

К ВОПРОСУ О ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЦЕЛОСТНОСТИ



Аннотация

Статья посвящена прояснению вопроса о том, при каких условиях мы можем говорить о человеческой целостности как переживании. Какие типы целостности человек может реализовать? Что говорят духовные традиции об условиях человеческой целостности?

Ключевые слова: целостность, психология, состояния сознания, социальный, человеческий, адаптация, духовные традиции.

Понятие «целостность» апеллирует к миру проявленному, материальному, в том числе, конечно, и к так называемому «тонкому» миру. Оперативная реализация принципа целостности в этом контексте соотносится с магией, как актуальным овладением законами взаимосвязи явлений, осознанным контролем этих явлений. Неосознанная реализация принципа целостности выступает в позитивном бытовом контексте как переживание гармонии, благополучия, самодостаточности, здоровья и удовлетворённости. На психофизическом уровне это соотносится с адаптацией к существующим условиям жизни индивида. Опыт практических врачей, психологов и педагогов показывает, что их клиенты оставляют терапию, консультирование и обучение на этапе достижения ими субъективно приемлемой целостности. Дальнейшая динамика этих процессов затруднена из-за, порой резкой, потери мотивации. Поддерживать постоянную мотивацию на развитие – удел немногих.

© С. Л. Соловьёв, 2015

Возможно, это связано с особым напряжением информационной потребности и силой поискового инстинкта у таких индивидов, у некоторых – с приобретённой мотивацией на духовный рост.

Вместе с тем, законы материального существования предполагают временный статус для состояний любого уровня целостности, хотя они и различаются устойчивостью во времени и перед лицом жизненных вызовов. Угроза утраты целостности провоцирует переживание экзистенциальной тревоги, для совладания с которой психика человека выработала целый ряд защитных психологических механизмов: рационализация, снижение уровня притязаний, вытеснение, невротические ритуалы и так далее. В психолого-эзотерических доктринах они описываются, в первую очередь, как (ложная) отождествлённость; буддизм трактует её как основу неведения, омрачённости сознания, следствием чего является страдание и «пойманность» в ловушку Колеса Сансары. Христианство трактует человека как принципиально нецелостное существо в

силу изначальной ситуации грехопадения, и, в результате, утраты единства с духовным миром. Соответственно, без восстановления этой связи, ни о какой целостности в тварном мире не может быть и речи. Более того, без заботы о восстановлении этой связи человеку грозит ещё большая, вплоть до необратимой, утрата своей целостности (потеря души и извергнутость во «тьму внешнюю»). По христианскому учению, единственно надёжные целостности – Спасение и Обожение, по отношению к которым все прочие человеческие реализации – мерзость, суета и самообман. Вообще, если говорить о человеке, невозможно говорить о его целостности без учёта его воли, самосознания и духовного измерения. При этом ряд философов рассматривают саму возможность развития человека как следствие его принципиальной нецелостности, незавершённости, его переходного состояния: «Человек – это мост, который должно пройти» (Ф. Ницше). Если в определение человека внести духовное измерение, особенно если придать ему приоритетную характеристику, придётся признать, что целостность человеку принципиально недоступна. Из духовной метапозиции может быть оценена лишь часть человека, относящаяся к его нынешней земной жизни. Эта оценка может быть выражена словосочетанием «полнота (целостность) жизни», субъективным переживанием того, «состоялась» жизнь или нет. При этом, никакой «окончательный» результат в смысле достижения человеком при жизни, невозможен. Следовательно, обнаружить свою целостность человек может только в своём внутреннем, духовном измерении. Там нет конкретного места и времени пребывания, в этой связи хронотоп (по А. А. Ухтомскому) человека размыт в неопределённости, восприятие себя-в-мире всегда ущербно, чревато субъективным переживанием ошибки и неуверенности. Человек не укоренён в мире, по представлениям экзистенциалистов; он постоянно задаётся вопросами «Где Я?» и «Кто Я?», и его целостность адекватнее оценивалась бы не результатами, а общим направлением его жизни. Рекомендуемый духовными традициями метод поддержания правильного направления жизни служит постоянное памятование о смерти, как о конце временного существования и переходе в Вечное. Если мы примем в качестве ведущего критерия при

оценке человеческой целостности «направление жизни», то многие другие, например, состояние здоровья, уровень сознания, качество жизни – отойдут на второй план. Собственно, так и происходит, в частности, при экспертизе святости, если её определять как достижение духовной целостности.

Учитывая сказанное, приходится признать, что идеал целостности, как позитивного переживания, уместен только в отдельных, промежуточных периодах существования. Например, он уместен при формировании мотивации пациента к выздоровлению, или клиента психолога к изменению разрушительных жизненных стратегий. Традиционные культуры имеют образцы описаний и условий достижения относительно устойчивых видов социально-жизнейской целостности, как, например, конфуцианский идеал «совершенного мужа», или русский «Домострой». Вспомним и типичную концовку русских сказок: «... и жили они долго и счастливо, и умерли в один день».

Заметим, однако, что социум не слишком заинтересован в высокой степени целостности своих членов, так как в этом случае ослабляется их зависимость от социума и их восприимчивость к социальным методам манипуляции сознанием. Целостный человек в меньшей степени подвержен социальным играм, суть которых составляет принцип «разделяй и властвуй», ибо целостного человека не так-то легко «разделить». В этом смысле грех современной медицины как раз и состоит в том, что она навязывает пациенту разделение внутри себя на «правильные» и «неправильные» части: последние подлежат отчуждению, и, желательно, удалению из его тела, психики или сознания. Причём, адекватной замены удалённой структуры обычно не предлагается (имея в виду хотя бы грамотную реабилитацию). В медицине практически отсутствуют образцы целостности, в частности, в описании здоровья. Поэтому утраченная целостность не только не восполняется, но закрепляется в сознании, и в самоописании пациента появляется всё больше ярлыков ущерба (диагнозов). В противоположность этому существует потенциальная возможность увеличить уровень целостности пациента в процессе терапии, при использовании индивидуального подхода в медицине.

Такой подход может включать творчески-экспериментальное отношение к своему недугу, ведущее к углублению самопознания, и, как вариант, к облегчению доступа к внутренним ресурсам и появлению способности к самоисцелению. Подобный подход, ведущий к образованию нового уровня целостности, практикуется в некоторых социально-клинических учреждениях (например, в хосписах).

Одной из психологических стратегий сохранения целостности служит снижение её уровня: уход в эволюционно более раннее состояние – инфантилизм, уход в более простые социальные ниши, максимальное снижение контактов с социумом (феномен хикикомори¹ – добровольный, или псевдоаутизм), и другие, вплоть до суицида. Вообще, социальная структура создаёт условия для выживания во всё более ограниченных типах целостности, которые в природе для любого существа были бы не совместимы с жизнью. Хотя со стороны иногда кажется, что социальный изолянт самодостаточен, как правило, он является зависимым от ситуации внешней поддержки (например, опеки родственников), и абсолютно дезадаптивен в её отсутствии. Такая позиция может рассматриваться как истинное отсутствие целостности, или как ложная целостность. За словами: мне всё хорошо, меня всё устраивает, мне спокойно, скрывается внутренний страх и беспомощность таких людей.

В отличие от предыдущих примеров, кажущаяся беспечность и безмятежность мудреца (или адепта духовной традиции), как правило, есть результат постоянной напряжённой внутренней работы по преодолению природной инерции и психической энтропии. Его «не забота о завтрашнем дне» есть следствие укоренённости сознания в духовном мире, и, соответственно, растождествлённости с миром «посюсторонним». Таким образом, с точки зрения обыденного сознания, речь идёт об «опережающей адаптации», то есть, в идеале,

¹ Хикикомори (яп. 引き籠もり, разг. сокр. хикки, букв. нахождение в уединении, то есть, «острая социальная самоизоляция») – японский термин, обозначающий подростков и молодёжь, отказывающихся от социальной жизни и зачастую стремящихся к крайней степени изоляции и уединения, вследствие разных личных и социальных факторов. Такие люди не имеют работы и живут на иждивении родственников.

готовности к любым событиям, которые потенциально могли бы произойти.

Говоря о переживании целостности, имеется в виду и то, что в большей мере это следствие внутренней заслуги человека, его практическое достижение, поскольку целостность нельзя «передать» в готовом виде. Даже в духовном контакте Учитель-ученик глубокие резонансные психические состояния происходят временно, иницируются как «якоря» – ориентиры на Пути.

Вступая на путь сознательного развития, человек принимает условие неизбежной потери прежней целостности. Будет ли в дальнейшем создана более оптимальная целостность – вопрос в каждом случае открытый. Не всякая психика, как показывает опыт, справляется с этой задачей. В перспективе пути саморазвития желательное достижение такой способности, когда переходы из одной целостности в другую происходит не скачком через разрушения прежней к созданию новой, а плавным «перетеканием» из состояния в состояние. Такая способность, будучи освоенной, служит экологическим гарантом сохранности психофизических структур. Именно переходы между состояниями, которым соответствует смена соотношений ритмов психической активности, считаются наиболее плодотворными для развития саморегуляции, таких, как практика аутогенной тренировки, осознания сновидений и глубокая медитация. В этом ключе подобные практики можно описывать как «собрание миров»; также употребляется понятие «расширения сознания». В отличие от этого сценария, изменения под воздействием медикаментозных и наркотических средств происходят внезапно, бесконтрольно и неосознанно, что ведёт к разрушительным последствиям.

До сих пор мы говорили о переживании целостности в аспектах, обусловленных отождествлённостью с «Я», самостью. Отсюда и позитивные определения целостности как САМОтождественность, САМОдостаточность, САМОстоятельность, и так далее. Однако, как говорилось выше, такие виды целостности потенциально подвержены разрушению или грозят деформировать психику, ввиду их нарастающей сложности и непредсказуемого запаса прочности психофизического носителя. Отсюда предостережения духовных традиций

об опасности и представления о нежелательности культивирования состояний, назовём, «повышенной самождественностью». В духовных традициях рекомендуется не придавать особого значения изменённым состояниям сознания, хотя они и приносят подчас потрясающие переживания целостности. Природе подобных состояний у христианских подвижников уделяется пристальное внимание и в вопросах, связанных с экспертизой святости.

Таким образом, духовные традиции предлагают экологичное увеличение уровня целостности, вплоть до абсолютного, но при условии растождествления со структурой «Я». «Просветление есть, просветлённых нет», «... уже не я живу, но живёт во мне Христос»... О человеческой целостности, следовательно, можно говорить при условии, что человек превзошёл (оставил) самого себя, как он был, и отождествился с тем, кем потенциально являлся. Или с тем уровнем бытия, где находится его духовная составляющая. В этом принципиальное отличие экспертизы человеческой целостности от целостности других известных форм жизни, для которых высшая целостность будет заключаться в реализа-

ции их собственного природного потенциала адаптации. Стремление к духовной целостности в христианской традиции метафорически описывается как Жажда (переживание нахождения в бесплодной пустыне); призыв встать на Путь – как Зов, который слышит человек в своём сердце. Сделать человека (духовно) призванным – прерогатива Бога, тайна и Божий дар. Это обещание сверхчеловеческой целостности, в которой Бог превозносит человека над ним самим, над законами материального мира... Материальный мир превосходит и на высших ступенях йоги, и путём буддийской медитации, разными методами, но равными усилиями, во всех традициях.

Конечно, современная цивилизация, с информационно-техническим прогрессом, продуцирует всё новые образцы целостности, в традиционном рассмотрении выглядящие в основном как квазичеловеческие: кибернетические, виртуальные и другие, которые, применительно к человеку, могут обсуждаться в контекстах пост- и трансгуманизма. Но в каких отношениях они находятся с человеком, как с духовным существом, если мы примем это положение как основополагающее условие его целостности?

Sergey L. Solovyov. To the question of human wholeness

Summary

The main question the author tries to clarify, what conditions human being need to feel wholeness. What types of wholeness can human being reach? What say spiritual traditions on the problem of human wholeness?

Keywords: wholeness, psychology, states of consciousness, social, human, adaptation, spiritual traditions.