ворвались высокие технологии, но страдания от бессмысленности жизни никуда не делись. Став свободным от многих ограничений прошлого и находясь в комфорте, человек утратил духовную свободу и остался рабом заблуждений, став рабом технологий. И вот мы пытаемся заново пересмотреть свой взгляд на мир, возвращаясь к тем ценностям, которые воспевали минувшими годами наши предки. Помочь в этом возвращение нам помогут такие выдающиеся мыслители, как Спиноза, Сартр и многие другие замечательные мыслители прошлого.

Спиноза «Этика» (17 век)

Спиноза внес большой вклад в философию изучением свободы, как высшей ценности. Спиноза предложил такое определение свободы: *«свобода – это познанная необходимость»*.¹¹

За этим утверждением следуют следующие выводы:

- Свободный человек мало думает о смерти, и его мудрость состоит в размышлении не о смерти, а о жизни.
- Душевная сила и добродетель свободного человека одинаково усматривается как в избежание опасностей, так и в преодолении их.
- Одни только свободные люди бывают наиболее благодарными по отношению друг к другу.
- Человек свободный никогда не действует лживо, но всегда честно.
- Человек, руководствующийся разумом, является более свободным в государстве, где он живет согласно с общими постановлениями, чем в одиночестве, где он повинуетя только самому себе.

Таким образом, Спиноза рассматривает свободу сугубо с позиции ответственности, не касаясь свободы вседозволенности, которая является чем-то неестественным и ложным. Для философа свобода – главная добродетель, необходимый

¹¹ <http://www.klex.ru/25x>

стержень нравственной и разумной жизни.

Жан-Поль Сартр

«Бытие и ничто» (1943)

Европейский мыслитель Жан-Поль Сартр был одним из величайших защитников человеческой свободы. Понять это можно прочитав его самое важное сочинение «Бытие и Ничто», которое повлияло на развитие всей экзистенциальной философии.

Свобода – центральное понятие всей философской концепции Сартра, свобода противопоставляется случайности и определяется как «первое условие действия», постоянная необходимость для человека «давать себе данное. Именно поэтому каждый человек свободен и ответственен за мир и собственные действия (отсюда знаменитая фраза «человек осужден быть свободным»). ».

Человек полностью свободен в своем выборе самого себя. Обратной стороной этой абсолютной свободы становится абсолютная ответственность. Человек ответственен за свой жизненный путь. Однако Сартр указывает на то, что человек часто не выдерживает такой ответственности, и не хочет признавать своей свободы. Он впадает в самообман, бежит от свободы. Он стремится себя объективизировать, идентифицирует себя с социальной ролью, кумирами и вождями.

Для экзистенциалиста человек потому не поддается определению, что первоначально ничего собой не представ-

ляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он сделает себя сам.¹²

Сартр задается и такими вопросами: Находится ли в отношениях свобода? Почему люди так одержимы своими взаимоотношениями? Сартр говорит, что хотя каждый из нас обладает индивидуальным сознанием, нам нужны другие люди, которые видят нас и «делают нас реальными». Проблема во взаимоотношениях состоит в том, что мы пытаемся превращать других свободных людей в объекты, что в принципе невозможно. Из этого следует, что наш лучший шанс на счастье или на успех во взаимоотношениях – это признание свободы другого человека, несмотря на естественное желание «владеть» им.

Помимо этого, в своей книге Сартр затрагивает и другие важные вопросы философии – что есть «человеческая реальность» и на что похоже человеческое существование. В центре внимания экзистенциалиста два способа существования – бытие феномена (бытие-в-себе) и сознание (бытие-для-себя), которые и образуют дуалистическую реальность.

¹² <http://www.psylib.org.ua/books/sartr03/index.htm>

Карл Чапек «Война с саламандрами» (1936)

В мире художественной литературы немало книг, призывающих лелеять и взращивать в себе свободу, – самый ценный дар, которым мы обладаем. В первую очередь вы можете увидеть этот призыв в романах-антиутопиях, где люди добровольно отказались от свободы.

К таким романам относятся «Мы» Замятина и «1984» Оруэлла, где описываются абсолютно бюрократизированное тоталитарное общество, в котором человек – лишь номер, он потерял всю свою индивидуальность и свободу. Это передаётся через смесь безграничного террора (в книге Замятина добавлена операция на мозге, что меняет человека даже физически), идеологического и психологического управления. Посредством информационного воздействия на сознание люди выполняют чужие команды, как биороботы. Элементы биороботизации человека видны невооружённым взглядом уже сегодня, в наше время. Будет ли продолжаться это дальше, зависит только от воли каждого из нас.

Романы-антиутопии можно расценивать в первую очередь, как звонки из будущего для нас. Эти предупреждения, заключающиеся в том, что, если курс движения общества не изменится, то люди по всему миру потеряют свои самые человеческие качества и превратятся в бездушные автоматы,

даже более актуальны сегодня, чем в то время, когда были написаны.

Безусловно, одним из таких звонков является роман «Война с саламандрами», написанный Чапеком в 1936 году. Кроме захватывающего сюжета, в нем описаны особенности тоталитарной идеологии и проанализированы те социальные предпосылки, которые создали условия для возникновения формы общественного сознания подобного фашизму.

*«Это не умозрительная картина некоего отдаленного будущего, но зеркальное отражение того, что есть в настоящий момент и в гущу чего мы живем», – писал автор о своей книге.*¹³

Чапек предсказывает наше настоящее: *«Беспрестанное увеличение производства и потребления – вот все будущее мира, а посему – пусть будет еще больше саламандр, чтобы еще больше произвести продукции и еще больше сожрать! Названная саламандра умеет читать, но только вечерние газеты. Интересуется теми же вопросами, что и средний англичанин, и реагирует на них подобным же образом, то есть в соответствии с общепринятыми, традиционными взглядами. Ее интеллектуальная жизнь ограничивается мнениями и представлениями, распространенными в настоящий момент среди широкой публики. Естественно не о какой духовной жизни и свободе не идет и речи. Все саламандры одинаковы; у всех одинаковый скелет, все одинаково про-*

¹³ Ю. Абрамов, В. Н. Демин. 100 великих книг. М.: Вечче, 2008

*тивны и одинаково посредственны».*¹⁴

Одной из важнейших нравственных обязанностей людей интеллектуального труда, в том числе писателей и художников, Чапек считал участие в борьбе за защиту идей гуманизма и свободы и резко критиковал тех, кто пытался снять с себя эту ответственность.

¹⁴ Там же

3. САМОПОЗНАНИЕ – ПОТРЕБНОСТЬ ДУШИ

Для чего человеку вообще нужна свобода и прочие духовные ценности? Ответить на этот вопрос нам помогут не только философы и современные психологи, но и писатели для которых самопознание было смыслом жизни и главной темой всего творчества.

Ричард Бах «Чайка Джонатан Ливингстон» (1970)

К таким людям, безусловно, можно отнести Ричарда Баха. Он написал более 10 книг, каждая, из которой может быть инструкцией для вашего личного самопознания. Но самой известной и вдохновляющей стала повесть «Чайка Джонатан Ливингстон».

Это легенда о чайке Джонатане, которая решает, что она рождена для чего-то большего, чем просто есть и жить в комфорте: *«Для большинства чаек важно не летать, а есть. Однако для этой чайки было важно не есть, а летать. Отец говорил ему: „Ты летаешь, чтобы есть, а не чтобы просто летать“».*¹⁵

Однако, Джонатан сутками напролет пробует нырять на большой скорости и летать очень низко над водой. Он желает раздвинуть границы своих возможностей, постичь, на что горазд. Ему удается добиться скорости двести миль в час, которая гораздо больше стандартной.

На следующий день Джонатан отчитали на совете чаек. Его пристыдили за дерзкий поступок и выгнали из стаи. Изгнанный Джонатан окунулся с головой в одиночество, печалься не столько о себе, сколько о возможностях, которые от-

¹⁵ Бах Р. Чайка Джонатан Ливингстон. К.:София,1994

вергла стая. Во время своих полетов он обнаружил, что правильный нырок в воду на большой скорости помогает достать более вкусную рыбу, которая плавает немного глубже.

В своем путешествии, которое можно назвать самопознанием, Джонатан встречает таких же развитых чаек и старую чайку—мастера учителя. Вскоре Джонатан сам стал учить других чаек высокому и быстрому полету.

*«Когда ты идешь к морю, то видишь чаек, ссорящихся из-за корки хлеба, и думаешь, что они ссорятся из-за пустяков».*¹⁶

Большинство людей подобны этим чайкам из стаи: если бы они могли избавиться от своего ограниченного взгляда, то поняли бы, от каких сокровищ отказываются.

¹⁶ Там же

Боэций «Утешение философией» (4 век)

Боэций был консулом Римской империи. Он не только был опорой Сената, но и также высокообразованным ученым. Но в результате дворцовых интриг Боэций был обвинен в измене и приговорен к смерти. В ожидании казни Боэций пытался найти ответ на вечные вопросы и написал сочинение «Утешение философией».

В начале книги перед заключенным в темницу узником возникает образ госпожи Философии. Она услышала жалобы на несправедливость его положения и решила с помощью разума доказать ему, что люди не должны винить во всех бедах судьбу.

Фортуна приходит и уходит внезапно, а, следовательно, от нее никогда нельзя зависеть. Заключенный считал смыслом жизни свое высокое положение, общественное признание и богатство, но Философия говорит ему, что эти привилегии не могут быть подлинным источником счастья, если они привели его туда, где он сейчас находится.

Наша увлеченность внешними преимуществами, к которым относятся слава, богатство или власть, на самом деле лишь отдаляют нас от источника радости и счастья, которое заключается в самом процессе познания себя.

Боэций считал, что если человек живет не познавая себя,

то его жизнь пуста и порочна. Кроме того, человек в таком случае постоянно склонен ошибаться. А последствия ошибок могут быть катастрофичными.

«Отсутствие самопознания свойственно другим живым существам, но в людях оно является моральным пороком».

17

Познание собственной личности и души должно сопровождаться созерцанием окружающего мира: *«Обратите же свой взор к простору небес, их неизменному и стремительному вращению и перестаньте, наконец, восхищаться вещами, которое не имеют подлинной ценности».*¹⁸

Философ призывал к свободе разума, ведь свобода разума даже в той ситуации, когда ты не свободен физически, как это произошло с Боецием, составляют суть душевной зрелости.

¹⁷ Батлер-Бюдон Т. 50 великих книг о силе духе. М.: Эксмо 2013

¹⁸ Там же

Джонатан Свифт «Путешествия Гулливера» (1794)

Выше была высказана идея о том, что самопознание невозможно без познания окружающего мира. А главными героями этого мира являются люди, составляющее общество.

В книге Свифта Гулливер путешествует по вымышленным странам, каждая из которых олицетворяет определенные типы людей. Например, в Лапуте, где царит абсурдная жизнь, Гулливер так описывает лапутян: *«Я заметил поодаль множество людей в одежде слуг с наполненными воздухом пузырями, прикрепленными наподобие бичей к концам коротких палок, которые они держали в руках. Как мне сообщили потом, в каждом пузыре находился сухой горох или мелкие камешки. Этими пузырями они время от времени хлопали по губам и ушам лиц, стоявших подле них, значение каковых действий я сначала не понимал. По-видимому, умы этих людей так поглощены напряженными размышлениями, что они не способны ни говорить, ни слушать речи собеседников, пока их внимание не привлечено каким-нибудь внешним воздействием на органы речи и слуха».*¹⁹

Читая «Гулливера» стоит обратить внимание на собствен-

¹⁹ Свифт Д. Сказка бочки. Путешествия Гулливера. М.: Правда, 1987

ные несовершенства и заняться самоанализом. Ведь общественная жизнь – отражение наших внутренних психических процессов и все наши недостатки и уродства влияют на социум.

В конце романа Гуливер путешествует в страну гуигнгимов – так названы прекрасные лошади с развитым интеллектом, которые живут в сравнительно совершенном обществе и правят одичавшими и малоумными людьми. Современное общественное устройство представлялось Свифту далеким от совершенства. Потому-то он и придумал утопический мир, казавшийся ему более правильным.

Увы, более чем за двести лет, прошедших со времени выхода бессмертного романа об удивительных путешествиях Гулливера, люди ничуть не изменились, а глупостей, создаваемых ими, стало ещё больше.

Станислав Лем «Солярис» (1960)

«Солярис» – известный научно-фантастический роман, действие в котором разворачивается в далёком будущем. Повествование происходит от первого лица доктора Криса Кельвина, в романе присутствуют две сюжетные линии: пребывание Кельвина на исследовательской станции «Солярис» и документальное изложение истории открытия и исследования планеты, в форме знакомства Кельвина с научной библиотекой на борту станции.

Кельвин, не познавший себя и не решивший свои душевные проблемы, отправился в космос на неизведанную тайную планету, которая, кроме всего прочего, обладает разумом. Этот разум и весь опыт в космосе дает Кельвину шанс пересмотреть свои жизненные взгляды.

*«Человек отправился познавать иные миры, иные цивилизации, не познав до конца собственных тайников, закоулков, колодцев, забаррикадированных темных дверей».*²⁰

Кельвин в плену размышлений и переживаний не видит смысла в жизни на Земле, где холодно и чуждо.

«Но у меня не было дома. Земля? Я думал об огромных, шумных, многолюдных городах, в которых я потеряюсь, исчезну, как могу исчезнуть, если бы не остановился и бросился в Океан, тяжело вздымающийся в темноте. Я уто-

²⁰ <https://www.litmir.me/br/?b=143796>

*ну в толпе. Буду неразговорчив, внимателен, и потому меня станут ценить в обществе, у меня появится много знакомых, даже друзей, будут женщины, а может, только одна женщина...»*²¹

, – считает Лем. Но всё же главное рискнуть и начать погружаться во всю глубину собственного «я», пускай там многое не нравится и кажется темным и страшным, но это необходимо. Именно с этого начинается настоящее самопознание. *«Для человека всегда является самым трудным выйти за пределы умственного тождества с самим собой»*

²¹ Там же

Тимоти Лири «Семь языков Бога» (1981)

В начале своей книги Лири вспоминает слова великого Сократа: *«Сократ, этот гордый и самоуверенный демократ, случайно выболтал ужасный секрет, когда его угораздило заявить: «Цель жизни человека – познать самого себя».* ²²

Лири считает, что религиозный путь самопознания не должен заканчиваться изучением догм и произношением молитв.

«Религия – это систематически предпринимаемая попытка сфокусировать сознание человека. Сравнительная религия должна заниматься не изучением экзотерических и академических различий, а исследованием различных уровней сознания, в реальности которых оперирует та или иная религия. Как мы поняли, каждая из великих мировых религий фокусируется на определенном уровне сознания». ²³

Лири призывает, прежде всего, расширить границы восприятия и тогда познание возможно: *«Опыты расширения сознания – это традиционное классическое путешествие самопознания. Каждая религия в мировой истории возникала после умопомрачительного путешествия очередного визио-*

²² <https://www.litmir.me/br/?b=104953>

²³ Там же

нера». ²⁴

Однако не всем по душе этот подход расширения сознания: *«Воспитательно-образовательная система вовсе не хочет, чтобы вы расширяли сознание, жили и ощущали мир непосредственно. Ей вовсе не нужно, чтобы вы эволюционировали и совершенствовались. Ей не нужно, чтобы вы переходили на высшие уровни реальности. Ей нужно, чтобы вы относились серьезно к социальным играм... Кто я? Вы сможете ответить на этот вопрос по-настоящему только тогда, когда покинете бутафорский павильон телестудии, который выстроен специальными институтами в соответствии общественными и психологическими критериями нормальности».* ²⁵

Взгляды Лири разделял английский писатель Хаксли (он тоже являлся сторонником теории «расширения сознания»). Любопытно, что бывший президент США Никсон однажды назвал Лири «самым опасным человеком в Америке» из-за его революционных идей и активной образовательной деятельности. А спустя месяц после смерти Тимоти Лири его близкий друг, философ Роберт Антон Уилсон получил письмо: «Роберт, как дела? Приветствую тебя с другого берега... Здесь не совсем так, как я рассчитывал... Очень мило, но собралась большая тусовка... Надеюсь, у тебя все в порядке. С любовью, Тимоти». Только из-за этого стоит почитать кни-

²⁴ Там же

²⁵ Там же

гу этого борца за независимость человеческого духа.

4. ПУСТОТА – ОСНОВА ФИЗИЧЕСКОГО МИРА

Согласно буддизму, пустота – глубинная сущность действительности. Это не следует понимать в нигилистическом смысле, как это часто делается. Данное утверждение означает, что пустота является не просто состоянием незаполненности, а фундаментальным источником жизни нашей планеты и всего физического мира. Постичь эту пустоту можно лишь с помощью интуиции, любви и сострадания.

Сергей Доронин

«Квантовая магия» (2007)

Попытка осмыслить результаты научных исследований квантовой механикой за последние годы приводит нас к значимому переосмыслению нашего мировоззрения, а не просто к качественно новому и более глубокому пониманию окружающего мира.

Русский физик Доронин пишет: *«Основной вывод, к которому приходит квантовая теория, можно кратко сформулировать следующим образом: материя, то есть вещество и все известные физические поля, не являются основой окружающего мира, а составляют лишь незначительную часть совокупной Квантовой Реальности. Но этот краткий вывод, как вы понимаете, таит в себе самые глубокие и далеко идущие последствия, которые сегодня невозможно даже представить...»*²⁶

Квантовая реальность – и есть та пустота, о которой мы писали выше. Именно из неё «произрастают» физические предметы и энергия, а также живые сознательные существа.

«Одним из самых дерзких вызовов, который бросила квантовая физика своей классической предшественнице, является утверждение о наличии в окружающей нас реально-

²⁶ <https://www.litmir.me/br/?b=149212>

сти особого типа состояний с удивительными, прямо-таки „сверхъестественными“ свойствами и возможностями». ²⁷

Перед нами разворачивается мир, наполненный квантовой магией: «Квантовая теория говорит о том, что в природе существует широкий класс состояний, которые не имеют никакого классического аналога, поэтому они никак не могут быть поняты и описаны в рамках классической физики. Это „магические“ состояния, которые выходят за все мыслимые рамки с точки зрения наших привычных представлений о реальности. Они получили название запутанных состояний. Учет этих состояний, осознание того факта, что они являются неотъемлемой частью реальности, – все это способно коренным образом изменить наше привычное миропонимание и вывести его на качественно новый уровень. Окружающий мир в свете этого нового физического факта оказывается намного богаче того, что преподносит нам классическая физика». ²⁸

Наличие запутанных состояний указывают нам на глубокую связь наших душ и тел: «Но запутанность – это не просто наложение различных состояний друг на друга и такое их переплетение, когда нет возможности „найти концы“ и отделить одно от другого. Квантовые корреляции – это не просто взаимодействия, а скорее „телепатия“, когда один объект непосредственно „ощущает“ свое единство

²⁷ Там же

²⁸ Там же

с другими телами, когда все внешние изменения мгновенно отзываются в нем самом, и, наоборот, изменения в объекте тут же сказываются на окружении. Эту связь можно почувствовать с помощью концентрации сознания фокусирования». ²⁹

В связи этих «магических» открытий нам необходим кардинальный переворот в своих взглядах на окружающий мир: «Но есть и объективные факты – результаты экспериментов, их теоретическое осмысление и выводы, которые невозможно игнорировать, хочешь – не хочешь, но их придется раскладывать „по полочкам“. Всё равно придется выстраивать непротиворечивую согласованную модель окружающей нас реаль-ности, поскольку уже сейчас очевидно, что те результаты, которые получены, не укладываются в рамки общепринятых представлений. Квантовая теория помогает переосмыслить свои жизненные ценности и глубже понять, в чем заключается смысл нашего земного пути. В свете последних научных результатов жизнь в физическом теле предстает уже не в качестве самостоятельной ценности, а как небольшой этап нашей эволюции в совокупной Квантовой Реальности, как часть Большого Пути, который имеет свое продолжение на других, квантовых её уровнях». ³⁰

²⁹ <https://www.litmir.me/br/?b=149212>

³⁰ Там же

Фритьоф Капра «Дао физики» (1976)

Физик Капра решил написать книгу, где провел глубокий анализ взглядов современной физики и древнего восточного мистического мировоззрения и нашёл много общего между ними. Он считает, что все мы должны понять, как основы квантовой физики и теории относительности заставляют нас видеть мир во многом также как его видели индийцы, буддисты или даосы, и как это сходство усиливается, когда мы наблюдаем современные попытки объединить эти две теории, чтобы описать явления субмикроскопического мира. Здесь параллели между современной физикой и восточным мистицизмом наиболее поразительные.

В своей книге Капра замечает, что Вселенная, которую представлял себе Исаак Ньютон в 17 веке, была огромным механизмом, состоящим из движущихся объектов, абсолютно предсказуемых. Все происходящее в этой Вселенной имело определенную причину, и каждое событие давало определенный эффект. Теория относительности Эйнштейна, однако, показала, что материя не обладает устойчивостью, соответствующей нашим ощущениям. Предметы – это энергия, которая принимает вид и свойства формы. Природа мира – не устойчивость, а вечное движение.

Квантовая физика подтвердила эту теорию своим открытием, что материя, если наблюдать за ней на бесконечно малом

уровне, лучше понимается как вид поля, в котором проявление энергии – протоны и электроны – непрерывно движутся. Квантовая физика открыло более изменчивый мир, не связанный строгой обусловленностью.

Один из парадоксов квантовой физики: пустое пространство имеет продуктивный характер, и частицы могут спонтанно появляться из него без видимой причины. Благодаря изучению космологии индуизма, даосизма и буддизма Капра понял, что их описание Вселенной совпадает со странными открытиями и парадоксами квантовой науки. Эти религиозные взгляды, гораздо более древние, чем ньютоновская физика, уже давно включали в себя тезис об изменчивости и необусловленности мира.

«Последующие главы покажут, что мировоззрение восточных мистиков в основных и принципиальных своих чертах совпадает с мировоззрением современной физики. В них я хотел бы показать, что восточная – и вообще вся мистическая – философия может быть последовательным и необходимым обоснованием для современных научных теорий, может создать концепцию мироздания, в которой научные открытия будут прекрасно уживаться с духовными целями и религиозными верованиями. Две основные части этой концепции – единство и взаимосвязь всех явлений и, изначально, динамическая природа Вселенной. Чем глубже мы проникаем в субмикромир, тем больше мы убеждаемся в том, что современный физик, как и восточный ми-

*стик, должен рассматривать мир как систему, состоящую из неделимых, взаимодействующих и пребывающих в непрерывном движении компонентов, причем неотъемлемой частью этой системы является, и сам наблюдатель».*³¹

Значимость современной физики простирается далеко за пределы технологии, и что занятие наукой может быть «путем с сердцем» и вести к духовности и самореализации.

³¹ <http://lib.ru/KAPRA/daofiz.txt>

Дайсэцу Тайтаро Судзуки «Основы дзэн-буддизма» (1927)

Постичь пустоту и уйти от страдания можно только с помощью серьёзной внутренней работы. Дзен-буддизм – духовная система, призванная помочь в этой нелегком деле.

Дзен – это учение о полном осознании природы реальности, о просветлении. Слово «дзэн» происходит от санскрито-палийского термина «дхьяна/джняна», означающего глубокое сосредоточение, созерцание, а так же отстраненность или избавление. Человек дзен-буддизма ни к чему не привязывается, и ничего не отвергает. Он, словно облако, которое движется, куда захочет.

Дыхание – суть практики, ум следует за ритмом дыхания, за вдохами и выдохами. Сосредоточенность на дыхании напоминает нам, что мы полностью зависим от природы, от воздуха, которым дышим.

Дзен-медитация уводит нас от представления, что мы какие-то особенные, а природа не связана с нами. Однако после нескольких медитаций мы чувствуем, как сами являемся частью природы, а наш беспокойный ум только мешает испытать эти ощущения. Дзен-буддизм учит тому, как долгое время находится в созерцательном состоянии внутренней тишины.

«Однако эта тишина и умиротворенность вовсе не под-

*разумевают простой праздности и бездеятельности. Эта тишина не походит на тишину пустыни, лишенной всякого живого. Это тишина „бездонной пропасти“, в которой исчезают все контрасты и условности. Это тишина Бога, углубившегося в созерцание своего прошлого, настоящего и будущего творений: Бога, сидящего неподвижно на троне абсолютного единства и целостности».*³²

Если вас интересует дзен-будизм не поленитесь прочесть также книгу Томаса Клири «Мудрость дзен. Сто историй пробуждения». В ней нет сложного описания дзен-практик, здесь лишь истории из жизни учеников и различные любопытные притчи, позволяющие успешно потренировать своё сознание, при этом погрузившись в состояние дзен.

³² <http://www.klex.ru/5vk>

5. ПРОТИВОПОЛОЖНОСТИ ВЗАИМОДОПОЛНЯЮТ ДРУГ ДРУГА

В своей «Золотой Скрижали» выдающийся мистик античных времен Гермес Трисмегист описал один из законов мироздания: «всё имеет свои противоположности, мир состоит из полюсов и крайностей». В своей жизни мы нередко сталкиваемся с противоположностями. Они мучают нас, заставляют сделать выбор в какую-либо одну сторону. Однако, выбирая одно, мы отвергаем другое. Но в таком случае мы лишаем свою жизнь разнообразия и целостности.

Евангелие от Филиппа, Евангелие от Фомы (примерно 2 век)

В четырех канонических Евангелии, вошедших в Библию, можно выделить три идейные основы: учение о владычестве Бога, о любви к Богу и ближнему, о прощении грехов. В отличие от них в Евангелие от Филиппа и Фомы эти три основы заменяет учение о едином духовном начале и ясно прослеживается призыв к самопознанию, как единственному пути к спасению. Эти два апокрифа относятся к гностицизму.

Путь спасения рассматривается здесь как путь познания особого рода, ориентированный на интуицию, а не на логическое мышление. Одна из целей «Евангелия от Фомы» показать, что в основе мира лежит единое начало, из которого произрастают противоположности.

*«Свет и тьма, жизнь и смерть, правое и левое – братья друг другу. Их нельзя отделить друг от друга. Поэтому и хорошие – не хороши, и плохие – не плохи, и жизнь – не жизнь, и смерть – не смерть. Поэтому каждый будет разорван в своей основе от начала. Но те, кто выше мира; —неразорванные, вечные».*³³

Стать выше мира означает постичь противоположности,

³³ http://apokrif.fullweb.ru/nag_hammadi/

видеть их как в сочетании как единый процесс. Этот секрет, помогающий человеку достигнуть душевную целостность и навсегда отказаться от борьбы противоположных начал Иисус раскрывает своим ученикам.

«Иисус сказал: «Когда вы сделаете женское как мужское, внутреннюю сторону как внешнюю, и внешнюю сторону как внутреннюю, и верхнюю сторону как нижнюю, многое как одно и одно как многое, тогда вы войдете в Царствие». ³⁴

Поскольку все противоположности связаны между собой, их борьба не может завершиться победой одной из них, именно поэтому все противоположности нужно примерить. Так в Евангелие от Филиппа написано: *« Иисус сказал: Когда вы сделаете двух одним, вы станете Сыном человека, и, если вы скажете горе: Сдвинься, она переместится».* ³⁵

³⁴ Там же

³⁵ Там же

Чжаун Чжоу «Чжун-цзы» (4 век)

Книга «Чжуан-цзы» стала основополагающим произведением даосизма – религии образованной в Китае в конце прошлой эры. Говорят, сам Чжоу написал первые семь глав, а остальные написали его последователи. Главы состоят из аллегорий и анекдотов, включают в себя воображаемые беседы между великими мыслителями.

Суть даосизма – в достижении гармонии с Дао. Дао – это космический процесс, в котором участвуют все вещи, подходя из одного состояния в другое. Текучесть и изменчивость присуще не только природе, но и внутреннему миру человека.

По мнению китайцев, все проявления Дао порождены динамическим чередованием и взаимодействием двух противоположных сил: Инь Янь. Они являются двуединством пределами, ограничивающими круги перемен. Если захотеть, то можно углядеть, что хорошее и плохое, удовольствие и боль, жизнь и смерть – не абсолютные категории, а только две стороны одной и той же действительности. Одна из высших целей человека в духовных традициях востока – осознание того факта, что все противоположности полярны, а любая пара противоположностей представляет собой динамическое единство.

Сочетание Инь и Янь удерживают мир в равновесном со-

стоянии. Мы можем бесконечно наблюдать в мире проявления этих двух противоположных сил: правая и левая рука, день и ночь, любовь и ненависть, южный полюс и северный полюс, холод и жара.

Чжаун Чжоу пишет: *«То, что позволяет явиться то мраку, то свету, есть Дао»*.³⁶

Два противоположных начала проявляются не только в качестве светлого и темного, но и качестве мужского и женского, твердого и легкого, верха и низа. Янь – это сильное, мужское, творческое начало, ассоциировалось у китайцев с небом, а Инь – темное, женское начало – с Землей. Небо находится наверху в постоянном движении, а Земля, согласно геоцентрическим взглядам древних, покоится внизу. Поэтому Янь стало символизировать движение, а Инь покой и неподвижность.

Противопоставление Инь и Янь присутствует во всей китайской культуре и определяет традиционный китайский образ жизни. Чжуан-цзы пишет: *«Жизнь-это гармоническая смесь Инь и Ян»*. *Народ земледельцев издавна был знаком с движением по небосводу Солнца и Луны и явлением смены времен года. Поэтому сезонные изменения, как и воспринимались в качестве очевидных проявлений чередования Инь и Ян. Сезонное чередование двух противоположностей отражается и на нашей пище, которая тоже содержит эле-*

³⁶ http://lib.ru/POECHIN/ch_tzh.txt

Традиционная китайская медицина тоже исходит из представления о равновесии Инь и Янь в теле человека, и любое заболевание рассматривается как нарушение этого равновесия. Тело человека разделяется на органы двух этих сил

Так же, как в случае с добром и злом или с жизнью и смертью, это противопоставление не дает нам покоя, и в результате мы стремимся к тому, чтобы преобладала та или иная сторона нашего собственного характера. В области человеческого мышления находим также воплощения: Инь сложный интуитивный женский ум, Янь четкий рациональный рассудок мужчины. Инь – неподвижность и созерцание, Янь – активная деятельность и созидание.

«Поэтому сказать: „Почему бы не признавать [только] правду и отрицать неправду, признавать [только] порядок и отрицать беспорядок?“ – означает не понимать закона неба и земли и [природных] свойств всех вещей. Это то же самое, что признавать небо и отрицать землю, признавать начало инь и отрицать начало ян. Очевидно, что так поступать нельзя. А тот, кто все же не отвергает [таких высказываний] и продолжает о них говорить, тот если не дурак, то лгун». ³⁸

³⁷ Там же

³⁸ Там же

Гераклит «Фрагменты» (VI век до н. э.)

Гераклит как-то сказал: «Все течет, и ничто не пребывает на месте», он был уверен в циклическом характере всех изменений и вечном круговороте противоположностей. Гераклит сравнивал мироустройство с «вечно живым пламенем, то возгорающимся, то гаснущим». Этот образ довольно близок к китайским представлениям о Дао, воплощающимся в циклическом чередовании Инь и Янь.

Гераклит пишет: *«Противоположность приносит согласие; из разногласий рождается высшая гармония. Все вещи прекрасны, благи и хороши, но люди считают одни вещи правильными, а другие неправильными». Это не значит, что мы вольны поступать по своему усмотрению; скорее плохое и хорошее, правильное и неправильное являются частью Целого, которое само по себе совершенно.*³⁹

Бессмысленно выбирать одну из противоположностей, необходимо примерять их внутри себя для достижения внутренней гармонии. И здесь мы сходим схождения мировоззрения Гераклита с мировоззрением Христа и восточных мудрецов.

Таким образом, знание о природы противоположностей

³⁹ Батлер-Боудон Т. 50 великих книг о силе духе. М.: Эксмо, 2013

помогут вам выбраться из ловушки противоречий созданной ограниченным умом: *«Холодное приносит тепло, теплое приносит холод, влажное высыхает, а высохшее становится влажным. Противоположности сменяются, циклы повторяются».*⁴⁰

Если вы хотите больше узнать о взглядах этого величайшего мудреца Гераклита, то прочитайте полностью его «Фрагменты». Здесь вы встретите собрание его высказываний о природе и вселенной, об этике и политике, о любви и счастье, о душе, многие из которых давно стали золотыми афоризмами.

Пожалуй, самым знаменитым является следующий афоризм из этой книг учит нас о невозможности повторить прошлый опыт, ведь все изменчиво. : *«Нельзя дважды войти в одну и ту же реку, ибо другие воды прибывают постоянно»*

⁴⁰ <http://www.klex.ru/fwp>

Кен Уилбер «Безграничные восточные и западные стратегии саморазвития человека» (1981)

Автор задается вопросами: *«Вы никогда не спрашивали себя, почему жизнь соткана из противоположностей? Почему все, что вы цените, противоположно чему-то иному? Почему все решения предполагают выбор одного из двух? Почему все желания основаны на стремлении к чему-то противоположному?»*⁴¹

Наша жизнь пронизана противоположными категориями: *«Обратите внимание, все пространственные категории представляют собой пары противоположностей: верх-низ, внутри-снаружи, высокое-низкое, длинное-короткое, север-юг, здесь-там, левое-правое. Все, что мы считаем серьезными и важными, тоже оказывается одним из членов пары: добро-зло, жизнь-смерть, наслаждение-боль, Бог-Дьявол, свобода-рабство. На языке противоположностей формулируются также наши социальные и эстетические ценности: успех-провал, прекрасное-безобразное, сильное-слабое, умное-глупое. Противоположности лежат в основе даже самых абстрактных, отвлеченных форм человеческой деятельности. Логика, например, занимается вопро-*

⁴¹ <http://www.psylib.ukrweb.net/books/uilbk01/index.htm>

сами истинного и ложного; эпистемология – видимого и реального; онтология – бытия и небытия. Наш мир выглядит огромным собранием противоположностей» .⁴²

Природе ничего не известно о мире противоположностей, в котором живут люди: *«В природе нет лягушек истинных и ложных, деревьев моральных и аморальных, океанов правильных и неправильных. В природе не бывает гор этических и неэтических. Существуют, например, большие и маленькие лягушки, высокие и низкие деревья, спелые и неспелые яблоки. Но для них это не проблема, это не вызывает у них приступов тревоги. Можно встретить даже смысленых и несмысленых медведей, но это, похоже, их не очень волнует. У медведей вам не найти комплекса неполноценности»*.⁴³

Согласно библейской Книге Бытия, одно из первых порученных Адаму заданий состояло в том, чтобы дать имена существующим в природе животным и растениям: *«Иными словами, Адаму было поручено рассортировать многообразие природных форм и процессов и определить для них имена. Адам был первым, кто очертил природу, мысленно разделил ее, разметил и нанес на схему. Адам был первым великим картографом, он устанавливал границы»*.⁴⁴

Но к чему привела эта категоризация? *«Этот первый опыт картографирования был столь успешным, столь вне-*

⁴² Там же

⁴³ Там же

⁴⁴ там же

чатляющим, что наша жизнь по сей день в основном проходит в рисовании границ. Каждое принимаемое нами решение, каждое наше действие, каждое наше слово основано на проведении границ, сознательном или бессознательном. Возжелать чего-либо значит провести границу между приятным и неприятным, а затем устремиться к первому. Отстаивать идею значит провести границу между представлениями, которые воспринимаются как истинные, и представлениями, которые таковыми не воспринимаются. Вполне очевидно, что вся жизнь наша, – от мелких происшествий до серьезных кризисов, от незначительных решений до больших свершений, от маленьких слабостей до пламенных страстей – представляет собой процесс проведения границ». ⁴⁵

Мир противоположностей, созданный людьми, стал миром конфликтов. «Мы живем в мире конфликтов и противоположностей просто потому, что живем в мире границ. Поскольку каждая пограничная линия представляет собой также линию фронта, человек оказывается в затруднительном положении: чем крепче границы, тем дольше сражения. Чем больше я привязан к удовольствию, тем больше боюсь боли. Чем более добродетельным я пытаюсь стать, тем больше меня донимает зло. Чем больше стремлюсь к успеху, тем больше опасуюсь провала. Чем сильнее цепляюсь за жизнь, тем ужаснее мне видится смерть. Чем боль-

⁴⁵ Там же

ше я что-то ценю, тем мучительней для меня его утрата. Иными словами, большинство наших проблем – это проблемы границ и создаваемых ими противоположностей. ⁴⁶

Избавиться от этой двойственности можно. Необходимо осознать противоположности как всего лишь разные полюсы единого, и тогда разногласия переходят в согласие, битвы становятся танцами, а враги обнимаются.

⁴⁶ Там же

6. БОЛЬШИНСТВО НАШИХ ПОСТУПКОВ МЫ СОВЕРШАЕМ БЕССОЗНАТЕЛЬНО

На рубеже 19 и 20 века в научном сообществе образовалась новая наука – психология (наука о душе). Она со всей смелостью взялась за изучение закономерности жизни души, то есть психики человека. Глубинная психология или психоанализ решает многие личностные проблемы человека, работая с тайнами и закоулками души. Пожалуй, самое значимое открытие психоанализа заключалось в том, что большая часть нашей психической деятельности – бессознательна. Это значит, что многие наши мысли, чувства, эмоции не осознаются нашим умом. Лишь малую часть всего этого мы можем сознательно отследить. Получается, мы постоянно живем на автомате, которым управляют наши бессознательные влечения, желания, стереотипы и убеждения.

Зигмунд Фрейд «Психопатология обыденной жизни» (1901)

«Психопатология обыденной жизни» – одно из основных исследований основателя психоанализа Фрейда, в котором он описывает так бессознательные психологические процессы, как оговорки, забывание, ошибки, опiski. В целом оговорки по Фрейду и прочие «ошибочные действия» могут поведать нам порой то, что иной человек хотел бы скрыть даже от самого себя.

*«Случайно складывающиеся удачные комбинации слов дают примеры обмолвок, играющие роль прямо-таки убийственных разоблачений, а иной раз производящие прямо-таки комический эффект.»*⁴⁷

Важным открытием австрийского психолога заключалось в том, что травматические события в жизни человека, сильные переживания и подавленные желания не исчезают из психики, а уходят в сферу бессознательного, продолжая воздействовать на поведение. Это открытие позволило разрешить конфликт между тем, что говорит сознание, и неосознанными побуждениями, а говоря другими словами, найти, по сути, лекарство для души. Это открытие повлияло не только на психологию, но и на медицину и философскую

⁴⁷ Фрейд З. Психология бессознательного. М.: Просвещение, 1990

антропологию.

Антропологический персонаж Фрейда – это человек, вытолкнутый из природы, переживающий постоянный конфликт сознания и бессознательного, рационального и иррационального. Открытие Фрейда, что люди не настолько контролируют свой разум, как они привыкли полагать, ассоциировались с нападками на идею свободы воли человека, что неизбежно привело к резким осуждениям идеи.

Стать более сознательным человеку мешает собственная слабость: *«Большинство людей в действительности не хотят свободы, потому что она предполагает ответственность, а ответственность большинство людей страшит»*

Иоланда Якоби – Психологическое учение К. Г. Юнга (1988)

Юнг – является швейцарским психоаналитиком, продолживший дело Фрейда в изучении бессознательных установок личности. Он создал свое учение о структуре психики человека, о психических силах – архетипах. Это учение в доступном виде разъясняет Иоланда Якоби – ученица Юнга.

Чтобы правильно понять теорию Юнга, мы должны, прежде всего, принять его точку зрения, согласно которой все психические явления совершенно реальны: *«Для Юнга психическая субстанция так же реальна, как и тело. Будучи неосязаемой, она, тем не менее, непосредственно переживается; ее проявления можно наблюдать. Психическая субстанция – это особый мир со своими законами, структурой и средствами выражения».*⁴⁸

Психика включает в себя всё многообразие психических процессов: *«Под „психической субстанцией“ (Psyche) Юнг понимает не только то, что мы обычно зовем „душой“ (Seele), но и совокупность всех психических процессов – как осознанных, так и бессознательных. Следовательно, психическая субстанция – это нечто заведомо более обширное и всеобъемлющее, нежели душа; последняя для Юнга есть всего лишь*

⁴⁸ Якоби И. Психологическое учение К. Г. Юнга. М.: Практика, 1996

некий „ограниченный функциональный комплекс“». ⁴⁹

Психическая субстанция состоит из двух взаимодополняющих и в то же время противопоставленных друг другу областей: сознания и бессознательного. Сознание – лишь маленький островок среди бескрайнего океана бессознательных сил и потребностей.

«Наше „Я“ принимает участие в обеих областях, оно расположено между двумя областями, которые не только дополняют, но и компенсируют друг друга. Но если мы попытаемся оценить соотношение этих двух областей, мы увидим, что сознание составляет лишь очень малую часть нашей психической субстанции. Согласно антропологическим данным, сознание – плод относительно поздней дифференциации. Оно подобно островку в безграничном океане бессознательного». ⁵⁰

Бессознательное бывает не только личным, но и коллективным: *«Коллективное бессознательное не зависит от исторической эпохи, от влияний, обусловленных общественной или этнической принадлежностью, и представляет собой хранилище типичных, исконно присущих всем людям реакций на универсальные ситуации – такие, как тревога, угроза, борьба с превосходящей силой, отношения полов, отношения между детьми и родителями, ненависть и любовь, рож-*

⁴⁹ Там же

⁵⁰ Юнг К. Г. Дух и жизнь. М.: Практика, 1996.

дение и смерть, власть светлого и темного начал и т. п.» .⁵¹

⁵¹ Там же

Альфред Адлер «Понять природу человека» (1911)

Адлер был основателем новой ветви в психоанализе, названной индивидуальной психологией. Он рассматривал жизнь человека как целостность, относясь к каждой реакции, каждому движению и импульсу, как к проявленной части жизненной установки. Адлер считал, что у каждого из нас есть конкретный жизненный стиль – набор реакций и взглядов, который закладывается социальным окружением в детстве.

Введением в индивидуальную психологию и является книга «Понять природу человека», в которой Адлер рассказывает о характере, поведении, чувстве превосходства и низкой самооценке, важности сотрудничества, работе, дружбе, любви и браке.

Немало место в книге уделяется проблеме бессознательных установок, формирующих поведение личности: *«Мы можем обнаружить поведенческую установку человека в его бессознательном. В его сознании мы имеем дело лишь с отражением, чем-то вроде фотографического негатива. Тщеславная женщина в большинстве случаев обычно не осознает, что проявляет тщеславие; она ведет себя таким образом, чтобы явить себя миру в образе очаровательной скромницы. Чтобы быть тщеславным, вовсе не обя-*

зательно знать, что ты тщеславен. Более того: знание о собственном тщеславии будет работать против целей этой женщины, поскольку в таком случае она не сможет дальше быть тщеславной. Весь процесс происходит скрыто от глаз. Если вы попробуете поговорить с тщеславным человеком о его тщеславии, вам окажется очень трудно поддерживать беседу на эту тему. Ваш собеседник может проявлять склонность избегать большого вопроса, или разговор будет топтаться на месте. Это говорит в пользу нашего мнения: он желает продолжать играть свою роль и немедленно занимает оборонительную позицию, когда кто-то пытается разоблачить его маленький обман». ⁵²

Людей можно подразделить на два типа: те, кто знает о своем бессознательном больше среднего, и те, кто знает меньше.

«Во многих случаях мы также обнаруживаем, что индивидуум второго типа сосредоточивается на узкой сфере деятельности, в то время как духовный кругозор индивидуумов первого типа значительно шире и их отличает широта интересов к людям, вещам, событиям и идеям». ⁵³

Мы часто себя недооцениваем и часто не видим явные недостатки нашей личности: «На самом деле неважно, что вы думаете о себе и что о вас думают другие. Важно ваше отношение к обществу в самом широком смысле, поскольку

⁵² <http://www.litmir.me/br/?b=115324>

⁵³ Там же

оно определяет все желания, все интересы и все поступки каждого индивидуума... Для людей вообще характерно хвататься за мысли, оправдывающие их социальную установку, и отвергать любую идею, которая могла бы помешать ее выполнению. Люди решаются делать только то, что, согласно их мировоззрению, имеет для них ценность. Мы признаем все, что для нас полезно; все, что нам не подходит, отсылается в наше бессознательное». ⁵⁴

⁵⁴ Там же

7. ЛЮДИ СЛИШКОМ СЕРЬЁЗНО К СЕБЕ ОТНОСЯТСЯ

Всегда, когда мы раздражаемся и злимся, мы забываем, что чрезмерно серьезно относимся к собственной персоне, мним себе важнее всех живых существ на Земле, нам кажется, что все вокруг только и хотят задеть и обидеть нас. Нам часто неоправданно кажется, что люди вокруг настроены против нас. Такие мысли и поведение делают из нас жертв, которые готовы обидеться на всё, что угодно. При этом мы можем испытывать чувство вины, неоправданно терзать себя и переживать по пустякам. Но пора уяснить простую истину: хмурые люди, обременённые серьезностью и чувством собственной важностью, не способны увидеть все богатство этого мира и сполна насладиться ими.

Карлос Кастанеда
«Путешествие в Икстлан» (1972)

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.