

БАЛТИЙСКАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ

Отделение бионергетического и духовного развития

Научное издание

ВЕСТНИК
Балтийской Педагогической Академии

Вып.27. - 1999 г.

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ
ПСИХОЛОГИИ**

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Редакционная коллегия выпуска:

Волков И.П., Курис И.В.,
Сойдла Т.Р., Бурановская Н.А,
Ответственный за выпуск: проф. Курис И.В.

РЕДАКЦИЯ ВЕСТНИКА:

Главный редактор – И.П. Волков
Зам. главного редактора по выпуску – И.В. Курис
Секретарь – Н.А.Бурановская

Адрес редакции:

190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, 35.
Кафедра психологии им. проф. А.Ц. Пуни.
Санкт-Петербургский Государственный Университет
Физической Культуры им. П.Ф. Лесгафта
Тел. (812) 114-66-27 Факсы: (812) 114-10-84; (812) 550-02-11
www.baltacademy.ru

В 36

Печатается на средства авторов и взносы членов БПА
по отделению Биоэнергетического и духовного развития
(Руководитель отделения – член-корр. БПА, проф. И.В. Курис)

© **РООУ БПА**

© **И.В. Курис**

«ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ»

Научное издание (сокращенное название: «Вестник БПА»)

Основано в июле 1995 года, в г. Санкт-Петербурге.

Международная регистрация:

ISSN 1818-6467 (Vestnik BPA)

Подписано к печати 17.05. 1999 г. Печать ризографическая
Зак. 04. Тираж 100 экз. Формат бумаги 60x90 РООУ БПА

ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ АКАДЕМИИ

Вып. 27 - 1999 г.

Научное издание БПА Основано в июле 1995 г.
Гослицензия N- Б 471385 в г. Санкт-Петербурге

СОДЕРЖАНИЕ

ДУХОВНОСТЬ И СОЗНАНИЕ В ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Волков И.П. Духовность в свете валеологии и психологии	5
Курис И.В. Духовность и творчество	13
Бревде Г.М. Сознание: структура и фокусировки	16
Кудряшов Н.И. Картография и навигационное обеспечение «путешествий» сознания	27
Трофимова Е.О., Новиков А.И. Виртуальная фармацевтика	42

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ В КОНТЕКСТЕ ЦЕЛОСТНОГО ДВИЖЕНИЯ

Курис И.В. Возможность работы в трансовых состояниях в биоэнергетической пластике	46
Кудряшов Н.И. Система целостного движения как направление трансперсональной психологии	49
Андреева Н.Г. Инсайт-данс	54
Ауходиева Г. З. Биоэнергетическая релаксационная пластика и представления о буддийской философской психологии - абхидхарме	57

ЭЗОТЕРИЧЕСКИЙ САКРАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ, КАК ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ

Адамович Г.Э. Толмачёв А.В. Анализ славянского ритуального танца в свете мировых эзотерических традиций	59
Курис И.В. Спонтанный сакральный танец	62
Кудряшов Н.И. Целостное движение в контексте каббалистического эзотерического учения о древе СЕФИРОТ (СФИРОТ) или древе жизни	75

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

Легастов В.Г. Тольтекская традиция (Учение Дона Хуана)	88
Курис И.В. О методе Хосе Сильва	92
Домбровская О. О трансперсональной психологии в Польше	94
Программы тренингов-семинаров, проводимых в рамках курса школы биоэнергетического и духовного развития БПА	97
Справочная информация	99
Авторы этого номера	100
Представляем новых членов БПА	101

ДУХОВНОСТЬ И СОЗНАНИЕ В ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

ДУХОВНОСТЬ В СВЕТЕ ВАЛЕОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ

**Волков И.П., доктор психологических наук,
профессор, президент БПА.**

Мой интерес к проблеме «Духа», как трансцендентальному феномену, объясняется профессиональным интересом психолога к более глубокому проникновению в предмет психологии, изучающей проявления духа в человеке, и в предмет валеологии, изучающей проявления этого феномена в здоровом образе жизни, человека, что отражено в известном древнегреческом афоризме: «В здоровом теле здоровый дух».

В последнее десятилетие проблема утраты духовности, как высшего проявления человечности в людях, стала всё чаще обсуждаться в средствах массовой информации, в выступлениях писателей, ученых, политиков, на страницах не только духовной, но и научной литературы. Я понимаю под «духом» надындивидуальную, космическую по своей природе идеальную сверхсилу, управляющую всем сущим с помощью СМЫСЛОВ В этом отношении Дух сродни понятию Бога, а «духовность» - это воплощение духа в мыслях и поступках людей.

Бездуховность как массовое психическое свойство нравственно нездоровых людей рассматривается ныне в качестве основной причины снижения жизненного уровня населения, продолжающегося социально-политического кризиса и экономического спада в нашем обществе, роста бездомности и преступности в России, массовой наркомании и алкоголизма молодежи, разложения семьи, снижения рождаемости, существенного снижения нравственного уровня воспитания и образования, явного ухудшения состояния психического и физического здоровья населения.

Избегая научного определения и даже упоминания понятия о сущности «духа» в своих трудах, нынешние философы, психологи, валеологи (целители, экстрасенсы), педагоги, акмеологи, политики, тем не менее, постоянно употребляют такие словосочетания в своих речах и научных трудах как: «духовный мир личности», «духовное обнищание», «духовная культура», «духовные интересы», «духовные силы», «духовность» и «бездуховность», «духовная деградация молодежи» и др.

В свете сказанного возникают новые познавательные проблемы, значимые не только для представителей религии и церкви, философов, религиоведов и теологов, психологов и социологов (ибо духовность традиционно связывается с религиозной и психолого-педагогической практикой), но и для

ученых, занимающихся исследованиями в области валеологической теории и практики оздоровления людей, народного целительства, акмеологии и др.

К сожалению, несмотря на богатый духовно-педагогический, нравственно-религиозный и культурологический опыт русского народа и всех других наций, внесших за последнее тысячелетие свой исторический вклад в православные духовные традиции в России, современный потенциал духовности, как жизнеопределяющий творческий принцип, у российских ученых, доведенных до черты нищенского существования в результате экономических преобразований 90-х годов XX века, сейчас столь же низок, сколь низок моральный авторитет руководителей нашего государства, обязанных не уничтожать, а сохранять науку о Человеке, бороться с помощью интеллектуального творческого потенциала ученых с нарастающей преступностью и бездуховностью в нашем обществе. «Коренной наукой остается и останется навсегда наука о человеке», - утверждал 100 лет назад Николай Чернышевский.

Гносеологические трудности познания духовности - этого труднодоступного для изучения, но интуитивно понимаемого жизнеопределяющего нравственного принципа в том, что пока никто из современных российских ученых не только не знает, что такое «Дух» (по Канту - это «вещь в себе»), но и не предложил пока сколько-нибудь научно приемлемой методологии или концепции для понимания природы данного эпифеномена, - человечность ныне не считается духовным достоинством для политиков, военачальников, руководителей государства и др. А ведь русская поговорка гласит: «Рыба гниет с головы». В этом смысле историю России надо начинать с Ивана Грозного, спяна убившего собственного сына.

Ныне актерский тренинг поведения является обязательным атрибутом профессионально-ролевой подготовки успешного менеджера, сенатора или политика. Обучение манипуляциям с сознанием и поведением людей стала доходным бизнесом для профессиональных психологов. Психологическая техника создания имиджа личности ныне уже достигла уровня компьютерных технологий. Кукольные ценности вытеснили истинные. Бог превратился в фикцию, зато наркотик стал всесильным, заменив для многих Бога.

Противоположным духовности человеческим качеством, как это в свое время утверждал и доказывал в своих трудах выдающийся итальянский мыслитель Джордано Бруно, сожженный на костре инквизиции в 1600 году в Риме, является «бестиальность» - то есть преобладание животного, а не божественного духа в людях, призванных управлять другими людьми. Как известно Бруно обвинял в бестиальности даже папу Римского, который, в конце концов, изловил его и сжег на костре. Эта печальная история касается теологического или религиозно-мистического подходов к познанию природы духовности, это традиционный путь, проверенный всей историей человеческой культуры, путь познания Бога.¹ Но имеются философский и научный подходы. В этом отношении подход русской мыслительницы

¹ См. например, монографию современного российского теолога В.В.Антонова «Как познается Бог». - СПб.: «Полнос», 1998. - Изд.2-е. - 644 с.

Е.П.Блаватской в её «Тайной Доктрине» - синтез науки, религии и философии (1890), до сих пор остается верным путеводным ориентиром познания триединой сущности человека - тело, душа, дух. При этом, под словом «душа» мы понимаем не просто «психику», как это принято, а состояние воплощения Духа в теле, ощущаемое и переживаемое людьми как их эмоции и чувства. Если Дух идеален, Тело материально, то Душа обладает и тем и другим, она идеальная (бессмертная от Духа) и материальная (смертная от Тела). Умирая с телом человека, Душа продолжает жизнь своими идеальными свойствами. Таким образом, с нашей точки зрения, вечная жизнь Души не для всех, а лишь для тех из людей, кто при земной жизни не утратил духовности своей души. Путь Елены Блаватской обосновывает вышесказанное.

Однако, для прагматиков, для ученых-атеистов, представителей биологических, технических, естественных наук, для механиков и физиков, для ученых с преобладанием бестияльных убеждений и т.д., «блаватский путь» познания человеческой сущности может быть неприемлемым, а своего пути они не создали, да и не создадут, ибо сводят все духовные явления к рефлекторным проявлениям психики, а ту - к мозговым функциям и к их электронным моделям по аналогии с компьютерами.

Редукционистский, компьютерный миф о природе психики сейчас доминирует в умах ученых, он очень моден, но вряд ли приемлем для продуктивного и творческого мышления валеолога и психолога.

Психолог и валеолог обязаны изучать духовные и душевные явления по своему профессиональному предназначению, ведь они призваны заботиться о душевном благополучии и здоровье людей, что является высшими человеческими ценностями. Тело, душа и дух - носители психики, здоровая психика - основа индивидуального и общественного благополучия. В принципе валеологи и психологии этими проблемами и занимаются, но вуалируют это другими словами - состояния человека, психические процессы, целительные силы, здоровье и болезнь, сознание, внимание, самосознание, способности, воля, характер человека и др. - всё эти явления, так или иначе, отражают проблему духа и состояния духовности в людях и в их деятельности.

Валеолог обязан изучать и учитывать влияние духовных процессов и состояний на двигательную активность, здоровье и здоровый образ жизни людей, на их самочувствие и жизнеощущение. Акмеолог также обязан изучать духовные феномены как главный внутренний побудитель к достижению вершин («акме») в избранном виде деятельности, как творческий источник интуиции, личностного и профессионального роста.

Но чем сильнее ученый стремится познать различные проявления духа в личности, сфере общения и деятельности людей, чем более настойчиво и целеустремленно он пытается проникнуть в тайну Духа, тем менее понятными и путанными становятся его объяснения. Лишь для людей, искренне верящих в духовную силу Бога, он, так или иначе, приоткрывает свою харизму. При этом нужно учитывать этическую двойственность природы самого человека, в котором низшее духовное (зло) уживается и сосуществует с высшим духовным (добро), которые часто присутствуют в действиях одного и того же

лица одновременно, проявляются параллельно друг другу, нисколько не смущая этим самого деятеля и т.д.

Однако, вопреки Канту все же можно согласиться с теми учеными, которые утверждают, что Дух в принципе познаваем. Причем познаваем не только для мудрецов и посвященных адептов религиозной веры, но и для всех без исключения людей в однозначной ситуации завершения цикла земной жизни, которая неизбежно наступит для каждого в положенное человеку время, как для верующих, так и неверующих, т.е. на смертном одре, в момент умирания, в смертных и около смертных состояниях.

Рождение и смерть - два ключевых состояния людей, в которых тайна духа и духовности открывается их психике, но рождение свое человек не помнит, ибо сознание его ещё не развито, а в момент смерти человеку даже с развитым сознанием уже не до рассказов об открывшейся ему тайне духовности.

В конце XX века наряду с религиозной, эзотерической и мистической литературой предыдущих эпох, появилась солидная научная литература на эту тему в рамках нового направления исследований - *трансперсональная психология*, которая теоретически и фактологически, а не мистически (как, например, Тибетская или Египетская «Книга мертвых») научно доказывает, что «сознание не продукт мозга, но изначальный принцип существования и что оно играет решающую роль в творении чувственного мира». Исследования по природе сознания ныне вступили в новую эпоху на основе квантовой парадигмы.

Я имею в виду результаты многочисленных за последние XX лет научных исследований парапсихологических, трансперсональных, родогенных, предсмертных, холотропных состояний людей, изучение трупного материала в моргах, документальную фиксацию опыта посмертных переживаний людей, чудом возвратившихся к жизни после их клинической смерти и др. Эти данные опубликованы в России лишь в последнее десятилетие, после снятия советской идеологической блокады (См. книги Дж. Лилли, С.Грофа, Р.Моуди, С.Росса, А.П.Дуброва, В.Н. Пушкина, К.Г. Короткова и др.). К серии этих исследований, ориентированных на эмпирическое познание природы духовности человека, необходимо, отнести, по нашему мнению, фундаментальные труды по анализу сновидений (См. книги З.Фрейда, К.Юнга, С.Цвейга, С.Криппнера, Дж. Дилларда и др.)

Известный философ средневековья Агриппа, живший во времена Парацельса, не без оснований утверждал, что «дух пронизывает все вещи». Дух охраняет свою цитадель свободного выбора даже в тюрьме, в ссылке, в тяжких испытаниях человеческой воли, и в этом смысле он не делает различий между ученым, пастором, ребенком, женщиной или мужчиной, благодетелем или убийцей, ожидающим справедливого приговора суда. Каждый волен идти своим духовным или бестиальным путем, «каждому - своё».

² Гроф Станислав. Космическая Игра. Исследование рубежей человеческого сознания. -М.: -Изд. «Трансперсональный Институт», 1997. - с. 14.

Е.П.Блаватской в её «Тайной Доктрине» - синтез науки, религии и философии (1890), до сих пор остается верным путеводным ориентиром познания триединой сущности человека - тело, душа, дух. При этом, под словом «душа» мы понимаем не просто «психику», как это принято, а состояние воплощения Духа в теле, ощущаемое и переживаемое людьми как их эмоции и чувства. Если Дух идеален, Тело материально, то Душа обладает и тем и другим, она идеальная (бессмертная от Духа) и материальная (смертная от Тела). Умирая с телом человека, Душа продолжает жизнь своими идеальными свойствами. Таким образом, с нашей точки зрения, вечная жизнь Души не для всех, а лишь для тех из людей, кто при земной жизни не утратил духовности своей души. Путь Елены Блаватской обосновывает вышесказанное.

Однако, для прагматиков, для ученых-атеистов, представителей биологических, технических, естественных наук, для механиков и физиков, для ученых с преобладанием бестияльных убеждений и т.д., «блаватский путь» познания человеческой сущности может быть неприемлемым, а своего пути они не создали, да и не создадут, ибо сводят все духовные явления к рефлекторным проявлениям психики, а ту - к мозговым функциям и к их электронным моделям по аналогии с компьютерами.

Редукционистский, компьютерный миф о природе психики сейчас доминирует в умах ученых, он очень моден, но вряд ли приемлем для продуктивного и творческого мышления валеолога и психолога.

Психолог и валеолог обязаны изучать духовные и душевные явления по своему профессиональному предназначению, ведь они призваны заботиться о душевном благополучии и здоровье людей, что является высшими человеческими ценностями. Тело, душа и дух - носители психики, здоровая психика - основа индивидуального и общественного благополучия. В принципе валеологи и психологии этими проблемами и занимаются, но вуалируют это другими словами - состояния человека, психические процессы, целевые силы, здоровье и болезнь, сознание, внимание, самосознание, способности, воля, характер человека и др. - всё эти явления, так или иначе, отражают проблему духа и состояния духовности в людях и в их деятельности.

Валеолог обязан изучать и учитывать влияние духовных процессов и состояний на двигательную активность, здоровье и здоровый образ жизни людей, на их самочувствие и жизнеощущение. Акмеолог также обязан изучать духовные феномены как главный внутренний побудитель к достижению вершин («акме») в избранном виде деятельности, как творческий источник интуиции, личностного и профессионального роста.

Но чем сильнее ученый стремится познать различные проявления духа в личности, сфере общения и деятельности людей, чем более настойчиво и целеустремленно он пытается проникнуть в тайну Духа, тем менее понятными и путанными становятся его объяснения. Лишь для людей, искренне верящих в духовную силу Бога, он, так или иначе, приоткрывает свою харизму. При этом нужно учитывать этическую двойственность природы самого человека, в котором низшее духовное (зло) уживается и сосуществует с высшим духовным (добро), которые часто присутствуют в действиях одного и того же

лица одновременно, проявляются параллельно друг другу, нисколько не смущая этим самого деятеля и т.д.

Однако, вопреки Канту все же можно согласиться с теми учеными, которые утверждают, что Дух в принципе познаваем. Причем познаваем не только для мудрецов и посвященных адептов религиозной веры, но и для всех без исключения людей в однозначной ситуации завершения цикла земной жизни, которая неизбежно наступит для каждого в положенное человеку время, как для верующих, так и неверующих, т.е. на смертном одре, в момент умирания, в смертных и около смертных состояниях.

Рождение и смерть - два ключевых состояния людей, в которых тайна духа и духовности открывается их психике, но рождение свое человек не помнит, ибо сознание его ещё не развито, а в момент смерти человеку даже с развитым сознанием уже не до рассказов об открывшейся ему тайне духовности.

В конце XX века наряду с религиозной, эзотерической и мистической литературой предыдущих эпох, появилась солидная научная литература на эту тему в рамках нового направления исследований - *трансперсональная психология*, которая теоретически и фактологически, а не мистически (как, например, Тибетская или Египетская «Книга мертвых») научно доказывает, что «сознание не продукт мозга, но изначальный принцип существования и что оно играет решающую роль в творении чувственного мира».² Исследования по природе сознания ныне вступили в новую эпоху на основе квантовой парадигмы.

Я имею в виду результаты многочисленных за последние XX лет научных исследований парапсихологических, трансперсональных, родогенных, предсмертных, холотропных состояний людей, изучение трупного материала в моргах, документальную фиксацию опыта посмертных переживаний людей, чудом возвратившихся к жизни после их клинической смерти и др. Эти данные опубликованы в России лишь в последнее десятилетие, после снятия советской идеологической блокады (См. книги Дж. Лилли, С.Грофа, Р.Моуди, С.Росса, А.П.Дуброва, В.Н. Пушкина, К.Г. Короткова и др.). К серии этих исследований, ориентированных на эмпирическое познание природы духовности человека, необходимо, отнести, по нашему мнению, фундаментальные труды по анализу сновидений (См. книги З.Фрейда, К.Юнга, С.Цвейга, С.Криппнера, Дж. Дилларда и др.)

Известный философ средневековья Агриппа, живший во времена Парацельса, не без оснований утверждал, что «дух пронизывает все вещи». Дух охраняет свою цитадель свободного выбора даже в тюрьме, в ссылке, в тяжелых испытаниях человеческой воли, и в этом смысле он не делает различий между ученым, пастором, ребенком, женщиной или мужчиной, благодетелем или убийцей, ожидающим справедливого приговора суда. Каждый волен идти своим духовным или бестиальным путем, «каждому - своё».

² Гроф Станислав. Космическая Игра. Исследование рубежей человеческого сознания.-М.: - Изд. «Трансперсональный Институт», 1997. - с. 14.

Является ли «дух» физическим явлением? Вот вопрос, вводящий в заблуждение многих, ибо новая квантовая парадигма утверждает, что сознание - это сфера виртуальной реальности, функция торсионных полей, порождение физического вакуума. Эти идеи идут от выдающихся физиков XX века, которые на основании своих фундаментальных открытий, приведших к современной революции в естествознании, открытию законов микромира, освоению Космоса и др., были вынуждены признать, что в сфере субатомных и квантовых явлений нет непроходимой границы между Материей и Сознанием, что наряду с четырьмя известными силами в природе: гравитация, электро-магнетизм, сильное и слабое ядерное поле, - в мире действует пятая, приборно-неуловимая сила, определяющая все явления космического и земного порядка - Сознание или Дух.

Физики называют эту пятую силу «Суперсилой», теологи - Богом, психологи - Духом. В физике существование Суперсилы нашло отражение в «теории единого поля», которую Альберт Эйнштейн предсказывал еще в начале XX века, но по научной традиции не называл её Богом. Действительно, как можно рассматривать такие духовные явления как долг, ответственность, совесть и др. как функцию торсионных полей. Сознание, по Карлу Юнгу, это лишь провизор в мире психических явлений, а не высшая форма проявления Духа как творящую и управляющую всем сверхсилой.

Неважно как назвать эту сверхсилу, важно принять её как жизнеопределяющий идеальный нравственный высший принцип, принять эту сверхсилу не как особое проявление волновых свойств материи, торсионных полей или физического вакуума, а как космический сверхразум, - без каких-либо комментариев или сомнений в его реальном существовании. Ведь такие психические явления, как сознание, внимание, воля, ум человека и пр. также реальны как наши руки, голова, ноги.

В китайской философии утверждается, что дух есть Дао, а он - есть смысл. Может ли быть «смысл» материальным? Платоновское понимание сущности духовного в людях - это их способность мыслить идеями как формами бытия.

В этом смысле психологам, валеологам, акмеологам, педагогам полезно последовать примеру физиков и признать, что нет непроходимой границы между феноменом духа, биополевыми и другими овеществленными формами живой материи (б), что дух - это двойственный, диалектический, психофизический сверхфеномен, (а не эпифеномен), который способен проявлять себя прежде всего, идеально, но и материально одновременно, что он вездесущ, вечен и неуничтожим и пр.

При этом важно учесть, что проявления духовного в человеке диалектически противоречиво, обманчиво, часто парадоксально, беспричинно, сверхъестественно, ибо духовность - это то самое тонкое, что может быть в человеке. Кстати, заметим, что животные во взаимоотношениях друг с другом и с природой проявляют большую духовность и целомудрие в своем образе жизни, чем современные люди. По наблюдениям этологов половозрелые самцы горилл, внешне очень похожие на лесных бандитов, участвующих в

драматических поединках за право спаривания с приглянувшейся самкой, оставляют после своих «рыцарских поединков» много смятых кустов, сломанных деревьев, но не одной капли крови на траве, ни одной сломанной кости у соперника. Животные не загаживают планету так, как её загадили люди, считающие себя обладателями крылатых ракет и человечности в решении экологических проблем, судеб других людей и своей судьбы также.

Субъективные критерии зла и добра у современных людей весьма относительны и расплывчаты. «Абсолютным добром» большинство людей считает то, что выгодно «мне», что нужно и полезно «мне», чего хочу «Я» и т.п. Интересы же общества, социальных организаций, коллективов и социальных групп - это мир бездуховных, надындивидуальных процессов и ролевых отношений, *духовность* же - понятие сугубо личностное, индивидуальное, интимное и субъективное для каждого из нас. Так устроен внешний и внутренний мир наших человеческих взаимоотношений. Внешний мир - бездуховный, внутренний мир - духовный. Армия, бизнес, торговля, политика, суд и тюрьма и др. - это мир ролевых, формальных социальных процессов и явлений, действующих по формально установленным законам и правилам. Конечно, ходить в церковь, молиться, давать милостыню нищему - по форме это духовные, правильные поступки, но они могут быть демонстрационными, т.е. чисто ролевыми, подобными лицедейству актера на сцене театра. Но для большинства людей их социальная жизнь это и есть их театр жизни. Даже дома, в семье большинство людей не прекращают разыгрывать ожидаемые от них роли: мужа, жены, матери, отца и др.. Нет никаких научных критериев внешнего проявления истинной духовности. Бездуховность ныне сильна и массова, духовность же единична, но зато всеильна. Убить человека или разрушить его дом легко, а вот построить дом, сформировать и воспитать высоко духовную личность - дело сложное.

Официальное *правовое регулирование* взаимоотношений людей эффективно в любом обществе лишь настолько, насколько оно строится на духовности и добровольном согласии людей выполнять законы, принятые парламентами, думами и пр. Посредством законов, принятых в том или ином обществе, регулируется, прежде всего, ролевое поведение людей в сфере правовых отношений. Духовное же поведение всегда остается делом совести и личного выбора каждого гражданина общества. Что бы соответствовать критериям духовности социальное поведение должно отвечать принятым в обществе правовым нормам, законам, официальным правилам. Все здравомыслящие люди это понимают, но противостоять бездуховности или сделать что-либо духовное часто затрудняются, ограничиваясь ожидаемым ролевым поведением в обществе.

Современное новое направление в психологии - психосинтез, основанный Ассаджиоли, выросший из психоанализа, утверждает, что у человека внутри его психики действует не одно, а множество «Я» и «Не-Я», что в каждом из нас живет множество *субличностей*, в которых человеку самому не разобраться, ибо он не осознает их, находясь в иллюзии своего единственного «Я». Человек часто сам не знает, что хочет его правая рука, а что левая?

Человек говорит одно, а делает другое, слово и дело часто не совпадают в его поступках. Многим людям, потерявшим контроль над своими субличностями внутри себя, приходится обращаться уже не к валеологу или психологу, не к своему разуму или благоразумию, а к невропатологу, психотерапевту, призывать на помощь психиатра или врача скорой помощи.

Но где та грань которая отделяет внутри личности истинные духовные ценности от кукольных и бестиальных? Это вечная проблема внутреннего конфликта человека с самим собой, с принятыми социальными ролями, с его убеждениями, верованиями и взглядами на жизнь. Многие ли из нас осознают грань между играемой официальной ролью на людях и переживанием собственного чувства человечности? Русские на всё отвечают: «Жизнь прожить не поле перейти».

В общении между людьми главным судьей духовности человеческих поступков является совесть, т.е. нравственное самосознание человека. В любой социальной роли совести нет, как нет её и в сценарии для актеров, она - в душе человека. Дух управляет душой, а душа управляет, сознанием, мыслями, действиями и движениями тела. Духовность по природе рациональна и переживается в чувстве справедливости, душевность же эмоциональна и переживается в чувствах радости или горя. *Духовная душевность* человека - нравственный идеал воспитанной и культурной личности у всех народов, в религиях их называют истинно верующими или «святыми». *Душевная духовность* есть способность любить - высшее проявление человечности в людях.

Отсюда понятно и без исследований, что духовность в обществе строится на законах и правилах, дающих каждому человеку равные возможности в общении, в совместной трудовой деятельности или соперничестве с себе подобными за признание своих законных прав гражданина-личности. Но если правил нет, если правовая база в обществе рыхлая, или правила плохо определены, или если они неписанные, основанные на страхе как, например, в бандитской шайке, то каждый член общества волен обманывать других в меру своей бездуховности, занимаемой должности и переживаемого страха наказания за правонарушения. Но самое печальное из сказанного в том, что бездуховность уничтожает здоровье нации, ведет к нравственному опустошению, морально-волевой и физической деградации людей.

В таких условиях не мудрено, что не только психологов, но и валеологов начинает беспокоить проблема бездуховности людей, ибо «Здоровый дух действует посредством здорового тела». России трудно рассчитывать на быстрое возрождение духовности её народа, ибо сознание людей биполярно - одна часть его содержит духовное («Я»), другая - бездуховное ролевое («Не-Я»). Если первое унижается и не ценится в обществе, а второе культивируется, то сами судите, в каком обществе мы сейчас живем. Но будем верить, - ведь на обратной стороне кольца царя Соломона, как свидетельствует легенда, было написано: «И это пройдет».

Литература:

- 1.Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. -Изд. ЛГУ1969.-339 с.
- 2.Блаватская Е П. Тайная доктрина. - Л., 1990. -В 2-х томах- 438 с.
- 3.Бодалев А.А. Психологу - быть профессионалом обязательно \\ Вестник БПА. -1996. -Вып. 3. - с.39- 44.
- 4.Волков И.П. Духовность как предмет познания \\ Вестник БПА. - 1999. - № 1. -Вып.25.-с.3-12.
- 5.Голдстейн М.,Голдстейн Ф. Как мы познаем. М.:Знание1984.253 с. б.Гроф С. За пределами мозга. - М: Центр «Соцветие», 1992- 318 с. 7.Дубров А.П., Пушкин В.Н. Парапсихология и современное естествознание. - М.:Соваминко, 1990.- 277 с.
- 8.Коваль С.Н., Холин Ю.Е. Дух воина. Философия и практика Дзен. - Краснодар: «Маерли», 1993.- 223 с.

ДУХОВНОСТЬ И ТВОРЧЕСТВО.

**Курис И.В.,
к.п.н., доцент, руководитель отделения Школа
биоэнергетического и духовного развития БПА.**

Занятиями различными духовными практиками и психотехниками, направленными на самосовершенствование личности породили неожиданную проблему, связанную с духовностью и творчеством. На первый взгляд, это не может вызывать сомнений. Развитие и раскрытие творческих возможностей безусловно фактор положительный. Однако, не все так однозначно. Возникает ряд вопросов, связанных с самореализацией, как естественным результатом этого развития.

Прежде всего, это касается определенного уровня владения профессиональными навыками, которые далеко не всегда адекватны претензиям. И если некоторые виды творчества не опасны для здоровья и жизнедеятельности (с обычной точки зрения), поскольку касаются, в основном, ментальных уровней, то творческие поиски, связанные с двигательной деятельностью, при отсутствии элементарного владения своим телом могут просто привести к травмам. Важной проблемой становится владение школой (если это касается разных видов искусства). У многих возникает естественный вопрос: а нужно ли это в принципе? И третий, не менее важный вопрос: что несёт продукт творчества в пространство?

Ведь не секрет, что произведения художников могут с- одинаковым успехом и разрушать, и созидать. Проблема является очень актуальной, поскольку связана с глубинными процессами, являющимися результатами деятельности такого рода, и часто вызывает неадекватную самооценку и подмену ценностей. В этой небольшой статье автор не отвечает на поставленные им же самим вопросы, а скорее, рассуждает на эту тему и приглашает к дискуссии.

Нет смысла лишний раз повторять, что любой преподаватель стремится развить у своих слушателей способность к творчеству и желание познавать мир через свой предмет. В нашем случае этим предметом является биоэнергопластика, как один из видов целостного движения, объединяющий в себе телесно-духовную или ментально-двигательную практику и являющуюся по своей сути мощным инструментом внутренней трансформации индивида, затрагивающей практически все уровни его психической и телесной организации.

Естественным результатом занятий целостным движением, которые отнюдь не ограничиваются только биоэнергопластикой, является развитие творческих способностей и возможность их реализации. Однако оба понятия: духовность и творчество настолько самостоятельны сами по себе и независимы друг от друга, что возникла необходимость рассмотреть их именно в данном контексте.

В Словаре русского языка СИ. Ожегова (1) "ДУХОВНОСТЬ" объясняется как свойство души в состоянии и преобладании духовных, нравственных и интеллектуальных интересов над материальным". А в трактовке слова "духовный" на первое место ставится связь с религией. Если же речь идет о духовном творчестве, то это означает, что оно тоже связано с религией. Например, духовная музыка, духовная живопись и т.д. В эзотерической литературе это понятие интерпретируется более широко. Одно из многочисленных толкований слова "ДУХ", от которого происходит "ДУХОВНОСТЬ" "применимо лишь к тому, что принадлежит Вселенскому Сознанию, и что является его однородной и незапятнанной эманацией в женском аспекте (психическая энергия). Дух также понимается как синтез 3-х высших принципов в человеке: Атма, Буддхи и Манаса (Воля, Любовь и Мудрость)

Такое толкование несомненно в большей степени отвечает нашему пониманию предмета, поскольку творчество является результатом духовно-телесной практики работы с энергией (имеется в виду это понятие с позиции энерго-информационного обмена. Эта же практика показывает, что далеко не всякое творчество можно назвать духовным. Поэтому есть смысл сравнить понимание творчества как процесса, присущего художнику, занимающемуся этим профессионально и творчества с позиции человека, занимающегося духовной поисками.

В уже упоминаемом Словаре СИ. Ожегова читаем: ТВОРЧЕСТВО - создание новых по замыслу культурных или материальных ценностей. Рассматривая творчество как результат духовных поисков, мы сталкиваемся с целым рядом вещей, которые, не противореча толкованию Ожегова, содержат дополнительные условия, необходимые для творчества. Вот только некоторые из них: творчество - это результат трансперсонального опыта; это безусловно мистический опыт, который можно осознать как переживание единения с Абсолютом, как проявление Вселенской Любви.

Это сильнейшее эмоциональное переживание в соединении с трансперсональным опытом часто становится мощнейшим толчком к открытию скрытых возможностей человека, о которых он мог не подозревать, интуитивных прозрений, т. е. выхода на новые информационные структуры. Именно этим можно объяснить целый ряд феноменов, с которыми мы часто сталкиваемся. Существует даже термин «энергоинформационное творчество». Однако, далеко не всегда это можно с полным правом назвать ТВОРЧЕСТВОМ, а тем более, духовным, на что часто претендуют его создатели.

По большому счёту, настоящее творчество должно быть духовным. Потому что это прежде всего - духовное переживание. Оно происходит от слова ДУХ. Он же - БОГ, АБСОЛЮТ - ТВОРЕЦ - СОЗДАТЕЛЬ. Очень часто это сравнимо с катарсисом, очищением через страдание. Эти определения изначально подразумевают духовность как одно из необходимых условий творчества. Соответственно, процесс созидания нельзя не представить как духовный поиск, реализованный различными средствами. От произведений литературы и искусства и предметов материальной культуры с одной сторо-

ны и «поисками индивидуального богослияния», переживанием мистического и трансперсонального опыта, поисками своего истинного «Я», подчас невероятно мучительного, с другой, и являющегося, согласно Р. Ассаджиоли, одной из субличностей человеческого сознания, упорно пытающегося выйти за границы обыденного.

Согласно древним трактатам творческий процесс проходит 3 стадии: 1) самоочищение; 2) создание мысленного образа, полное слияние с ним; 3) наглядное выражение в материале (слово, звук, движение тела, глина, металл и т.д.). Нетрудно увидеть в этом перечислении общее с любой духовной практикой. В этом контексте особую важность приобретает 3-й пункт, априори предполагающий высокий профессиональный уровень мастера и его обращённость к Высшему Духу. Однако, именно здесь кроется проблема. Причём, как для тех, кто занимается творчеством профессионально, так и для тех, кто идет по пути духовного поиска. Первые ставят во главу угла владение мастерством, забывая подчас о назначении искусства возвышать душу, вторые - уделяя главное внимание двум первым стадиям, не придают значения профессионализму. В результате, мы видим либо бездуховность в произведениях искусства, которые оказывают, тем не менее, огромное разрушительное действие, что по сути противоречит понятию «творчество», как процессу творения, либо имеем дело с дилетантством, который, который, как это ни странно, часто подкупает своей устремленностью к высшему началу.

Возникает естественный вопрос: что делать в этой ситуации... Ведь далеко не все из тех, кто занимается духовными поисками стремятся стать профессиональными художниками и соответственно, не все художники стремятся стать на духовный *путь*. Ответ, по-видимому, один - запечатлённый в уже упоминаемых древних трактатах, априори предполагающий высокий профессиональный уровень мастера и его обращённость к Высшему Духу.

Видимо, именно в этом случае мы осознаём духовность творения. Может быть, это и есть тот критерий, из которого всегда стоит исходить?.

Библиография.

1. С. Гроф. За пределами мозга. М., 1993
2. Минделл А. Дао шамана. «София», Киев - Трансперсональный институт, Москва, 1996
3. Курис И.В. О школе биоэнергетического и духовного развития . Вестник БПА,Ш2, 1997, с. 94-97.
4. Курис И.В. Методика работы в изменённом состоянии сознания Там же. С 74-95.
5. Ткачёва А.В. Новые религии Востока. М.Наука, 1991, с. 85-93.
6. Торчинов Е.А. Религии мира. Опыт запредельного. Orientalia, Санкт-Петербург, 1998
7. Уилсон Роберт. Психология Эволюции. «Янус»-«София», 1998.
8. Файдыш Е.А. Откуда возникает новое знание. Проблемы гармонизации человечества. Киев, 1995, с.112.

СОЗНАНИЕ: СТРУКТУРА И ФОКУСИРОВКИ.

Геннадий Бревде,

Член БПА, руководитель лаборатории фундаментальных исследований сознания Института Человека РАН.

Что есть сознание? Размышления, рассуждения, лукавые претензии на прямой недвусмысленный ответ не избавят от парадокса: чем более четким, ясным, логичным, замкнутым будет определение, тем более надуманный, пороженный муляж определяемого оно отобразит¹. Начало или, по крайней мере, неотъемлемая часть любого дискурсивного описания - отделение описуемого от того, что им не является - в нашем случае сводится к прочерчиванию границы между сознанием и бессознательным. Эта задача имеет два варианта решения, исходные положения которых - «автономия сознания» либо «вторичность бессознательного» - могут появиться лишь затем, чтобы немедленно быть опровергнутыми. Бессознательное не только непременно участвует, но неизбежно доминирует в психической деятельности², и попытка отделаться от «тирании Оно»³ ведет не к «эмансипации интеллекта»⁴, а к «смертельной болезни отчаянья». Важнейшие, неотъемлемые функции сознания - от простых (рецепция, мышление, рефлексия) до высших (самопознание, самоконтроль, индивидуация, самоактуализация) - опираются на содержания и процессы бессознательного; основания сознания уходят далеко (глубоко) за пределы рационального и рационально постижимого⁶. Личное сознание, которое может быть - и зачастую бывает - терминологически отделено от бессознательного, в действительности составляет неразрывное целое с ним и - через трансперсональное поле - с интегральной совокупностью всех форм и содержаний «сознания» и «бессознательного». Более того. То, что при упоминании сознания остается за скобками, составляет важнейшую, фундаментальную часть упоминаемого. Таким образом, сознание должно быть определено как онтическое единство рационального и внерационального, персонального и трансперсонального. Психика человека (Self) в данном рассмотрении - манифестация/неотделимая от целого автономная часть сознания. Геометрическая (**радиальная**⁹) интерпретация **структуры сознания** - сфера с тремя областями: *центром*¹⁰ (центральная точка), *промежуточной*¹¹ (внутренняя часть сферы), *периферийной*¹² (поверхность) - которые соответствуют трем фундаментальным состояниям (способам мышления): нулевому, континуальному, дискретному¹³ и трем содержаниям мышления: абсолютному, символическому, дискурсивному. Конус личного сознания берет начало в центре и, обособляясь по мере приближения к периферии, пронизывает все области сферы. Его поверхностная проекция (отображение Self в дискурсивном слое) аналогична сфере в целом и отличается от нее размерностью. «Измененные» состояния сознания - внутренние путешествия - фокусировки психики индивидуума в той или иной точке (области) конуса

(сферы). Путешествия совершаются как по радиальным (устремленным к центру) так и по тангенциальным траекториям (вдоль сферических поверхностей). При тангенциальном перемещении путешественник в той или иной мере трансцендирует пределы материального мира, времени, места и личности без перемены паттернов восприятия и структуры состояния. В радиальных погружениях - мистических состояниях и глубокой медитации, «можно познать мир, не выходя со двора»¹⁶. Мера радиального изменения психики - глубина погружения - "расстояние" между центром и пунктом прибытия - точкой фокусировки, в которой сознание индивидуума соответствует или становится частью окружающей психической реальности. Таким образом приобретается опыт как самого состояния так и области сознания, расположенной вблизи точки фокусировки. Философско-психологические аспекты опыта¹⁷ (ощущения, впечатления, связанные с соответствующей фокусировкой) сведены в таблицу, пронумерованные ячейки которой (за исключением строк 11 и 12) содержат лишь односложные «заглавия» «статей», описывающих данный аспект данного состояния. Комментарии («статьи») предварены номерами комментируемых ячеек.

1.1 Вопрос о множестве не может быть поставлен в принципе. Границы, разделения, различия - невозможны. Исчезнувшее, переставшее существовать, необратимо забытое Я является всем - и все является всем - и нет ничего не только чуждого этой всеобщности, но и каким бы то ни было образом не включенного в нее.

2.1 С одной стороны, нет ничего даже подобного тому, что принято считать реальностью в обыденной жизни и с чем имеет дело дискурсивное мышление. С другой, любая реальность непременно и тотально присутствует в ощущении, в котором не имеют никакого значения какие-либо свойства, количества, формы, атрибуты и акциденции. Центр - более реален (более того, только он и реален), чем то, что принято считать реальностью; то что было, будет, или может быть - и происходит из него и содержится в нем.

3.1 Центр - единое, единственное, всегда и никогда происходящее, произошедшее, неминуемое и невозможное событие, вбирающее в себя и движущее всем в прошлом, настоящем и будущем.

4.1 Могли бы быть справедливы высказывания: «время остановилось», «течение времени прекратилось», если бы возможным был ответ на вопрос «что такое время». Любой момент прошлого, настоящего и будущего в равной мере достигим и равнозначен. То, что было оставшемся в невероятном теперь мире временем, то, что заменило его - спрессованная в бесконечно короткий, бесконечно продолжительный интервал неподвижная, неизменная, включающая в себя любые движения и изменения вечность.

5.1 Отсутствуют представления (даже в форме воспоминаний) не только о пространстве, но и о любых его атрибутах (протяженности, локализации, размерности, направлении). По сути дела, Центр можно определить и как бесконечно малую точку и как бесконечную, бесконечномерную, везде и нигде пребывающую аспациальную реальность сверхпустоты. Пространство Центра бесконечно интенсивно. Существует только оно или его порождение. Не имеет смысла даже сама постановка вопроса о преодолении расстояния во времени там, где нет ни времени, ни расстояния. Альтернативу перемещения в пространстве для центра можно сформулировать как "одновременное и моментальное нахождение как во всех сразу так и в каждой отдельно взятой из несуществующих точек сверхпустоты".

6.1 Центр (Абсолют) воспринимает всего себя всей своей неограниченной бесконечностью. Уже на "подлете" к точке Абсолюта созерцающий становится тождественным созерцаемому, а затем и вовсе растворяется в окружающих потоках. Достигший Центра - весь Центр, а не какая-либо его часть, пусть даже неотделимая от целого. (См. также 1.1)¹⁸

7.1 См. пр. 9 - 13.

8.1 Отсутствующие желания составляют единое целое с непременным их исполнением. Не существующее воображение не выходит за пределы происходящего. Бытие не разделено на хочу, могу, буду, я, иное. Его единственный принцип «все всегда есть». Единый с окружающей реальностью путешественник вобрал в себя всю энергию мира; ее концентрация и количество

беспредельны и достаточны для сотворения и разрушения бесчисленного множества вселенных. Тем не менее, осуществление каких бы то ни было перемен не воспринимается как затрата энергии, но как ее неотделимое от целого, неподвижное присутствие в частях.

9.1 Слова и выражения описаний - не означают и даже не символизируют, а указывают на не подобие чему-либо знакомому или вообразимому и являются лишь средством сопоставления опыта.

10., 9.3, 9.4 Для возобновления речевой деятельности (хотя бы внутреннего монолога) необходима перефокусировка психики в приповерхностные слои, в которых, по мере возвращения к дискретному способу мышления, возникают сначала слоги, части слов, затем отдельные слова (наречия, существительные, реже - прилагательные и глаголы). Далее следуют: заумная, затем - поэтическая, метафорическая речь, изобилующая символами и иносказаниями. Периферии характерны связанные, дискурсивные, логически выверенные рассуждения. Область тени отличается повышенной речевой активностью при минимальной смысловой наполненности речи (обилие прибауток, вводных фраз, слов - паразитов).

Центр - сингулярная точка сферы сознания. Проникновение в нулевое состояние следует за разрывом любого предшествующего. Тем не менее, картины, наблюдаемые в близлежащих к Центру регионах, как, и способы их наблюдения, близки к «центральным», подобно функции, которая превосходит любое наперед заданное число, асимптотически приближаясь к точке своей «бесконечности». Поэтому «параметры» центра можно рассматривать как предельные для глубинного региона. В представлениях путешественников, пребывающих в промежуточной области сочетаются, комбинируются элементы предельных состояний. Доминирование или отсутствие какого-либо из них может служить показателем глубины, радиальности погружения.

1.2, 6.2 По мере удаления от Центра возникает постепенное, неполное и необязательное разделение на фоне и с неизменным условием всеобщего единства. Я могу быть тем и (или) другим; это другое может превратиться, перетечь во что-то третье или неожиданно оказаться им. Мы - целое, но за каждым сохраняется какая-то неуловимая индивидуальность, которая не препятствует, однако, проникновению в чувства и ощущения другого, передаче и приему как части души так и всего ее содержимого.

2.2 Нечто не доступное и не подлежащее определению даже при помощи самых обширных понятий («явление», «процесс», «поток», «образ»), однако несомненное, подлинное, первичное. По мере приближения к периферии становятся различимыми, но остаются изменчивыми и разделенными лишь условно содержания, которые можно интуитивно идентифицировать (как некие комплексы ощущений) и символически назвать.

3.2 Возникает отдаленное и отстраненное видение тонкопричинных проекций событийных цепей (не как совокупностей фактов, а как игр отношений и внутреннего содержимого); возможно их наблюдение на различных

уровнях (в зависимости от глубины погружения), в любом направлении. Возможно также проникновение, вторжение в ту или иную последовательность. Сами ряды не кажутся связанными каузальными зависимостями (хотя последние, несомненно, существуют). Каждое событие даже неосознанно не рассматривается как причина или следствие, но как некая данность. Причина всех событий бесконечно близка ряду, но не сливается с ним, а парит вне его. Происходящее не может быть принуждением, насилием; участие в нем - даже если ход событий становится нежелательным, неприятным и даже трагическим - свободный, невесомый, безмятежный, лучезарный, вдохновенный, энергетически насыщенный полет-танец. Возможно включение в событийный ряд на правах субъекта, однако чем ближе точка фокусировки к Центру, тем более это включение будет незаинтересованным - и действенным.

4.2 Времени как такового еще нет, но появляется нечто подобное беззвучной музыке, в глубинных регионах подобной неизменной аспациональной плоскости, по которой можно, но нет необходимости перемещаться. При приближении к поверхности музыка становится подвижной, плотность ее меняется, возникают потоки, пульсации, чередования.

5.2 Пространственные представления в полярных состояниях противоположны; при фокусировке в промежуточных регионах, в зависимости от глубины, присутствует один из двух взаимоисключающих элементов из групп, свойственных Центру или периферии.

8.2 Переполненность вздымающей, уносящей ввысь, всемогущей и всеобщей, делающей невесомым и не существующим, энергией. Приближаясь к периферии, путешественник сначала растворяется в потоке, затем лишь пребывает в нем, но, тем не менее, испытывает ощущение его силы. (См. также 3.2)

9.2 Парадоксален уже сам факт какого бы то ни было описания содержания глубинных регионов. Повествование чудесным образом минует три стадии своего рождения: опыт, переживание опыта, отображение переживаний - и завершается символом, который «не заключает в себе и не объясняет, а лишь указывает через самого себя на лежащий в стороне, непонятный, лишь смутно предполагаемый смысл»¹⁹.

Опыт пребывания на периферии знаком всем и каждому, поэтому предельно краткие описания 3 и 4 столбцов приводятся для сопоставления с содержанием предыдущих статей.

1.3, 1.4, 2.3, 2.4 Мир - совокупность не имеющих отношения друг к другу, либо взаимно чуждых и враждебных предметов и фактов, каждый из которых предстает в единственно возможном варианте набора своих качеств - и не может быть ничем и никаким иным.

3.3, 3.4 События связаны в четко объяснимые, неразрывные каузальные цепи. Отсутствие какого-либо звена или хотя бы отсутствие сведений о нем порождает чувства дискомфорта, страха, тревоги. Человек может

либо сместить то или иное звено, разрушить его, изменить форму цепи, либо остаться ее узником.

4.3, 4.4 Непременно присутствующие, неизменные интервалы, процессы, чередования. Если интенсивность переживаний для эго может окунуть личность в музыкальную ипостась времени, то для тени эта возможность утрачена, и неминуемым временем называется средство отсчета и сопоставления.

5.3, 5.4 Трехмерное евклидово с фиксированной протяженностью, изотропное, изоморфное, неинтенсивное, существующее в нашем представлении только как набор взаимно соотнесенных отметок в энграммах предметов и явлений, ограниченное, конечное пространство - неотъемлемый фактор мировосприятия. Ни один фрагмент его не может быть удален, заменен или перемещен. Видение из одной точки по законам перспективы. Перемещение - по непрерывной линии со скоростью, не превышающей установленного предела.

6.3 Я - в пределах габаритов и непосредственных действий личности.

6.4 Сужение, зачастую отчуждение Я, утрата контроля над собой и окружающей действительностью. Возможны диффузные изменения личности, чувства внутренней пустоты, отсутствия души и т.п.

8.3 Более или менее вдохновенные, энергичные и - соответственно - успешные попытки реализации желаний.

8.4 Отсутствие или слишком низкий уровень энергии, опустошенность. Желания - лишь повод для разочаровывающих, разрушающих личность переживаний.

Примечания:

¹. В начале XX в. классик психологической науки У. Джемс писал: «Его значение мы знаем до тех пор, пока никто не попросит нас определить его; но дать точный отчет о нем является самой трудной философской работой». В конце века один из ведущих специалистов мира по психологии и психиатрии, С. Крипнер определяет сознание как «гипотетическую конструкцию».

² Тем не менее, психика может показаться организуемой, структурируемой и управляемой сознанием. Так, Узнадзе настаивал на «ненужности понятия бессознательного» [Узнадзе, 1966], К. Г. Юнг приводил в пример интеллектуала, который «даже не знает, что его сознание - это еще не вся психика» [Юнг, 1991].

³«Три тирана Я: внешний мир, сверх-Я и Оно (= бессознательное)» [Фрейд, 1989]

«Сознание представляет возможность эмансипации интеллекта от воли» Автор этого выражения, предвосхитивший целый пласт мировой мысли XX в. (от психоанализа до трансперсональной психологии и новых научных парадигм), Э. фон Гартман, имел в виду «отрешение интеллекта» от мировой воли, победа над которой - «последняя цель Бессознательного». О свободе сознания от бессознательного не может быть и речи, ибо «находящаяся и по ту и по сю сторону сознания есть все-таки мышление; и на сколько далеко имеет сил это тождество по существу, на столько и идет возможность согласия, истины, познания». [Гартман, 1873]

Кьеркегор называет болезнью отчаяния отсутствие «погружения Я через собственную прозрачность в ту силу, которая его (Я) полагает» - и различает три «образа» болезни. Первый - отчаявшееся неведение, в котором человек менее всего сознает свою духовность. Второй - отчаяние-слабость может принимать формы отчаяния в вечном (или герметического) и отчаяния во временном, когда «имеется некоторая степень внутренней рефлексии», но человек «поворачивается спиной к тому внутреннему пути, которым ему надо было следовать, чтобы быть

действительно истинным Я»; при герметическом отчаянии Я занимается вечным, нисколько не продвигаясь в него. Третий «образ» – демоническое отчаяние-вызов, когда Я «отчаянно желает, выступая собственным творцом, создать из своего Я то Я, которым оно желало бы стать» «навязать это Я силе, которая его создала, сатанически упереться против нее» [Кьеркегор, 1993]. Самая насыщенная, и напряженная форма отчаяния вплотную примыкает к нищезанской идее о сверхчеловеке, подменяющей истинное и, в некотором смысле, божественное Я коррелятом воли и интеллекта, сражающимся с низменной натурой человека, но зависящим от нее и ей подчиненным [Ауробиндо, 1992]. К. Г. Юнг, основываясь на клиническом материале, квалифицировал смертельную болезнь отчаяния как источник «проблем, которые сопровождают жизнь культурного человека и без которых его жизнь вообще невысказима»: расщепление человеческого существа, разрыв между глубинными регионами психики и ее поверхностью, конфликт рационального и вне-рационального. Суть этого «непереносимого противоречия»: редуцированное к рации Это представляется автономным и противопоставляется бессознательному. Вместо продуктивного творческого внутреннего диалога (самопознания, индивидуации), Я – сознание объявляет войну невидимому, неуязвимому и неотступному противнику – бессознательному. Постоянно тлеющее внутреннее напряжение, череватое неуправляемыми эмоциональными вспышками, усугубляется психической неустойчивостью (отсутствием глубинной, интуитивной аксиологической опоры).

⁶ Платон проводит «эксперимент» с рабом и доказывает: познание – ни что иное как припоминание сущностей из трансцендентного мира, близость которому – единственный критерий истины. («Менон», [Платон, 1994]). В «Федоне» утверждение принадлежности оснований мышления миру идей вводится как несомненное. 23 века спустя Хайдеггер «прозревает сущность мышления как отрешенность». К. Г. Юнг, определяя сознание как «отступление от инстинкта и противопоставление ему себя», показывает, что коллективное бессознательное – хранилище архетипов – является глубинным источником как сознательных представлений, так и смыслообразующей, символопорождающей способности сознания. [Юнг, 1994] «Дремлющая в коллективном бессознательном» интуитивно постигаемая идея, «изначальный образ» или «частичная душа» проявляется в субъекте, вырастая в стороне от мышления и застав его врасплох. [Юнг, 1996]

⁷ Большинство «разбирающихся с бессознательным» (замечательное выражение Юнга, как нельзя лучше описывающее деятельность психологов и психотерапевтов) – находится в положении узников платоновской пещеры. Фрейд писал: «Бессознательный процесс мы должны предположить, выводя его из его воздействий, ничего не зная о нем самом» [Фрейд, 1989]

⁸ Если можно определить беспредельное.

⁹ Концепция **радиальной структуры сознания** с тремя зонами: **центром, промежуточной и периферийной** соответствующими трем фундаментальным состояниям: **нулевому, континуальному и дискретному** основана на классификации трансперсональных переживаний С.Грофа [Гроф, 1994], "Спектре сознания" К. Уилбера [Уилбер, 1990], дискретно-континуальной модели В.В.Налимова [Налимов, 1984], радиально-тангенциальных представлениях Тейяра де Шардена, восходящих еще к Платону и Плотину и использует понятие поля сознания ([Спивак, 1996][Налимов, 1978]). Радиальная структура существенно отличается от своих основных предшественниц: Гроф классифицирует содержание переживаний и образные ряды, К. Уилбер рассматривает уровни самоидентификации личности. Ни тот ни другой не ставят проблему дифференциации способов мышления, решая которую, В.В.Налимов определил два из трех фундаментальных состояний сознания как **дискретное и континуальное**, хотя в статье, посвященной разработке дискретно-континуальной модели, как и в других работах, упоминается «семантический вакуум». Тем не менее, В. Налимов не выделяет его как особую реальность сознания. Кроме того, противопоставление автором модели дискретного континуальному – отголосок или прямое следствие *болезни отчаяния* (см. пр.5).

К радиально-тангенциальным описаниям (не имеющим, казалось бы, прямого отношения к сознанию) Тейяр де Шарден прибегает дважды. Во-первых, когда необходимо выделить радиальную, стратегическую движущую силу эволюции, которая, вопреки тангенциально – естественному стремлению к равновесию и простоте приводит к усложнению физических и биологических систем, причем система высшего порядка принципиально, до неузнаваемости отличается от конструирующих ее систем порядка низшего [Тейяр, 1987]. Во-вторых, когда речь идет о "единственной интеллектуально приемлемой и мистически удовлетворительной форме пантеизма",

в которой все элементы восходят к Центру Центров Омеге и завершаются в нем [Тейяр, 1992]. В первом случае радиальное является синонимом Божественного участия в процессах физического плана бытия. Во втором радиальна связь Божественного и тварного. Ту же совокупность влияния и соотношенности имеет в виду Плотин [Плотин, 1994], когда пишет о системе радиусов, берущих начало в Первоедином. Переводя воззрения Тейяра и Плотина на язык новой парадигмы и "вечной философии" и структурируя карту сознания в радиально-тангенциальной координатной системе, получим соответствие зон и состояний сознания: нулевое – центральной точке, континуальное с примесью дискретного – промежуточной области и дискретное – периферийному слою. В последнем, несомненно, воздействия континуального компонента существенны (хотя и не всегда ощутимы), но способ мышления остается, тем не менее, каузально – логическим, т.е. дискретным (см. напр. [Джемс, 1902]).

^Д Центр (= Абсолют = Первоединый = Омега = Mind = Сверхпустота / шунья = Брахман) – высшая зона сознания, бесконечно малая точка и бесконечное, бесконечное, вездесущее и нигдесущее, неизмеримое и неисчислимое бытие. Неопределимая по сути своей реальность Центра не может быть отнесена ни к физическому ни к психическому миру, однако является конструктивной основой [Уилер, 1990] и источником энергии образования и преобразования [Тейяр де Шарден, 1987] обоих миров. Не предусмотренное психологическим подходом утверждение абсолютного онтологического статуса Центра необходимо в междисциплинарной концепции радиальной структуры Сознания. Психофизический (вне-психический и вне-физический) Центр трансцендирует пределы личного, пространственно-временные соответствия, каузальные связи. Нулевое состояние и абсолютное мышление центральной зоны едино, монолитно, сверхсущностно, неизменно, беспрецедентно, не имеет аналогий и не допускает компановки с иными состояниями и реалиями психики, включая в себя, однако, любую реальность – как физическую, так и психическую.

¹ В промежуточной зоне, соответствующей коллективному бессознательному Юнга и трансперсональному участку спектра Уилбера, по мере приближения к центру, доминирует континуальное состояние сознания. Символическое мышление, погружаясь в "потоки сознания", взаимодействует с мана, пнеумой, праной, ци, участвует в синхронных и психотропных явлениях.

Периферийному слою соответствует отличное от континуального, но не противопоставляемое ему дискретное состояние. Дискурсивное мышление, представляемое в иных рассмотренных самодостаточным, автономным и приоритетным, «происходит» [Джемс, 1902] под воздействием глубинных областей.

^В Континуальным и дискретным (см. напр. [Налимов, 1978], [Налимов, 1984]) можно, используя слова скорее как метафоры чем как символы, назвать взаимно дополняющие компоненты мышления или способы существования (фундаментальные состояния) сознания. Эти "термины" (как, впрочем и иные описания) позволяют лишь понять (почувствовать) о чем идет речь, и не являются окончательными или обязательными. Р. Джан и Б. Данн называют "волновым" [Джан, 1995], У.Джемс "потоками" и "полями" [Джемс, 1902] то, что В.Налимов имеет в виду под "континуальным" – в противовес "корпускулярному" (= "дискретному"). "Континуальное" можно толковать как "континуальную реальность" или "континуальное восприятие". Только первое толкование может быть приемлемым. Второе – нежелательно, ибо континуальное восприятие семантического поля с находящимся на нем множеством точек или участков семиотически фиксированного смысла не даст, к примеру, иного значения кроме "сумерки" для "пресветлой тьмы" Дионисия Ареопагита. С точки зрения автора, более удачна "пневмодинамическая" дефиниция: "ламинарное – турбулентное". Символ ламинарное интегрирует "потоки сознания" Джемса, "дух" Юнга, "континуальное" Налимова. Турбулентность – физическая метафора майи; регулярная (установившаяся) турбулентность дискретна в смысле геометродинамики Уилера, рассматривающего дискретную частицу как "возбужденное состояние самой геометрии" [Уилер, 1970] и символизирует как самоорганизацию спонтанного сознания (см. [Налимов, 1989], [Налимов, 1993]), так и подобное ему квантовое самосинтезирование мира [Wheeler, 1988].

^Ж «По образу Нашему, по подобию Нашему»

^Б Измененные состояния сознания – «неотъемлемая составляющая нормальной психической деятельности здорового человека» [Спивак, 1990] – становятся в наше время настолько распространенным и общепринятым явлением, что в пору, вслед за

У.Джемсом [Джемс, 1910] , констатировать существенное расширение границ нормы, и термины "неизмененное" и "измененное состояние" применять лишь условно. (См. также, [Налимов, 1984], [Майков, 1987], [Уилбер, 1998]). Более того. Если фокусировка в дискретном слое вызывает десинхронизацию альфа-ритма (после состояния глубокой релаксации или медитации), то можно ли считать состояние «требующее внимания и решения задач» [Прибрам, 1975] нормой психики?

⁵ [Лао Цзы, 1972]

⁷ И философские и психологические аспекты составляют неделимый комплекс со кратовой интенции «познай себя».

⁸ На неизбежности растворения личности в Божественном Абсолюте настаивал Б.Спиноза [Спиноза, 1957]. Шеллинг считал это осмысление опыта точкой зрения и притом иллюзорной, полагая, что Спиноза объективирует созерцание самого себя [Шеллинг, 1989]. Эту заочную полемику мог бы разрешить Шанкара. "Познавший Брахмана есть Брахман" - вербальное уравнение, в котором "левая" и "правая" части эквивалентны [Шанкара, 1995]. Традиция веданты отождествления познавшего с Абсолютом восходит еще к Упанишадам, а Вивекананда даже речение Иисуса "Я и Отец - Одно" трактует как призыв к отказу от объективации Божественного [Вивекананда, 1993]. Этот призыв недвусмысленно звучит со страниц работ Джемса и Юнга ([Джемс, 1910], [Юнг, 1991]).

⁹ [Юнг, 1994] .

¹⁰ [Меграбян, 1962] .

ЛИТЕРАТУРА:

Гхош Ауробиндо "Человеческий цикл", Казань 1992

Вивекананда "Практическая Веданта", М. 1993

Гартман Э. «Сущность мирового процесса (философия Бессознательно-го)», М. 1873

Гроф С. "Путешествие в поисках себя", М. 1994 **Гроф**

С. "За пределами мозга" М. 1992. Декарт Р. Сочинения

Казань, 1914. **Джан Р., Данн Б.** "Границы реальности",

М, 1995. Джемс У. "Научные основания психологии",

СПб 1902 Джемс У. "Многообразие религиозного опыта"

М. 1910 **Кьеркегор С.** "Страх и трепет" МЛ 993

Лао Цзы «Дао Дэ Цзин» // «Древнекитайская философия», М. 1972

Майков В.В. "Проблема интеграции сознания в трансперсональной психологии"// Философские науки, 1987, N 9. **Меграбян А.**

«Деперсонализация», Ереван, 1962.

Налимов В.В. "Непрерывность против дискретности в языке и мышлении", Тбилиси 1978

Налимов В.В., Дрогалина Ж.А. "Вероятностная модель бессознательно-го"// Психологический журнал, 1984, т. 5 N 6. **Налимов В.В.** "Спонтанность сознания" МЛ 989 **Налимов В.В.** "В поисках иных смыслов" МЛ 993

Плотин. Избранные трактаты. МЛ 1994.

Прибрам К. «Языки мозга», М. 1975.

- Спивак Д.Л.** "Матрицы: пятая проза"// Родник, 1990, N 9.
- Спивак Д.Л.** «Измененные состояния массового сознания», С-Пб, 1996.
- Спиноза Б.** Избранные произведения в 2-х тт. М. 1957
- Тейяр де Шарден П.** "Феномен человека", М. 1987
- Тейяр де Шарден П.** "Божественная среда", М. 1992 Узнадзе Д.
«Психологические исследования», М. 1966
- Уилер Д.А.** "Предвиденье Эйнштейна" МЛ 970
- Уилбер К.** "Вечная психология: спектр сознания"// в сб. "Глобальные проблемы и общечеловеческие ценности", М. 1990
- Уилбер К.** «Никаких границ» М., 1998
- Фрейд З.** «Введение в психоанализ», М. 1989
- Шанкара** "Перлата на различаването", София 1995
- Шеллинг Ф.В.И.** Соч. М. 1989 Юнг К.Г. "Архетип и символ", М. 1991
- Юнг К.Г.** "Психология бессознательного", М. 1996
- Юнг К.Г.** "Проблемы души нашего времени", М. 1994
- Wheeler J.A.** "World as system selfsynthesized by quantum networking",
//IBM J.Res.Develop.,vol. 32N1, Jan 1988.
-

КАРТОГРАФИЯ И НАВИГАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ "ПУТЕШЕСТВИЙ СОЗНАНИЯ".

Н.Кудряшов, член БПА, Санкт-Петербург

1. Введение.

Вопросы картографирования и навигационного обеспечения "путешествий сознания" требуют комплексного подхода (1).

Видимо, только с и н т е з многообразных, даже методически отличных разработок в этой области, способен обрисовать всю многоуровневость, многогранность, многовариантность затронутого вопроса и создать некую условную "единую многомерную динамическую голографическую модель" сознания, удовлетворяющую различным моделям мира и описываемую в терминах научных, философских и исследовательских школ (2). В истории человечества эта мысль не нова. Об этом же говорил, например, древний философ Платон и многие другие исследователи.

Эта "единая модель сознания" называлась во все времена по-разному, но неизменным оставалось одно - стремление человека понять, что же такое сознание, ответить на вечные вопросы: "В чем смысл жизни?".

Достоянием человечества являются разные ответы на этот вопрос. Один из них - точка зрения приверженцев материалистического направления науки на понятия "сознание" и "путешествия сознания".

Материалистическая психологическая парадигма, например, рассматривает любой набор переживаемых качеств, характеризующих картографию состояний "путешествующего сознания", то есть состояний, неадекватных обыденной сфере образов человека, как набор симптомов, как диагноз, требующий подхода с точки зрения клинической психиатрии (11).

Такая точка зрения действительно корректна в том случае, если "путешественник" не имеет возможности контролировать свое состояние, не владеет механизмами, позволяющими ему достигать нужного состояния сознания и возвращаться по своему усмотрению к привычному описанию мира. В остальных случаях подход классической психиатрии не совсем корректен.

Тем не менее, такой подход обладает сверхценностным содержанием с точки зрения "техники безопасности" при работе с "путешествиями сознания".

Накопленный в клинической психиатрии опыт способен, при необходимости, предоставить качественный материал для оценки предполагаемых "сфер" "путешествий сознания" с точки зрения определения границ "путешествий", за которыми могут последовать патологические изменения как психики, так и соматики, то есть "срабатывают" генетические биологические "предохранители" организма, "располагающиеся" на границах диапазона существования материального мира в целом и материального тела человека в част-

ности. Человека, как микромоделю вселенной. Не будет лишним следующее добавление: при помощи этих данных определяются границы "единой многомерной динамической голографической модели сознания", доступной в восприятии человеку, живущему в материальном мире. Те самые границы, "пересечение" которых будет зафиксировано "путешественником" в качестве определенного, спроецированного в психическую и телесную организации, "сигнала опасности".

Такой материал будет рассмотрен ниже. Начну с другого.

2.История взглядов на понятие "сознание" (6,7).

Развитие философии и психологии привнесло в жизнь разделение понятия "сознание" на понятия "осознаваемое" и "неосознаваемое" человеком, тем самым значительно расширив сферу "путешествий сознания". Исследователи паранормальных явлений, получив доступ к различным современным галлюциногенным и психоделическим веществам, к современным методикам, изменяющим соотношение химических элементов в организме и приводящим к изменениям состояния сознания, к "путешествиям сознания", описывают целые "области путешествующего сознания", доступные в восприятии сенсорными системами человека. Многие из этих наблюдений соответствовали тому, что отмечали в своих наблюдениях древние мыслители и апологеты философских и религиозных школ.

Обратимся к трактовке психических явлений древними исследователями и рассмотрим динамику изменения их взглядов с течением времени. Основа сознательных действий человека во времена Гераклита обозначалась термином "логос" (слово, мысль, знание, сущность вещей), а психические процессы идентифицировались с материальными: с движениями воздуха, атомов и так далее .

"Своеобразие актов сознания сравнительно с материальным бытием вещей", - позже добавлял Сократ, и оба они описывали мир с точки зрения, которая сегодня хорошо понятна исследователям "путешествующего сознания". Через некоторое время "маятник человеческой мысли" в разработках ее лучших представителей "качнулся" в другую сторону и разъединил идеальное и материальное.

"Объективное содержание психических актов представляет особый мир идей, противоположных всему материальному. Бестелесный разум является перводвигателем, источником гармонии, силой, способной адекватно мыслить самое себя. В каждой индивидуальной душе человека ум созерцает самого себя и является активным началом, регулирующим человеческое поведение", - сформулировал Платон. Его современник ответил ему в полемическом откровении: "Платон мне друг, но истина - дороже".

Существовали и более интересные точки зрения на понятие "сознание".

"Сознание - способность человека иметь знание о собственных умственных и волевых актах. Оно соотносится с функционированием организма, в котором пневма (материальный носитель психики) может локализоваться в различных частях тела", - последователь мифического Асклепия и легендар-

ного Гиппократ Гален выразил свою мысль достаточно откровенно. Постепенно идеалисты все громче заявляли о себе и о своем взгляде на мир.

В средние века сознание трактовалось как Бог, надмировое начало, которое существует до природы и творит ее из ничего, а разум рассматривался как атрибут Бога. Человеку же оставалась "искорка" всепроникающего пламени Божественного разума.

"Все знание заложено в душе, которая живет и движется в Боге. Основанием истинности знания является внутренний опыт: душа поворачивается к себе, постигая с предельной достоверностью собственную деятельность", - говорил о душе и о осознании ее задач в мире Св. Августин.

"Опыт - средство самоуглубления и общения с Всевышним в форме сознательного разума. Интенция - особая операция сознания, выраженная в его направленности на внеположный объект (интенциональный образ)", - вторил ему Фома Аквинский. Все больше и больше сознание связывалось с внутренним осознанием мира.

"Сознание - внутреннее созерцание субъектом содержания собственного внутреннего мира, как непосредственной субстанции, открытой лишь для созерцающего ее субъекта и противостоящей пространству мира", - отметил Декарт.

"Сознание - особая функция мозга, отличная от других его функций тем, что благодаря ей человек способен приобретать знания о природе и о самом себе", - подтверждали Лейбниц и Ламетри.

"Чувственные восприятия и содержания сознания индивидуального субъекта зависят от форм и структур познания, независимых от него", - детализировал Кант в разработках по трансцендентальной апперцепции.

Не оставались в стороне и вопросы связи сознания с общественными формами жизни.

"Сознание личности (субъективный дух), связанное с объектом, определяется историческими формами общественной жизни, являющимися воплощением объективного духа", - определил взаимоотношения субъективного и объективного и их связей с социумом Гегель.

Современные исследователи более точны и затрагивают тему причинно-следственных аспектов существования сознания:

"Чувства возникают благодаря наличию сознания, воспринимающего воздействие окружающего мира на нас и формирующего наше поведение", - отметил Е.Файдыш в своей монографии (13), несколько с другой стороны осветив вопросы, рассматриваемые в бихевиоризме.

Связью сознания и движения тела интересовались и российские ученые:

"Все бесконечное многообразие мозговой деятельности, то есть деятельности сознания, сводится в конечном итоге к одному, к мышечному движению", - утверждал И.Сеченов в своем учении о рефлекторной деятельности мозга (4).

Как видим, древние и современные исследователи с разных точек зрения описывали понятие "сознание", отмечая ту или иную его грань, наиболее ярко представленную в их индивидуальных моделях мира.

Все они, и каждый из них в отдельности, не могут быть не правы, ибо их мысли есть следствие глубоких раздумий не просто отдельных талантливых людей, но поисков всего человечества. Поисков смысла жизни, понимания этого смысла человеком разумным.

Гипотетически предположим, что все приведенные выше формулировки имеют смысл в определенном контексте, что сознание обладает всеми вышеперечисленными свойствами.

Уже само по себе, такое предположение необычно! Может быть, даже граничит с гениальностью! Но в любом случае оно накладывает на высказавшего его огромную ответственность! Как объединить иногда даже противоречащие друг другу точки зрения?

Возникает новая проблема, проблема создания единой концепции, способной к удовлетворительному описанию понятия "сознание" в различных моделях мира. Как всегда, для ее разрешения нам поможет "закон парадоксов". Вспомним А.С.Пушкина: "... и гений - парадоксов друг".

Как это ни парадоксально, но к созданию "единой модели сознания", единой концепции сознания наиболее близки исследователи материалистической парадигмы мира. Их скрупулезные описания понятия и его функций предоставляют предварительную, но достаточно точную информацию по затронутой теме.

3. Сознание с точки зрения материалистической парадигмы.

"Сознание - понятие, обозначающее высший уровень психической активности человека как социального существа, отражающий реальность в форме чувствительных и умственных образов, предвосхищающий практические действия человека и придающий им целенаправленный характер, обуславливающий творческие преобразования действительности в сфере практики, а также в виде представлений, мыслей, идей и других духовных феноменов", - сказано в "Философском словаре" 1983 года выпуска, "на пике" философской материалистической мысли России (5).

"Сознание - свойство мозга, свойство высокоорганизованной материи", - не без оснований утверждается там же. - "С помощью сознания человек вовлекает в сферу новых форм своих взаимоотношений с действительностью новые предметы".

"Содержание сознания запечатлевается в продуктах культуры при помощи языка и других знаковых систем, приобретая форму идеального и выступая как знание.

Мозг становится органом сознания при вовлечении человека в общественную жизнь, при усваивании исторически выработанных форм культуры, потенциалов, передающихся по наследству задатков, которые реализуются в

процессе обучения и воспитания, то есть в процессе совокупного социального воздействия.

Сознание - функция сложноорганизованного мозга, которая формировалась по мере совершенствования структуры деятельности и социальных отношений, а также связанной с этим знаковой коммуникации.

Сознание - отношение субъекта к среде. Сознание невозможно изолировать от явлений общественной жизни".

Многие постулаты материалистической парадигмы напоминают нам об исследованиях древних мыслителей.

"Сознание выступает как осознанное бытие, субъективный образ объективного мира, субъективная реальность, как идеальное в противоположность материальному и в единстве с ним. Предметы, их свойства и отношения существуют в нем в форме образов - идеально; идеальное выступает как продукт деятельности мозга, как субъективный образ объективного мира", - говорит о соотношении субъективного и объективного материалистический подход.

"Одной из функций сознания является мысленное построение действий и предвидение их последствий, контроль и управление поведением личности, способной отдавать себе отчет в том, что происходит в окружающем и в собственном духовном мирах.

Сознание включает в себя отношение субъекта к философским, научным, политическим, нравственным, эстетическим, религиозным и другим ценностям, а также к самому себе, выступая в качестве самосознания, имеющего социальную природу.

Сознание имеет различные системные уровни, представляющие степень его отчетливости или ясности. Они диагностируются по самоотчетам и по характеру ориентации в окружающей действительности и выражаются в переходах от сосредоточенности на объектах мысли и действий, о которых имеются отчетливые знания, к потере или подмене предмета мысли.

Сознание неотделимо от внимания".

Это основные постулаты материалистической парадигмы в отношении понятия "сознание". В этой же парадигме исследуются взаимосвязи сознания и тела человека.

"Формированию сознания человека предшествовал длительный период психологического развития животных, у которых имеются зачатки интеллекта как особой формы рассудочной деятельности, остающейся, однако, неосознанной. Эта форма соответствует уровню организации живой материи, связана с развитием нервной системы в условиях приспособления организма к изменяющейся внешней среде, служит регулятором адаптивного поведения и обусловлена биологическими закономерностями" (5).

Вопросы неосознанной психической деятельности животных более подробно изучались в бихевиоризме.

4. Бихевиоризм ("поведение") и понятие "сознание".

В основе бихевиоризма лежит понимание поведения человека и животных как совокупности двигательных и сводимых к ним вербальных и эмоциональных ответов (реакций) на воздействия (стимулы) внешней среды.

Учение возникло на основе экспериментальных исследований психических функций животных и человека, телесная организация которого рассматривается в этой работе как высшее эволюционное звено царства животных.

Согласно бихевиоризму, у тела человека при рождении имеется относительно небольшое число доступных стереотипов поведения, обеспечивающих дыхание, глотание, примитивные движения. По мере роста организм осваивает более сложные двигательные стереотипы и усложняет свое поведение.

Сознание ребенка с годами, после того как зарастает родничок на макушке, начинает "засоряться" определенными поведенческими ролями, личинами, которые он подбирает как ключи в новых для него ситуациях в жизни. Подобрал - повезло, нет - наказание. Личины-ключи "дробят" единую модель мира и одновременно помогают создавать, образовать "пленку" его восприятия: вот так в этом случае устроен мир, и никак иначе. Ребенок учится воспринимать мир с помощью самого себя, окружающих людей и мира.

Срабатывает "закон эффекта": удачная реакция закрепляется и впредь имеет тенденцию к воспроизведению, неудачная приводит к повторению негативного воздействия, повторению использования метода "проб и ошибок", к повторению "слепых" проб до тех пор, пока одна из них не приведет к положительному результату.

Закрепление реакций подчиняется "закону упражнений" или "закону автоматизма телесных реакций": многократное повторение одних и тех же реакций в ответ на один и тот же стимул приводит к его запоминанию телом и бессознательному воспроизведению в соответствующей ситуации.

Бихевиоризм не рассматривал такие фундаментальные понятия психологии как сознание, мышление, воля и подвергся справедливой критике (8). Тем не менее его методические рекомендации используются до сих пор в прикладных областях двигательного развития человека.

5. Динамическая модель "телесного сознания".

Для того, чтобы понятия "сознание", "картография состояний сознания".

"навигационное обеспечение путешествий сознания" обрели функциональный, а не абстрактный смысл, рассмотрим один из способов изучения модели окружающего мира, основанный на телесном движении человека. Выбор такого способа изучения модели мира базируется на интересе к нему ряда отечественных и зарубежных специалистов в области философии, психологии, медицины (4,6,7,10,12,13,17).

"Движение - это определенный способ общения, это сигнал о том, каким является текущий жизненный опыт, как организован мир в данный момент ... Каждое такое послание, переданное в звуковой гамме, в движении и

т.д. должно быть осознано, определена его связь с внутренним состоянием человека", - говорят современные исследователи нейро-лингвистического программирования сознания (18).

Любое движение человека связано с динамическим осознанием образа тела и структурирует деятельность психического уровня организации человека в соответствии с выбранным или неосознаваемым законом изменений.

Я убежден, что по нюансам движения человека можно определить, в каком состоянии находится его сознание.

Прежде чем раскрыть высказанный мною постулат, необходимо обозначить границы предмета исследования. Что же такое сознание?

К сожалению, современная литература по психологии не дает однозначного определения термина "сознание", несмотря на многогранное его описание (9). В Государственном Университете Санкт-Петербурга даже существует шутка: "Психфак (то есть психологический факультет) определенных не дает". Поэтому я попробую это сделать, базируясь на разработках материалистического направления психологии, трансперсональной психологии и на собственном мировоззрении.

6. Что такое сознание?

Естественно, эта тема потребует достаточно длительных логических рассуждений.

Материалистическая парадигма рассматривает сознание как продукт высокоорганизованной материи, то есть, прежде всего, центральной нервной системы и как эпифеномен физиологических процессов в головном мозге, утверждая, что сознательность присуща только живым организмам и что сознание "производится" головным мозгом (11). Существует мозг - существует сознание, и наоборот.

Это заявление основывается на большом числе наблюдений в клинической и экспериментальной неврологии и психиатрии, указывающих на тесную связь между различными аспектами сознания и физиологическими или патологическими процессами, такими, как реакции на травмы, контузии мозга, кислородную недостаточность, опухоли или инфекции, приводящие к потере сознания, характерным его изменениям или искажению сознательных процессов.

Успешное нейрохирургическое или иное медицинское вмешательство в этом случае может вызвать отчетливое клиническое улучшение (11). Мозг опять начнет обеспечивать качественную работу сознания, а физиологические процессы будут протекать в соответствии с их жизненной заданностью.

Все это убедительно доказывает, что головной мозг непосредственно связан с реализацией психических и физиологических процессов. В его функциональные задачи, в частности, входит инициация определенной динамики их развития на основе двигательных программ, хранящихся в генетическом банке данных. Если обозначить эти двигательные программы как "природные психические энграммы", то мозгу может быть присвоен статус ана-

томического представителя механизма реализации определенных динамических природных программ, накопленных генами тела в процессе эволюции и обеспеченных психической поддержкой.

Естественно, что любые отклонения в нем могут отразиться на качестве реализации, то есть на качестве функционирования мозга.

Если правильно устранить "дефект", качество реализации опять улучшится (11). Нарботки медицины в этой области достаточно хорошо известны специалистам.

Данная формулировка является ключевой для понимания логики развития психических процессов в системе целостного движения и достаточно удовлетворительна для первого этапа понимания некоторых феноменальных явлений, свойственных деятельности мозга.

Расширим сферу предложенного определения и несколько переориентируем его. Мозг может быть анатомическим представителем не только механизма реализации "природных психических энграмм", но и механизма "трансляции" таких двигательных программ в качестве двойной поглощающе-излучающей системы, одной из многих двойных систем, которыми представлены многоуровневые структурные организации в материальном мире.

Такой подход, несмотря на существенные натяжки с точки зрения научного подхода, позволяет существенно расширить возможности описательного механизма в отношении мозга и его функциональных обязанностей и в качестве гипотезы может быть рассмотрен в рамках рассматриваемой мной проблемы.

Обратим внимание на отдельные нюансы общепринятой формулировки материалистического мировоззрения, в частности на то, что сознание является продуктом мозга и его функционирование можно объяснить в терминах церебральной анатомии и физиологии.

Расширяя границы рассмотрения вопроса, я обнаруживаю, что взгляд материалистического направления нейрофизиологии достаточно точен с точки зрения трансперсонального психолога, способного рассматривать вопросы, выходящие "за пределы личности" и готового к трансцендированию понятий "пространство" и "время". Точен в том случае, если учесть, что терминам, смысловое значение которых в разных контекстах может варьироваться вплоть до диаметрально противоположного, присваивается определенное смысловое значение.

Следует отметить, что практически все формулировки материалистического взгляда на мир обладают несколькими уровнями прочтения и в буквальном смысле слова "объективируют материальный мир", "заземляют" его. Воспользуюсь этим их свойством в отношении понятия "сознание".

Расширим значение формулировки, не выходя из контекста ее первоначального смысла. Если рассматривать сознание как продукт высокоорганизованной материи, и при этом понимать, что этот продукт обладает динамическими характеристиками (вряд ли кто сможет представить себе "статичное сознание" потому, что мир постоянно меняется, а сознание отождествляет эти изменения), то он вполне может идентифицировать состояние вещества,

называемое "высокоорганизованная материя" как проекцию многоуровневых динамических структурных образований вселенной в тело человека.

Об этом же говорят практически все древние эзотерические источники.

Человек, по их утверждению, является микрокосмической моделью окружающего мира а его тело создано "по образу и подобию Бога".

Условно обозначим всю гамму динамических структурных образований вселенной в качестве "динамической голограммы вселенной" и сформулируем некоторые постулаты.

В состоянии "нормального состояния сознания" мозг человека может обеспечивать качественную обработку проекций "динамической голограммы вселенной" в ее микрокосмическую область: в область функциональных реакций мозга, идентифицирующих объективную реальность.

Вспомним формулировку материалистической парадигмы: "Сознание выступает как субъективный образ объективного мира, субъективная реальность. Предметы, их свойства и отношения существуют в нем в форме образов - идеально; идеальное выступает как продукт деятельности мозга, как субъективный образ объективного мира".

Добавлю: этот образ должен быть соотнесен с трехмерной, когнитивной, перцептивной, механистической моделью мира. Иначе сработают "биологические предохранители" в геномном наборе ДНК и человек может стать клиентом психиатрической клиники.

Столкнувшись в своей жизни с целым рядом феноменальных явлений, связанных с сознанием, я сделал вывод о том, что трехмерная модель мира не является его единственной моделью, идентифицируемой сознанием.

Исследованиями установлено, что клинически мертвый человек, у которого телесные биологические "предохранители" утратили функциональное влияние на сознание, часто способен воспринимать, окружающую его тело ситуацию извне, в большем диапазоне восприятия, чем обычно, в полном сознании, расширяющемся за пределы личности и трансцендирующем границы времени и пространства, понятия материи (11,12,16). Такое состояние сознания во многих исследованиях названо "измененным состоянием сознания" (10,12,14,15,17).

"Измененные состояния сознания" (ИСС), изучаемые в трансперсональной психологии, по утверждению психологов материалистического направления в большинстве своем представляют собой искаженные или неполноценные версии правильного восприятия объективной реальности и имеют спорную онтологическую и даже гносеологическую релевантность на уровне перцептивной, когнитивной, трехмерной, механистической модели мира.

Данная формулировка предельно корректна с учетом последнего заявления. Честь и хвала тем, кто придерживается этой точки зрения!

Но мы можем выйти за пределы этой формулировки, за пределы этой модели мира и отделить понятия "искаженные" и "неполноценные" версии восприятия объективной реальности от понятий "энерго-информационные" (17), "адекватно-многоуровневые" (2) способы восприятия объективной реальности. То есть мы можем проделать "обратную работу" по отношению к

материалистическому способу восприятия мира. Вспомним, что формулировки материалистического мировоззрения "объективируют", "заземляют" многогранность, многовариантность прочтения многих терминов. Может быть, есть смысл выйти за пределы "объективной реальности" или расширить диапазон объективирования?

Именно поэтому читателю предлагается следующий вывод автора этой работы: "Объективная реальность может быть соотнесена с любым способом восприятия мира, с любой моделью мира, если они не отрицают ее и способны к адекватному ее описанию". В этом случае требуется иная формулировка понятия "сознание". О ней чуть ниже.

Измененные состояния сознания в настоящий момент времени исследуются целым рядом отечественных и зарубежных специалистов, и в этой области существует немало интересных открытий. В настоящее время введен еще один термин - "расширенные состояния сознания" (РСС) (10,14).

Трансцендирование смысловых границ понятий "время", "материя", "пространство-время", "объективная реальность" - ключевое звено в дальнейших логических построениях данной работы. Внимание исследователей РСС направлено именно на эти аспекты.

Остановлюсь на затронутом вопросе.

Современные исследования показали, что по мере того, как человек познает глубины вещества и свойств физического мира, понятие материи как "твердой" субстанции уже на уровне атомарных структур постепенно "исчезает", оставляя только наше опосредованное представление о ней в качестве математических формул и архетипических паттернов, в том числе в качестве категорий пространства, времени, ощущаемых, видимых, слышимых свойств итак далее.

Это тоже новая для человечества парадигма, которую еще предстоит осознать (10). В области определения сознания как нормального или ненормального в связи с вышесказанным тоже существуют значительные разночтения. Из-за поддержки рядом специалистов материалистической парадигмы и отождествлением ее с точными, объективными описаниями реальности, традиционная психиатрия определяет нормальность как перцептивное и когнитивное соответствие механистическому трехмерному мировоззрению.

Новая парадигма рассматривает эту точку зрения как одну из возможных проекций виртуальной, то есть как минимум четырехмерной реальности в наш трехмерный мир.

На основании вышеизложенного следует констатировать факт того, что вопросы, связанные с сознанием, в истоках своих непосредственно граничат с пониманием законов существования материального мира, воспринимаемого нами посредством резонирования сенсорных систем обработки информации в каналах ее ввода-идентификации-вывода.

В связи с этим хочется сказать то, что человечество еще не готово к серьезному изменению научных парадигм потому, что изменения могут затронуть законы существования материального мира.

Серьезное изменение научных парадигм, трансформирующих представление о природе реальности, может трансформировать саму реальность. Не будем забывать об этом. И те, кто не жалея сил, энергии, потенции, отстаивают материалистическую парадигму, не "зря едят свой хлеб": материальный мир пока еще существует... . Хотя, лично мне кажется, что настала пора расширить диапазон восприятия мира, не разрушая законов его материальной составляющей, "оставив" их тому, кому они необходимы.

Сформулирую некоторые выводы.

Сознание в его "работоспособном" состоянии способно рассматривать окружающий мир с точки зрения онтологической и детерменистической адекватности, а при определенных условиях с точек зрения измененного и расширенного восприятия окружающего мира (14), идентифицируемых в материалистической психологии как "искаженное восприятия мира".

На самом деле "искажения мира" как такового в этом случае не наблюдается. Речь идет о расширении диапазона восприятия мира, прежде всего, о расширении сенсорного обеспечения при восприятии его информационной составляющей или о невозможности это сделать по целому ряду причин.

С учетом вышесказанного, не будет странным предположение, что сознание является универсальным связующим принципом космических явлений. Это предварительный вывод. Но уже на этом уровне формулировка позволяет описывать многие феноменальные явления материального мира.

Немного о необычных свойствах мозга, как анатомического представителя этого принципа. Циклическое возбуждение в определенном ритме и по определенному закону миллионов нейронов мозга образует стабильные интерференционные паттерны, нейроголограммы, резонансные контуры, рассеянные по всей коре головного мозга (ГМ) и представляющие базу для информации в системах восприятия и памяти.

Модель, основанная на голографических принципах, объясняет многие из кажущихся таинственными свойства мозга - огромный объем памяти, дистрибутивность памяти, способность сенсорных систем к воображению, проекцию образов из области памяти, аспекты ассоциативного воспоминания и так далее (11).

Я подхожу все ближе и ближе к тому, чтобы сформулировать понятие "сознание", и на последнем рубеже своих рассуждений хочу привести высказывание одного из известнейших ученых нашего века. Каждому слову этого ученого хочется доверять потому, что академик Н.М.Амосов, о котором я сейчас упоминаю, действительно переживает все, о чем говорит, "через себя" и имеет огромный опыт строго научной деятельности.

"Действия с моделями" (с моделями мира - автор) как механизмы разума проявляются в движении возбуждения по моделям. Активизируются они от рецептора и друг от друга. Предполагается, что есть особый механизм, в каждый момент времени дополнительно усиливающий одну самую активную модель и притормаживающий все остальные. В следующий момент активация переключится на другую модель, которая снова будет самой сильной. Вот этот выбор самой важной модели и "высвечивание" ее и есть меха-

низм сознания" (24). Яснее не скажешь! Добавить мотив активации - и ответ на вопрос о смысле жизни получен!

Все вышесказанное позволяет мне сделать следующий упрощенный вывод: "Сознание - это биологический механизм, обеспечивающий резонирование (возбуждение - Н.М.Амосов) энерго-информационных контуров биосистемы (моделей - Н.М.Амосов) в определенном диапазоне характеристик многомерной, многоуровневой динамической голограммы вселенной" (2). Информационный контур - это много-уровневый "профиль" пересечения взаимовложенных полей самого широкого вибрационного содержания, проявленных на физическом или телесном уровне организации биосистемы.

Еще несколько определений:

"Расширенные состояния сознания характеризуются много-уровневым психическим осознанием окружающего мира в расширенном диапазоне восприятия - резонирования" (2).

"Измененные состояния сознания характеризуются углубленным восприятием - резонированием в локальной сфере психической деятельности" (2).

Многомерная, многоуровневая динамическая голограмма вселенной помимо резонирования индивидуальных информационно-энергетических контуров человека в диапазоне обычных состояний сознания обеспечивает их резонирование в измененных состояниях сознания и в расширенных состояниях сознания (2).

"Путешествия сознания", таким образом, это перебор вариантов "единой многомерной, многоуровневой динамической модели сознания" и проекция их в сферу осознания при помощи сенсорных систем тела человека.

7. Движение и сознание.

Все модели мира так или иначе могут быть обнаружены в теле человека и в его двигательных функциях. Необходимо только разработать адекватный механизм их идентификации.

Выскажу смелую мысль: по состоянию опорно-двигательного аппарата человека, по синхронности изменений межсуставных углов его модулей можно безошибочно диагностировать заболевания на различных уровнях организации биосистемы, диагностировать конкретику утраты психической целостности индивидуумом.

Для того, чтобы определить, какие именно движения человека сигнализируют об изменениях на том или ином уровне организации человека, необходимо провести комплексные исследования на базе существующих психотехнологий и психо-соматических техник с корректировкой их принципиальных положений в сторону расширения диапазона рассматриваемых явлений с одной стороны, и в сторону узкой специализации применяемых для лечения терапевтических и психотерапевтических средств - с другой. Не исключено и создание новой описательной модели двигательных расстройств человека с разработкой целевых рекомендаций по профилактике и лечению соответствующих заболеваний.

Напомню, что любое заболевание человека в начальной фазе характеризуется резким ограничением его подвижности: человеку хочется лечь, отдохнуть, то есть при заболевании уменьшается внешняя функция организма - движение.

Это означает, что резко ограничиваются запросы организма в энергии, уменьшается потребность мышц в крови, сердце снижает интенсивность своей работы, снижается давление в венах и артериях, дыхание становится более поверхностным, газообмен в легких нарушается.

Можно сказать, что в этом случае происходит десинхронизация деятельности уровней организации биосистемы.

А так как деятельность всех уровней организации человека спроецирована на соматический план и его двигательные функции, следует обратить внимание на качество движений.

В пределах двигательной активности в этом контексте возможны следующие явления:

- снижение или видимые ограничения двигательной активности;
- гипотонус мышц;
- гипертонус мышц (повышение мышечного тонуса, характеризующееся неподвижностью позы);
- различные стереотипии (слепые повторения движений);
- регрессии (обращения к двигательным моделям раннего периода жизни, к эволюционно-инстинктивным двигательным моделям), примитивизации;
- реакции двигательного подражания (вспомним "заразительность" панического бега);
- тремор (мышечная дрожь на фоне повышенной или пониженной активности);
- ступор;
- реализация нейрогуморальной защиты (дискинезия, выключение двигательной активности) и т.д.

Каждому из этих функциональных состояний соответствует определенное психическое состояние.

Еще раз обращаю внимание на то, что данную патологическую последовательность возглавляет резкое ограничение подвижности. Любой начинающийся патологический процесс, любое заболевание приводит к нему, т.е. к тому, что модуль управления движением либо работает некачественно, либо выключается из деятельности биосистемы.

В системе целостного движения предполагается провести научно-исследовательские изыскания для того, чтобы определить основные мотивы таких изменений и разработать рекомендации для их профилактики и лечения, апробировав их в группах с определенной этиологией.

Движение, например, тела человека, можно рассматривать как механизм комплексного взаимодействия уровней его организации, в том числе психического, с уровнями организации вселенной, а в сфере двигательной активности - как способ заполнения возникающих пространственно-

временных ниш вселенной (2). Именно этим движение связано с "единой динамической моделью сознания вселенной".

Движение начинается тогда, когда материальный объект способен воспринимать всю гамму окружающих его нелинейных связей вселенной и имеет санкцию двигаться в соответствии с мерой возложенных на него функциональных обязанностей, т.е. без нарушения баланса процессов, происходящих в мироздании. Движение, ориентированное на спиральные траектории движения и их проекции (волна, круг и т.д.) - ключ к особой гамме специфических психо-соматических состояний человека.

В ряде телесно-ориентированных систем (Хейли, Зуев), а также в системе целостного движения, выводы автора которой предлагаются читателю, в качестве механизма, синхронизирующего деятельность уровней организации биосистемы, выбран механизм спирально-текущих циклических процессов, ритм которых ориентирован на секундные, минутные, часовые, суточные, месячные, годовые и т.д. циклы окружающего мира.

Все знают, что каждому человеку присущ его индивидуальный ритм жизнедеятельности, индивидуальная "длина волны излучений организма", промодулированная целой гаммой частот на уровне тканей, клеток, молекул, атомов и полевых структур. Несоблюдение этого ритма может повлечь за собой невидимые на первый взгляд изменения, последствия которых могут быть непредсказуемы.

Изменения могут произойти в том числе и на уровне биохимии, а это означает, что ритмы нашего организма непосредственно воздействуют на состояние сознания. В этой области тоже предстоят определенные исследования.

8. Заключение.

В системе целостного движения и расширенные состояния сознания, и измененные состояния сознания на определенном уровне равнозначны как ветви цикла созидательно-деструктивного таксона построения целостных структур вселенной, уровни организации которой спроецированы на ее материальный план и обеспечивают оптимальное тестирование систем, пришедших с ними в соприкосновение и имеющих параметры с неправильно текущими процессами, требующими пересинхронизации.

Список литературы:

1. Бревде Г. Пространственные представления в путешествиях сознания. Языки пространств. М., 1997.
2. Кудряшов Н.И. Магия движения. Оздоровительная славянская система целостного движения. Велигор. М., 1997.
3. Аргуэльес Х. Фактор майя. Томск., "Зодиак", 1994.
4. Сеченов И.М. Избранные философские и физиологические произведения. М., 1947.
5. Философский энциклопедический словарь. М. "Советская энциклопедия" Д983.
6. Георгиев Ф.И. Сознание, его происхождение и сущность. М., 1967.
7. Шорохова Е.В. Проблемы сознания в философии естествознания. М., 1961.
8. Хрестоматия по истории психологии. М., 1980.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М., 1946.
10. Гостев А.А. Дорога из Зазеркалья: психология развития образной сферы человека. М., 1998.
11. Научно-практические аспекты народной медицины. Под ред. Я.Г. Гальперина. ВНИЦТНМ "ЭНИОМ", М., 1995, 1996, 1997, 1998.
12. Файдыш Е.А. Сверхсознание. М., 1993.
13. Файдыш Е.А. Карма и психотравмы. М., "АЛМИН", 1995.
14. Гостев А.А. Образная сфера человека. М., 1992.
15. Майков В.В. Проблемы интеграции сознания в трансперсональной психологии. Философские науки. 1987, нр 9.
16. Налимов В.В. В поисках иных смыслов. М., 1993.
- П. Курис И.В. Биоэнергопластика. С-Петербург, 1994.
18. Бендлер Р., Гриндер Д., Сатир В. Семейная терапия. Воронеж., 1993.
19. Уинфри А.Т. Время по биологическим часам. М.: Мир, 1990.
20. Плотин. Избранные трактаты. М., 1994.
21. Тейяр де Шарден П. Божественная среда. М., 1992.
22. И. Винокуров, Г. Гуртовой. Психотронная война. М., "Мистерия", 1993.
23. Росляков О.А. Гистерезис плотности вещества и его философский смысл. С-Пб. 1996 г.
24. Амосов Н.М. Преодоление старости. М., Из-во "Будь здоров!", 1996.

**К.б.н. Е.О.Трофимова, к.м.н. А.И.Новиков,
Члены рабочей группы экспериментальной школы
Биоэнергопластики БПА.**

Слово «виртуальный» в современном языке ассоциируется с информацией, носителем которой является электронная техника. Тем не менее тема обсуждения данной статьи не включает компьютерные сети, серверы, базы данных, программные продукты, используемые в фармацевтике. Предмет исследования - иной, относящийся к метафизике процессов разработки, производства, дистрибьюции, назначения и применения лекарственных средств. На наш взгляд, обсуждение этого вопроса не только чрезвычайно интересно, поскольку дает возможность абстрагироваться от конкретных цифр, событий, явлений, выявленных закономерностей и взглянуть на фармацевтику с совершенно иных позиций, но - и крайне актуально.

В действии лекарственных средств на организм человека можно выделить физико-химический и информационный компоненты. Физико-химический компонент относится к явлениям проявленного (реального, материального) мира, информационный - абстрактного (непроявленного, нематериального). Проявленный и абстрактный компоненты действия находятся в тесной взаимосвязи. Ответ человеческого организма на введение лекарственного вещества является совокупным ответом на обе составляющие его действия. Абстрактный компонент можно также назвать виртуальным (сущностным), воплощающим явления проявленного мира в мире непроявленном.

Обсуждение проявленного действия лекарственных средств не входит в наши задачи: оно соответствует традиционным взглядам на этот вопрос фармакологической науки. В то же время изучение виртуального компонента - представляется крайне любопытным, поскольку к его обсуждению и изучению прибегают крайне редко.

На вопрос, что такое виртуальное действие, какова его структура, каковы его характеристики и прочее, ответить довольно сложно, авторы публикации, во всяком случае, в настоящее время к этому не готовы. В то же время реальной представляется задача определения факторов, активно влияющих на формирование виртуального компонента в действии фармацевтических препаратов.

Следует отметить, что виртуальный компонент является не только информационным отражением проявленных свойств лекарственных средств, но также обусловлен тем намерением, которое заложено в процессе его создания, производства, дистрибьюции, рекламирования, назначения, применения.

(Намерение - как совокупность психо-эмоциональной энергии, направленной на реализацию выбранной цели.)

В действиях магов и целителей, действовавших в рамках самых различных традиций (как восточных, так и западных), намерение играло важнейшую роль. Оно вводилось в ритуалы и обряды, совершаемые адептами этих учений на протяжении тысячелетий. Повторение этих ритуалов (порядка и характера действий) даже в наше время приводит к воспроизведению заложенного в них намерения, созданию характерного информационного поля, реализации виртуального действия лечебных средств. Яркие примеры реализации намерения демонстрирует народная медицина, предполагающая соблюдение самых разнообразных условий в процессе приготовления, назначения и применения лекарств. При этом попытки избавиться от, на первый взгляд, ненужных, лишних действий приводит к ослаблению или даже устранению лечебного эффекта. В реализации намерения кроется также эффективность гомеопатических средств. Представляется, что процедура приготовления этих препаратов является не чем иным, как строго регламентированным порядком магических приемов.

Не вызывает сомнения, что и в современной аллопатической фармацевтике намерение, сформированное создателями лекарственных средств, играет огромную роль в виртуальном аспекте их действия. Не случайно, воспроизведенные лекарства, являющиеся по существу теми же самыми веществами (копиями), оказываются зачастую менее эффективными, чем оригинальные препараты. Что уж говорить о пиратских версиях, которые «отлучены» от силы намерения разработчиков оригинальных препаратов: и биодоступность у них ниже, и действие слабее, и побочные эффекты более выраженные. Понятно, что все это можно объяснить с рациональной точки зрения, например, несовершенством технологии и условий производства. Но, увы, рациональная позиция все же не даст возможности ответить на все поднятые вопросы.

Не случайно, современная фармацевтика развивается под лозунгом повышения качества лекарственных средств. С этой целью разработаны и внедрены в практику многочисленные стандарты - GLP, GCP, GMP, GDP. Много в этих правилах кажется излишним, занудным, ненужным. Наверное, так оно и есть, если не рассматривать их как своего рода магические действия, обеспечивающие - с помощью заложенного в них намерения - высокое качество фармацевтических препаратов. Недаром фармацевтика - это не только наука, производство, торговля, но и искусство, где рациональные законы уступают место нерациональным.

Говоря о законах нерационального, действующих в фармацевтике, следует остановиться на этических аспектах. Несмотря на существование различных точек зрения, ясно одно - лекарства должны служить человеку. При-

чем, прежде всего, тому человеку, который эти лекарства принимает с целью поправить свое здоровье, а не тому, который их производит и продает и получает, соответственно, от этого материальное вознаграждение. Таким образом, с этических позиций польза от лекарственных средств, приносимая потребителям, должна быть приоритетна по отношению к экономическому интересу фармацевтических компаний (значение этого интереса никто не умаляет, а лишь расставляет акценты с этических позиций).

В том случае, когда этический закон приоритета полезности лекарств для потребителя не соблюдается, виртуальный аспект эффективности фармацевтического средства оказывается значительно ослабленным, что в конечном счете приводит к снижению его общего лечебного действия. Конечно, этот тезис можно оспорить, но опыт показывает: чем больше посредников, имеющих коммерческий интерес, обнаруживается между создателями лекарств и их потребителями, тем менее эффективными становятся лекарственные средства. Именно поэтому, лекарства, приготовленные в аптеках, да еще по индивидуально выписанным рецептам, зачастую оказывают более выраженное лечебное действие, чем готовые препараты.

Обсуждая поднятую тему, нельзя не упомянуть о роли врача в формировании виртуального аспекта в действии лекарственных средств. Фармацевтический препарат в арсенале врача-терапевта - это уникальная возможность «привязать» свое намерение к действию материального объекта. Хороший врач всегда - интуитивно или осознанно - эту возможность использует. Введение в практику медицинских стандартов и схем лечения, безусловно, оправдано и имеет свои положительные стороны. В то же время, оно существенно ограничивает врача, оставляя для его намерения - в условиях унифицированной (конвейерной) фармакотерапии - все меньше и меньше места.. Это в свою очередь обедняет виртуальный компонент в действии лекарственных препаратов.

Во время приема лекарства его информационное поле вступает во взаимодействие с информационным полем человека. Когда этот контакт происходит случайным образом без посредничества врача, тестирующего и влияющего как на то, так и на другое поле, велика вероятность того, что эти поля окажутся чуждыми друг другу. В этом смысле много вопросов возникает в связи с широкой рекламой безрецептурных препаратов, которая, формируя в информационном поле человека «рецепторы» для восприятия виртуального действия лекарств, может оказать как положительное, так и - в случае неэтичности рекламы - отрицательное действие.

Очевидно, что в настоящее время в силу технократического пути развития общества, происходит ослабление виртуального аспекта в действии лекарств. Компенсаторно это возмещается лавинообразным увеличением числа и вида выпускаемых и используемых фармацевтических препаратов. Даль-

нейшее развитие событий по этому сценарию носит тупиковый характер. Фармацевтическая индустрия, отодвигая интересы потребителей на второй план, нарушая этические законы, начинает работать на себя, преследуя интересы собственного развития. Создается порочный круг.

Нелишне напомнить ту опасность, которую влечет за собой столь массовое потребление фармацевтических препаратов. Здесь важны и медицинские, и экологические, и социальные, и психологические, и - не побоимся этого слова - духовные аспекты. Создание лекарств «на все случаи жизни» человечество, к сожалению, не спасет, в то же время иллюзия такая в современном обществе по-прежнему существует.

Осознавая прагматическое направление развития современной фармацевтики, мы в то же время видим наличие положительных тенденций: ограничения рекламы фармацевтических препаратов, введение жестких стандартов качества, создание этических комитетов. Эти тенденции полностью согласуются с общим направлением гуманизации общества, которое характерно для современного этапа развития человечества. Таким образом, информационное поле, сопутствующее фармацевтическим препаратам, должно быть сформировано - в сфере разработки, производства, дистрибьюции, рекламы, назначения и применения лекарственных средств - в полном соответствии с этическими законами. Только в этом случае лекарство будет иметь адекватную виртуальную составляющую и являться носителем лечебного действия.

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ В КОНТЕКСТЕ ЦЕЛОСТНОСТНОГО ДВИЖЕНИЯ.

Свои соображения по данному вопросу высказывают специалисты в области телесно-духовных практик и трансперсональной психологии, имеющие многолетний опыт работы в трансовых состояниях в динамическом режиме.

ВОЗМОЖНОСТИ РАБОТЫ В ТРАНСОВЫХ СОСТОЯНИЯХ В БИО-ЭНЕРГОПЛАСТИКЕ (поиск, практика, результат)

И.В. Курис.

**Руководитель отделения БПА К.п.н., доцент.
(Автор методики «Биоэнергопластика»)**

Постоянность и устойчивость различных пограничных состояний вызывает у большинства людей различные страхи и чувство безнадежности у одних и поиски хоть какого-нибудь выхода у других. К их услугам - громадное количество разнообразных техник, направленных на развитие необычных возможностей психики, трансперсональные техники, а также специальные методики, развивающие образное мышление.

Изначально все они базируются на активизации деятельности правого полушария. Однако, для определенного типа людей с ярко выраженным художественным образом мышления, или правополушарных, неграмотное применение такого рода методик может привести к чреватым последствиям - различного рода патологиям, которые, в свою очередь, запускают механизмы, ведущие к соматическим расстройствам. Очень часто возможный позитивный эффект глубинной проработки причин заболевания, каких-либо внутренних проблем для людей с нормальной устойчивой психикой может оказаться губительным для эмоциональных, тонких чувствительных натур. Как правило, они полностью отдаются во власть специалистам, ведущим такого рода тренинги, снимая с себя ответственность за возможные последствия, с радостью становятся ведомыми и погружаются в мир образов, раскрывающихся перед их внутренним взором.

Для многих эти практики - уход от необходимости решения проблем, своего рода, некоторое временное облегчение. Однако нельзя не признать,

в более красивой упаковке. Рано или поздно, они приводят к еще более неустойчивым психо-эмоциональным состояниям, глубоким депрессиям и т.д. Поэтому, необходимо тщательно изучать эти техники. Важно знать когда, в каком случае, и при каких психологических особенностях личности их применение может принести наиболее эффективный результат и, соответственно, наоборот. Необходимо разработать гибкую методику коррекции психо-эмоциональных и психофизических состояний, возникающих в процессе выполнения этих практик для предупреждения неожиданных последствий. Иначе, через некоторое время мы будем иметь больное общество, которым можно будет управлять, как стадом коров.

Наряду с различными психотехниками, направленными на увеличение жизненного потенциала, внутренней силы мы выделяем методики, которые позволяют балансировать прежде всего, психо-эмоциональное состояние человека посредством двигательных действий. Эти методики имеют очень много общего с восточными психофизическими практиками, во многом отталкиваются от них, но в нашем регионе получили свое дальнейшее развитие. Речь идет о системе целостного движения, биоэнергетической релаксационной пластике, спонтанном и сакральном танце, динамических и статических медитациях, которые основываются на осознанной работе с энергетической системой человека.

Эти методики не являются самоцелью, а служат средством для телесно-духовной работы, выходу в трансовые состояния. В свою очередь, трансовые состояния мы рассматриваем не как конечный результат, а как промежуточное звено, которое необходимо пройти. Оно же служит дальнейшей ступенью к знанию через самопостижение и контроль, позволяющий правильно оценивать и интерпретировать глубину погружения, образную и чувственную информацию, как результат трансперсонального опыта, своё ощущение, осознание себя и взаимоотношению с внутренним и внешним пространством.

Постоянный самоконтроль всех телесных структур (тактильные ощущения психо-эмоциональная и ментальная сферы) - служит прекрасным средством выравнивания и развития обоих полушарий, способствуя достижению гармонии на разных уровнях телесной организации. В конечном итоге, это ведет, к психо- и био-энергетической балансировке организма, выстраиванию внешнего и внутреннего пространства, с одной стороны и устойчивому, стабильному психофизическому состоянию с другой.

Таким образом, посредством различных двигательных методик, являющихся по сути, телесно-духовными практиками работы с энергетической системой человека, мы можем выходить на определенные среды обитания в различных трансовых состояниях (кратких и долговременных и осознанное взаимодействие с этими средами).

И если для достижения внутренней гармонии иногда достаточно только ментальной работы, соединение ментальной и двигательной практик ведет не только к более эффективному конечному результату, но и укрепляет психофизическое состояние организма. При этом, по нашим наблюдениям, не сни-

жаются возможности духовного и энергетического развития, ведущего к активизации творческого потенциала и его дальнейшей реализации. Последующая интерпретация символов, работа с архетипами, образами, новой информацией позволяет выявить глубинные причины проблем, внутренних конфликтов и успешно их самостоятельно преодолевать.

Важным фактом на наш взгляд, является то, что ведущий (преподаватель) не берет на себя ответственность за другого, а скорее, помогает шаг за шагом правильно интерпретировать весь сонм информации, которая, в силу своей необычности, может иногда напугать, вызвать сильную тревожность и даже страх.

Методики целостного движения, разрабатываемые в экспериментальной школе биоэнергетического и духовного развития Балтийской Педагогической Академии и в частности *биоэнергопластика, инсайт дане, система «Белояр», практика внутреннего стиля, основанного на традиции китайских единоборств*, имеющие свои отличительные особенности, являются очень эффективными и направлены, прежде всего, на устранение внутреннего конфликта и гармонизацию «своего» пространства, т.е. внутренней и внешней сред обитания.

Активное использование йогической практики (медитация, психофизические упражнения, имеющие четкую энергетическую и психофизическую направленность, ментальная работа в статическом и динамическом режимах), включение элементов сакрального движения и спонтанный танец, позволяют комплексно решать задачи оздоровления на разных уровнях телесной и психической организации, с одной стороны, и работать с глубинными структурами, с другой. На занятиях моделируются различные психо-эмоциональные состояния, **тренируется** расширение границ комфортности посредством *осознанной работы с энергетикой через осознанное двигательное действие*.

Отрабатываются методические приемы для выхода на глубинные уровни сознания при решении определенных проблем. Особое внимание уделяется технике безопасности входа и выхода из измененных состояний сознания (ИСС), а также принципам гармонизации и взаимодействия с пространством.

Постоянная, регулярная практика способствует расширению ментальных психо-эмоциональных и психофизических границ комфортности индивидуума. Включение в глубинные структуры мозга с последующим опытом осознания получаемых импульсов на интуитивном уровне, тактильных ощущений, вербальном формулировании получаемой информации, иными словами, взаимодействие с «тонкими» не проявленными планами внутреннего и внешнего пространства, при соблюдении вышеназванных факторов, позволяет членам экспериментальной рабочей группы достаточно успешно решать задачи восстановления психической целостности личности.

При исследовании трансовых состояний особое внимание уделяется изучению возможных негативных последствий и способов их предупреждения. На сегодняшний день - это, в основном, чисто субъективные впечатления и ощущения. Они, конечно же, важны. Но на наш взгляд, здесь необходимо объединение усилий специалистов и исследователей в различных областях

для разработки специальных тестов, экспертных оценок и экспресс оценок, отличающихся валидностью и соответствующих научным требованиям.

Результаты наблюдений дают основания считать методики целостного движения наиболее приемлемыми для людей с определенным уровнем двигательной подготовленности и стремящихся к самостоятельному решению своих проблем.

СИСТЕМА ЦЕЛОСТНОГО ДВИЖЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Н. И. Кудряшов. Член БПА. Санкт-Петербург
(Эксперт системы «Целостное движение»).

- **Целостное движение** - это многоуровневое изменение состояния и ориентации человека и его телесной организации с течением времени. Философские разработки системы целостного движения определяют понятие «целостность» как системы с материальным уровнем организации на исполнительном плане, помимо «принципиальной неделимости чего-либо на части» (Платон) еще тремя критериями: - модульным; - голографическим; -динамическим.
- **В системе целостного движения** рассматриваются следующие уровни организации биосистемы: соматический, физиологический (процессуальный), сенсорно-эмоциональный, психический (сознательный), ресурсно-энергетический, коммуникативный (буддхиальный), миссионерный (Божественный).

1. Постановка проблемы.

Проблема утраты индивидуумом, особенно в молодом возрасте, единства его личностных многоуровневых потенций с всеобъемлющим целым может быть представлена при помощи различных описательных моделей мира. Уровень затрагиваемой проблемы зависит от уровня рассмотрения базовых ее составляющих, от целостности выбранной модели мира, от того, насколько адекватно по отношению к окружающей и внутренней среде выбрана элементная база описания. Все эти модели, так или иначе, могут быть обнаружены в телесной организации человека и в ее двигательных функциях. Необходимо только разработать адекватный механизм их идентификации.

Выскажу смелую мысль: по состоянию опорно-двигательного аппарата человека, по синхронности изменений межсуставных углов его модулей можно безошибочно определить заболевания на различных уровнях организации биосистемы и диагностировать утрату психической целостности индивидуума.

2. Состояние вопроса в современных условиях и отличие системы целостного движения от подобных систем.

Многие специалисты в области телесно-ориентированной терапии (В.Райх, А.Лоуэн, М.Фельденкрайс) так или иначе сталкивались с этой проблемой и даже обозначили определенные границы рассматриваемой элементной базы. Например, хорошо известны разработки в области физиологического обеспечения двигательных актов (М.Фельденкрайс - «программа регулярной коррекции», С.Гроф - «холотропное дыхание», И.Рольф - «структурная интеграция», К.Динейка - «психофизиологическая тренировка», Ю.Андреев - «анаэробное дыхание»). Не меньший интерес к мышечным реакциям телесной организации обозначен в перцептивных (А.Вовк) и сенсорных системах, например, в системе нейро-лингвистического программирования (Д.Гриндер, Р.Бэндлер, В.Сатир). Энергоинформационные взаимодействия, обеспеченные изменениями телесной организацией, также рассматривались многими исследователями. (Д.Пьерракоса - «биоэнергетика тела», супруги Келли - «корневое напряжение», А.Лоуэн - «биоэнергетика»).

Что же касается психологии и психиатрии, то в них существуют целые диагностические шкалы (DSM-111-R, МКБ-10), в которых одним из критериев оценки психического состояния человека выбран критерий оценки состояния двигательных навыков человека (гипокинезии, дискинезии, гиперкинезии).

В этом контексте также следует отметить известнейшие разработки по психоанализу З.Фрейда, по «коллективному бессознательному» К.Юнга, М.Трейджера, уделявших особое внимание поведению телесной организации человека и повторяемости отдельных реакций тела в сходных ситуациях. С точки зрения системы целостного движения, не лишены определенного смысла идеи бихевиоризма (Э.Торндайк, Дж.Уотсон, В.Бехтерев, И.Павлов).

В основе бихевиоризма лежит понимание поведения человека и животных как совокупности двигательных и сводимых к ним вербальных и эмоциональных ответов (реакций) на воздействия (стимулы) внешней среды. Учение возникло на основе экспериментальных исследований психических функций животных и человека, телесная организация которого рассматривается в этой работе как высшее эволюционное звено царства животных.

Все вышеперечисленные авторы разрабатывали различные, но «узкие» модели описания заболеваний человека: «тело-физиология», «тело-сенсорика», «тело-энергетика», «тело-психика» и ее производные (З.Фрэд: «тело-бессознательное», Л.Рон Хаббард: «тело-соматическая лента времени») и предлагали различные упражнения, медикаментозные средства и другие медицинские процедуры для профилактики и лечения последствий разноплановых внутренних конфликтов и их психологических, психосоматических и клинических последствий.

Как известно, внутренние конфликты приводят к внутренним стрессам, а они, в свою очередь, приводят ко многим заболеваниям психики и сомати-

ки: к артритам, неврозам, вегетозам, депрессиям, суицидам; остеохондрозам, артрозам, кифозам и так далее. Избирательность перечисленных методик подчас приводила к эффекту «стереотипного лечения», то есть различные, с точки зрения двигательной системы, заболевания лечились при помощи одних и тех же техник.

Правомерен вопрос: а существует ли единая модель описания заболеваний человека, адекватная всем вышеперечисленным телесно-ориентированным моделям?

Как видим из специально подобранного материала, все названные специалисты разрабатывали свои методики, в частности, применительно к телесной организации человека. Практически, это ответ на поставленный вопрос.

Тело, телесная организация и ее динамика - вот ключ к пониманию современной психосоматической парадигмы с точки зрения автора этой работы.

3. Система целостного движения.

В системе целостного движения, которая представляется вниманию читателя, в качестве базовой описательной модели, способной предоставить информацию для многоуровневой оценки заболеваний, предлагается тело человека. Следует заметить, что любой двигательный акт в ней рассматривается не только с точки зрения изменений телесной организации, но и сопутствующих им изменений на уровне физиологии, сенсорики, психики, энергетики, а также других уровней организации человека. Впервые в телесно-ориентированной оздоровительной системе сформулирован принцип целостности «человека», как единой системы, определены границы качественных и количественных изменений её базовых элементов и обозначен закон, объединяющий их в рамках этой системы

4. К вопросу о развитии системы целостного движения.

Для того чтобы определить, какие именно движения человека сигнализируют об изменениях на том или ином уровне организации человека, необходимо провести комплексные исследования на базе существующих психотехнологий и психосоматических техник с корректировкой их принципиальных положений в сторону расширения диапазона рассматриваемых явлений с одной стороны, и в сторону узкой специализации применяемых для лечения терапевтических и психотерапевтических средств - с другой.

Не исключено и создание новой описательной модели двигательных расстройств человека с разработкой целевых рекомендаций по профилактике и лечению соответствующих заболеваний. Напомню, что любое заболевание человека в начальной фазе характеризуется резким ограничением его под-

вижности: человеку хочется лечь, отдохнуть. В пределах двигательной активности в этом контексте возможны следующие явления:

- снижение или видимые ограничения двигательной активности;
- гипотонус мышц;
- гипертонус мышц (повышение мышечного тонуса, характеризующееся неподвижностью позы);
- различные стереотипии (слепые повторения движений);
- регрессии (обращения к двигательным моделям раннего периода жизни, к эволюционно-инстинктивным двигательным моделям), примитивизации;
- реакции двигательного подражания (вспомним «заразительность» панического бега);
- тремор (мышечная дрожь на фоне повышенной или пониженной активности);
- ступор;
- реализация нейрогуморальной защиты (дискинезия, выключение двигательной активности) и т.д.

Еще раз обращаю внимание на то, что данную патологическую последовательность возглавляет резкое ограничение подвижности. Любой начинающийся патологический процесс, любое заболевание приводит к нему, т.е. к тому, что модуль управления движением либо работает некачественно, либо выключается из деятельности биосистемы.

В системе целостного движения предполагается провести научно-исследовательские изыскания для того, чтобы определить основные мотивы таких изменений и разработать рекомендации для их профилактики и лечения, апробировав их в группах с определенной этиологией.

Для этого необходимо создать авторский коллектив, в котором были бы представлены специалисты различных направлений исследований, разработать соответствующий методический материал, освоить новейшие диагностические технические комплексы, подготовить преподавателей нового направления и в сотрудничестве с лечебными учреждениями провести апробацию метода.

6. Дальнейшее развитие системы целостного движения.

Тело человека и его динамика рассматриваются в системе целостного движения как генератор излучений в инфракрасном, «звуковом» и сверхвысокочастотном диапазонах частот.

Особое внимание в разработках автора статьи, Н.И. Кудряшова уделяется низкочастотной «телесной волне», которая начинается от стоп или любой другой опоры организма и распространяется в теле человека в соответствии с законом распространения проекций форм существования торсионных полей, соотнесенных с пирамидной двигательной иерархической системой человека.

Разработки И. В. Курис в области биоэнергопластики касаются, прежде всего, экстрапирамидной двигательной системы, то есть мелкой телесной моторики и сопутствующей ей специфической динамики тела, которой предшествует специальная подготовка.

Соотнесенные в рамках единой модели, эти разработки существенно расширят возможности профилактических, оздоровительных и лечебных технологий, но для этого необходимо провести целый ряд исследований и соотнести предлагаемые модели описания мира в рамках единой парадигмы.

В системе целостного движения, ориентированной на использование резервных возможностей организма человека без привлечения стрессоров, определена целая гамма специфических состояний сознания, называемых в психологии измененными состояниями сознания и расширенными состояниями сознания (С.Гроф, А.Гостев, Е.Файдыш, В.Майков, И.Курис, Г.Бревде, Н.Кудряшов).

Эмпирически накопленный в трансперсональной психологии банк данных способен, при необходимости, предоставить качественный материал для оценки предполагаемых «сфер» или «шкал» «пограничных состояний сознания», «путешествий сознания» с точки зрения определения границ «путешествий», за которыми могут последовать патологические изменения как психики, так и соматики, то есть «сработают» биологические «предохранители» организма, «располагающиеся» на границах диапазона существования материального мира в целом и материального тела человека в частности. Человека, как микромоделю вселенной.

Не будет лишним следующее добавление: при помощи этих данных определяются границы «многомерной динамической виртуальной модели сознания», доступной в восприятии человеку. Те самые границы, «пересечение» которых будет зафиксировано «путешественником» в качестве определенного, спроецированного в психическую и телесную организации, «сигнала опасности», а затем и в качестве патологии.

В этой области особый интерес представляют разработки Г. М. Бревде. Его концепция, основанная на результатах исследований целого ряда отечественных и зарубежных авторов (Хаген, Уилберг, Бом, Гроф, Пригожий, Налимов и другие), способна очертить сферу неисследованных областей интенции сознания и, соотнесенная с разработками в области телесно-ориентированной терапии И.Курис и Н.Кудряшова, способна существенно расширить диапазон изучаемых психологических, психо-соматических и клинических последствий утраты индивидуумами, особенно в молодом возрасте, единства символической природы глубинных блоков бессознательного и окружающего мира.

7. Заключение.

В системе целостного движения расширенные состояния сознания и измененные состояния сознания на определенном уровне рассмотрения проблемы равнозначны как ветви цикла созидательно-деструктивного таксона построения целостных структур вселенной, уровни организации которой спроецированы на ее материальный план и обеспечивают оптимальное тестирование систем, пришедших с ними в соприкосновение и имеющих параметры с неправильно текущими процессами, требующими пересинхронизации.

Особое значение предлагаемая техника имеет в регионах России, где, по некоторым данным, происходит наиболее глубокая проработка глубинных неосознаваемых инстинктивных начал человека (З.Фрейд, К.Юнг и другие последователи психоанализа) в рамках социумной модели общества.

ИНСАЙТ-ДАНС (INSIGHT DANCE)

Андреева Н.Г. Член БПА.

Танец - это движение. Движение - жизнь. С древних времен люди выражали свои эмоции и чувства в танце. Танцы несут определенную смысловую нагрузку. Мы предлагаем вам познакомиться с новым направлением целостного движения в танце, названное нами Инсайт-Данс (Insight-Dance.)

В переводе с английского **Инсайт** - это пронизательность, способность к проникновению в суть, интуиция, понимание. С помощью Инсайт-данс можно научиться понимать себя, свой внутренний и окружающий мир; понимать партнеров. Ведь взаимоотношения человека с другими людьми отражают его взаимоотношения с бытием. Если они находятся в состоянии единства и целостности, т.е. в гармонии - человек здоров. При разбалансировке - человек заболевает.

Известно, что основоположник современного западного течения телесно-ориентированной психотерапии Вильгельм Райх предположил, что все проблемы человека происходят от его нереализованных внутренних желаний. В силу моральных, культурных, личностных, социальных ограничений мы сдерживаем их реализацию, что приводит к мышечному напряжению, мышечным «зажимам». С течением времени нереализованные желания вытесняются, а «зажимы» остаются. Комплекс этих «зажимов» В. Райх назвал «мышечным панцирем». Этот панцирь является основой для возникновения хронических отрицательных эмоций, которые впоследствии приводят к функциональным и органическим заболеваниям физического тела. Наличие мышечных «зажимов» приводит к потере гибкости и пластичности. Сужается

возможность поведенческого выбора. А отсутствие выбора - это отсутствие свободы.

Для каждого человека характерен свой способ движения. Специалисты в области движения знают: по тому, как мы передвигаемся в пространстве можно определить наше физическое и психическое состояние. Если человек часто ударяется об острые углы, задевает выступающие предметы, можно с уверенностью сказать, что в данный момент человек расстроен, его психика не совсем устойчива. Любой мышечный блок или «зажим», наработанный в течение жизни, сказывается на способе движения и, следовательно, на здоровье. Чем более он раскован и свободен в движениях, - тем более он психологически устойчив, тем меньше у него болезней.

Инсайт-Данс является одним из способов раскрытия «мышечного панциря». Он способствует гармонизации организма на всех уровнях, телесной организации. Научившись красиво, плавно двигаться, "вписываясь" в окружающее пространство, "обтекая" острые углы, возможно улучшить не только физическое, но и психическое состояние.

Инсайт-Данс основан на принципе системы целостного движения, в котором движение начинается от стопы или любой точки опоры и плавно, волной распространяется по всему телу, выводя графический символ «восьмерка», являющийся символом выхода в энергоинформационное поле.. Танцевальные волнообразные движения, выполняются сосредоточенно, и вместе с тем расслабленно. Это помогает сознанию обрести в динамике гармонию с окружающим миром посредством соотнесения его ритмов с многочисленными индивидуальными биоритмами на уровне тела. Устраняются различия между моделью движения и реальными возможностями физического тела.

Двигаться целостно, т.е. вместе с пространством, возможно только при правильно выстроенном костно-мышечном аппарате. На занятиях Инсайт-Данс костно-мышечный аппарат выстраивается в соответствии с конституционными особенностями каждого занимающегося. Поэтому движение, рисунок танца становится неповторимым, присущим только для данного человека. В танце выражается вся гамма чувств и состояние, характерное именно на данный период времени, когда танец становится способом существования и самовыражения.

Целостное движение, синхронизированное с ритмами окружающего мира благотворно воздействует на здоровье человека. В результате занятий проявляется целый ряд положительных эффектов, отмечаемых самими занимающимися.. Прежде всего, уменьшаются мышечные и костные боли, укрепляется связочный аппарат, исправляются сколиозы, замедляется процесс старения. Сравнение психо-эмоционального состояния до и после занятий позволяет говорить о том, что Инсайт-Данс способствует повышению психологической устойчивости благодаря релаксационной направленности движений.

Программа обучения танцу является многоступенчатой и различается по степени сложности. Их количество колеблется от 8-ми до 12-ти.. Начиная обучение с простейшего танцевального движения (здесь подразумевается не

заданный танец по определенным параметрам, а свободный танец), мы переходим к более сложным, а следовательно - более раскрепощенным движениям. На 5-6 уровне танец переходит в парный. Желательно, чтобы пара была мужчина-женщина, т.к. во время танца происходит обмен энергиями инь-ян. Первые 8 являются базовыми. Начиная с 9-го и по -12 - й уровни танец переходит в высшую фазу - вибрационную. Не вдаваясь в подробности, познакомимся с их краткими характеристиками:

1-й уровень - выведение тела на силовые линии. (Подробно об этом: Вестник БПА, N 12, 1997 г.

2-й уровень - работа с энерго-информационными полями.

3-й уровень - включение собственной внутренней звуковой волны.

4-й уровень - выход на парную работу с полями.

5-й уровень - групповая работа со звуковой волной.

6-й - 8-й уровни - групповая работа с помощью предметов (гимнастические палки), способствующих более полному восприятию и синхронизации с окружающим миром., синхронизация работы группы, как единого организма..

9-й-12-й уровни - задействованы все составляющие. Фокусировка групповой энергии и направление потока на реализацию намеченных программ.

Таким образом, начиная обучение с простейших движений - «Осанка», «Восьмерка», с осознания собственного тела в процессе их выполнения, человек шаг за шагом выходит на режим свободного танца. Так же как и в спонтанном релаксационном танце здесь присутствуют различные формы исполнения: индивидуальная, парная и групповая. Такая двигательная техника, опирающаяся на принципы спирально-волнового движения даёт возможность гармонизировать и синхронизировать деятельность полушарий головного мозга, выравнивать функциональную асимметрию, производить многоуровневую саморегуляцию организма. Можно предположить, что Инсайт-Данс как один из видов целостного движения позволяет освободиться от внешних и внутренних негативных эмоций и проблем, спроецировать фокус внимания вовнутрь; подготовить телесную (мышечную) организацию к высоко координированным, многоуровневым действиям, оказывая большой психотерапевтический и профилактический эффект.

Отличие Инсайт-Данс от ритмики, аэробики, шейпинга и других двигательных практик в том, что уже на первом этапе происходит правильное выстраивание позвоночника и костно-мышечного аппарата, приводящее к немедлительному оздоровительному эффекту.

Особое внимание в Инсайт-Данс уделяется работе со стопой. Известно, что на стопу выведены все рефлексогенные зоны организма. Прорабатывая стопу во всех плоскостях, мы производим самомассаж всех внутренних органов, что несомненно благотворно сказывается на улучшении самочувствия. Во время танца включаются в проработку все отделы позвоночника. Происходит

возможность поведенческого выбора. А отсутствие выбора - это отсутствие свободы.

Для каждого человека характерен свой способ движения. Специалисты в области движения знают: по тому, как мы передвигаемся в пространстве можно определить наше физическое и психическое состояние. Если человек часто ударяется об острые углы, задевает выступающие предметы, можно с уверенностью сказать, что в данный момент человек расстроен, его психика не совсем устойчива. Любой мышечный блок или «зажим», нарабатанный в течение жизни, сказывается на способе движения и, следовательно, на здоровье. Чем более он раскован и свободен в движениях, - тем более он психологически устойчив, тем меньше у него болезней.

Инсайт-Данс является одним из способов раскрытия «мышечного панциря». Он способствует гармонизации организма на всех уровнях, телесной организации. Научившись красиво, плавно двигаться, "вписываясь" в окружающее пространство, "обтекая" острые углы, возможно улучшить не только физическое, но и психическое состояние.

Инсайт-Данс основан на принципе системы целостного движения, в котором движение начинается от стопы или любой точки опоры и плавно, волной распространяется по всему телу, выводя графический символ «восьмерка», являющийся символом выхода в энергоинформационное поле.. Танцевальные волнообразные движения, выполняются сосредоточенно, и вместе с тем расслабленно. Это помогает сознанию обрести в динамике гармонию с окружающим миром посредством соотнесения его ритмов с многочисленными индивидуальными биоритмами на уровне тела. Устраняются различия между моделью движения и реальными возможностями физического тела.

Двигаться целостно, т.е. вместе с пространством, возможно только при правильно выстроенном костно-мышечном аппарате. На занятиях Инсайт-Данс костно-мышечный аппарат выстраивается в соответствии с конституционными особенностями каждого занимающегося. Поэтому движение, рисунок танца становится неповторимым, присущим только для данного человека. В танце выражается вся гамма чувств и состояние, характерное именно на данный период времени, когда танец становится способом существования и самовыражения.

Целостное движение, синхронизированное с ритмами окружающего мира благотворно воздействует на здоровье человека. В результате занятий проявляется целый ряд положительных эффектов, отмечаемых самими занимающимися.. Прежде всего, уменьшаются мышечные и костные боли, укрепляется связочный аппарат, исправляются сколиозы, замедляется процесс старения. Сравнение психо-эмоционального состояния до и после занятий позволяет говорить о том, что Инсайт-Данс способствует повышению психологической устойчивости благодаря релаксационной направленности движений.

Программа обучения танцу является многоступенчатой и различается по степени сложности. Их количество колеблется от 8-ми до 12-ти.. Начиная обучение с простейшего танцевального движения (здесь подразумевается не

его растяжка, улучшается трофика, увеличивается подвижность. Оздоровление позвоночника ведет к оздоровлению всего организма.

Инсайт-Данс не знает ограничения возраста. Меняя частоту и ритм движения, можно регулировать нагрузку в зависимости от возраста, самочувствия и степени подготовленности занимающихся. А танец, который идет изнутри и не ограничен условностями - это всегда радость.

БИОЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ РЕЛАКСАЦИОННАЯ ПЛАСТИКА И ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О БУДДИЙСКОЙ ФИЛОСОФСКОЙ ПСИХОЛОГИИ -АБХИДХАРМЕ.

Ауходиева Г.З.

**Член рабочей группы экспериментальной школы биоэнергопластики
БПА, секретарь Общества друзей Тибета.**

Любое наше движение совершается в пространстве. Движение является одной из формообразующих функций тела. По буддийским представлениям, тип тела и тип мира пребывания любого живого существа неразрывно связаны. Тело есть то, чем мы взаимодействуем с миром, именно тело, как мастер-стилище для носимого им сознания, является тем, чем мы выбираем, а отчасти, - определяем (очерчиваем пределы), формируем мир.

Ощущение движения, воспринимаемое через осязание, в абхидхарме отнесено к числу чувственных модальностей (воспринимающих способностей), формирующих не только наш тип мира (kamaloka), но и сферу чистого образа (garaloka), миры которой не подчиняются законам исчерпаемости потребляемой материи, являясь сферой содержательно-значимого.

Таким образом, кинестетическое чувство, наряду со зрением и слухом, может служить для положения основных категорий, структурирующих бытие или опыт: для полагания объекта с приписываемыми свойствами, и для полагания объемлющей среды объекта, то есть мира. Пространство движения, особенно движения человеческого тела - не пусто, оно неразрывно сопряжено - ему изначально присуща знаковость, значимость, идеальное-нематериальное.

Методика, разработанная И.В.Курис, позволяет использовать эти аспекты движения в любой, в том числе и оздоровительной, работе с человеческим телом. Биоэнергетическая релаксационная пластика позволяет, в процессе выполнения базовых динамических комплексов - вьяя, асан - поз классической хатха-йоги, в спонтанном танце, - достигать весьма эффективного уравновешивания функций правого и левого полушарий головного мозга, не-

обходимого для любой продуктивной деятельности; равновесия интуиции и рациональности.

Большинство духовных традиций мира для достижения подобных целей предлагают лишь статические медитативные, не ориентированные телесно практики.

Принципы целостности и гармоничности движения, лежащие в основе методики био-энергетической релаксационной пластики, усиливают активность участков мозга, которые обычно задействованы очень слабо. Это позволяет, осваивая различные субстанциональные, и экзистенциальные аспекты бытия, не вводить их, как внешнее знание, а взаимодействовать с ними, как с внутренними качествами, присущими двигательной деятельности любого высокоорганизованного живого существа.

ЭЗОТЕРИЧЕСКИЙ САКРАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ ТАНЕЦ КАК ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ ОПЫТ

=====

АНАЛИЗ СЛАВЯНСКОГО РИТУАЛЬНОГО ТАНЦА В СВЕТЕ МИРОВЫХ ЭЗОТЕРИЧЕСКИХ ТРАДИЦИЙ.

**Г.Э. Адамович, доцент БГПУ, член БПА
А.В. Толмачев, президент АКНА
(Минск, Белоруссия)**

Культура танца, несомненно, является важной составляющей духовного наследия любого народа. Славянские народы - не исключение. Ритуальный танец во все времена играл важную роль в обрядовой деятельности. Кроме того, танец обуславливал культуру движения и являлся методом не директивной психофизической подготовки членов сообщества. Не претендуя на широкое освещение темы, данная статья ориентирована на раскрытие некоторых характерных особенностей культуры славянского ритуального танца в свете мировой эзотерической традиции.

При рассмотрении психофизических методов тренировки восточных славян (белорусов) необходимо обратить внимание на достаточно большое количество упоминаний в устной народной традиции о прыжках через предметы: "у старыну проста малшсь: цераз равок скок, за матку скок, за бацьку скок" [1,165, №226], "не пераскачыушы, не кажы гоп" [1,340, №1720]. При рассмотрении приведенных поговорок необходимо учитывать своеобразное отношение к Богу, его возможностям, и отношение к христианской церкви у белорусов: "паклашся кусту, дык ен дасць хлеба лусту" [1,115, №832], "у лясу жывём, пню кланяюся " [1,115, №834]. В сказании о "богомолении" [5] сопоставляются две религиозные традиции: языческая - заключающаяся в перепрыгивании (тридцать раз в день) через колоду со своеобразной молитвой "табе божа, мне божа" - и христианская - посещения церкви и принятия причастия на "вялпсдзень". При рассмотрении двух методик оказывается, что после первой, языческой, можно было "ходить по воде", а после посещения церкви и принятия причастия - этот навык исчез.

Рассматривая приведенные выше народные поговорки и предание, можно предположить, что прыжки через пень, колоду, огонь, куст - являются ритуалом поклонения некому языческому божеству, место пребывания которого находится в пне или колоде, огне или кусте;

- поклонением предкам, выражаемое в ритуальном охранном прыжке за "матку і бацьку";

- основным в ритуале поклонения является перепрыгивание предметов, олицетворяющих местопребывания бога;
- повторение определенной фразы "табе божа, мне божа" (молитвы, заклинания),
- вызывающей определенные психофизические изменения у выполняющего прыжки;
- ритмичность выполнения прыжков;
- требование к постоянной тренировке.

В мировой практике психофизические методы проявляются, в основном, в обрядовых действиях. В основном, это ритуальные танцы, позволяющие раскрыть определенные психофизические возможности человека. Их практика вполне сопоставима с сохранившейся белорусской традицией мужского народного танца и выше приведенной психофизической методикой существовавшей в традиции восточных славян. В каждой из ниже перечисленных традиций используется, как составная часть, и выполнение прыжков.

У североамериканского племени шошонов главным ритуалом года является "Пляска Солнца". В основе ее ~ обряд благодарения, в котором участники благодарят Верховное Существо за прошедший год и просят сделать счастливым и здоровым год наступающий. Подобные ежегодные ритуалы благодарения встречаются и у многих других племен североамериканских индейцев. Индейцы Великих Озер имели упрощенную версию такого обряда, и она существовала у шошонов Винд Ривер, пока не была заменена "Пляской Солнца". "Пляска Отца", как она иначе называлась, представляла собой круговой танец, в котором мужчины и женщины танцевали вокруг кедра, хлопая в ладоши и совершая боковые движения. Они пели, благодарили "Отца Нашего" за его щедрость и просили его прислать дождь и обилие пищи и помочь людям выжить. В этом обряде кедр представлял собой Древо Мира, символ присутствия "Отца Нашего".

Интересной особенностью "Пляски Солнца" является большая продолжительность данного обряда - трое суток, и при этом полное воздержание от пищи и воды. После прохождения обряда многие участники становятся способными предсказывать, а молодые люди считаются взрослыми.

У индейских племен Мез-Америки существовал тайный обряд "Танца Силы", исполняемый нагуалем (мужчиной-целителем) на вершине холма. Этот обряд также именуется "Танцем Четырех Ветров", поскольку танцор должен обрести силу всех четырех ветров, соотнесенных с четырьмя сторонами света и символизирующих четыре первоэлемента. Цель "Танца Силы" - обретение индивидуальной Силы (природной психофизической субстанции) для последующего использования в целях диагностики и целительства.

Наиболее известной в настоящее время является традиция использования ритуального танца в йоге и Тантре, системах психофизического совершенствования Древней Индии. В этом отношении весьма показательной является одна из древнейших практик ведического культа Рудры - Шивы (у древних славян известного как Род). Один из эпитетов Шивы - Натараджа, "Царь танца". В пшвайтских храмах, например, в Чидамбараме (Тамилнад),

можно видеть изображение многорукого Шивы, танцующего на одной ноге в круге огня, со вставшими дыбом спутанными волосами, держащего в правой верхней руке барабан "дагмару", балансирующего "Огнем Разрушения" в левой верхней, одной из нижних рук указывающего на свою ногу, легко поднявшуюся за пределы этого мира, а другой нижней рукой ободряющего своего почитателя миролюбивым жестом, означающим "не бойся".

Во многих *случаях* танец Шивы, называемый "Тандава", исполняет человек, участник ритуала. Подражающий Натарадже танцор, йогин или целитель, может проявлять качества Шивы или одного из Его "гневных" ипостасей, такого, как Бхайрава или Вирахадра, и способен исполнять экстатический танец в течение нескольких часов, наполняясь необычайной силой. Подобная практика лежит в основе Кундалини- или Сиддха-йоги, направленной на раскрытие потенциальных возможностей человеческого организма. Она же широко используется как эффективный метод в процессе подготовки воинов, например, у сикхов. Во время танца "Тандава" часто исполняется санскритский гимн (особые мантры), называемый "Шива Тандава Стотра" (шлока, ред.), авторство которого приписывают древнему царю духов Шри Раване, правителю Шри-Ланки.

Широко известными в последние годы стали методы медитативного танца, практикуемые в суфизме. Это, прежде всего "верчение дервишей" - многочасовое вращение танцора вокруг собственной оси, сопровождаемое особым родом зикрами (распевной декламацией арабских стихов философского содержания) и статикой верхних конечностей. Кроме того, существует "Танец Четырех Шагов", включающий помимо движений поочередно по направлению четырех сторон света (русское: "на все четыре стороны") с возвратом в центр, также весьма интересную технику движения рук, сопровождаемую особым дыханием. Для активизации внутренних сил организма практикуется также "Танец Неба", заключающийся в ритмичных прыжках вверх с поднятыми вверх руками; при приземлении танцор сильно ударяется пятками ног о поверхность пола, что вызывает импульс, идущий в копчик, где, как считается, находится центр резервных сил организма. Суфийские практики психофизического совершенствования стали известны на Западе благодаря Георгию Гурджиеву, поэтому за рубежом их часто называют "гурджиевскими танцами". Их оздоровительную ценность подтвердил ряд научных исследований, проведенных в Европе и США.

Библиография.

1. Прыказш і прымауш у дзвюх кшгах, кн.2. Мн., 1976. № 226
2. Бяздонное багацце. Лягенды, паданш, сказы. /Склад. Гурсю А.І. Мн., 1989.
3. Толмачев А.В. Искусство магии, или Объяснение магов (Введение в сферу абстрактной магии). Мн., 1994.
4. Religious Traditions of the World. San Francisco, 1994.

СПОНТАННЫЙ САКРАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ.

Курис И.В.,

**к.п.н., доцент, руководитель отделения Школа
биоэнергетического и духовного развития БПА.**

У каждого человека своё представление о спонтанности. Само понятие интерпретируется как «самопроизвольность», «действие, возникающее вследствие внутренних причин, без непосредственного воздействия извне». Между тем, давно известно, просто так ничего не происходит. Словосочетание «спонтанный танец» - яркое тому подтверждение. Люди очень часто в спонтанном движении выражают свои эмоции, отношение к тому или иному явлению, которое есть ничто иное, как воздействие извне. Другое дело, что мы не всегда можем отследить причину и следствие. В большинстве случаев спонтанное движение - это реакция тела, вернее, их совокупности на разных уровнях телесной организации. Реагируют наша психика, интеллект, высшие и низшие эмоции и т.д. Но только движение тела, позволяет это пластически выразить, т.е., перевести на невербальный язык и, соответственно, «читать» и понять эту информацию соответственно уровню восприятия.

Спонтанное движение и танец не имеют научного определения. Пожалуй, можно, говорить о том понимании, которое вкладывается в данный контекст. Потому что, уже в силу самого значения этого слова, у каждого оно будет свое. Для одних - это движение, идущее от чувства, состояния на данный момент времени; для других - это что-то близкое к импровизации, для третьих - это нечто, связанное с ритуальным действием, которое идет из глубин естества и т.д.

Практически любой человек в той или иной степени может двигаться спонтанно. Для одних - это в определенной степени интимное действие, другие - наоборот, предпочитают толпу, чувствуя себя более защищенно (возможно, от самих себя). Не всегда спонтанное движение уместно назвать танцем. Скорее, оно напоминает дерганье, лишенное даже намека на эстетику. Когда же мы говорим о танце, как спонтанном движении, мы подсознательно имеем в виду, определенный уровень владения телом и всё то, что в нашем представлении связывается с танцем.

Однако, существует категория людей, для которых спонтанный танец - это не просто самовыражение, не только ритуал из определенных движений, рождающихся на уровне интуитивного знания. Это ещё и священнодействие, оценить которое могут только истинные носители Знания. Знания, которое не всегда можно получить из книг, но которое, тем не менее, существует как внутри каждого из нас (интуитивное знание), так и вовне. И открыть его можно лишь при условии постоянного пребывания и желания познать мир Тайны и Сакральности. А это требует серьезных знаний и подготовлен-

ности тела на всех уровнях. И единственная возможность постижения и открытия нового Знания - продолжать свой танец жизни.

В предлагаемых вашему вниманию записках автор высказывают свою собственную позицию и отношение к самому понятию спонтанности, которое смыкается с представлением о нем как о сакральном действии, удивительной возможности познавания своего внутреннего мира и расширения границ мироощущения. Это совершенно необычный вид практики целостного движения, в котором исполнитель на время танца перестает ощущать себя обычным человеком. Он осознаёт себя в прямом смысле инструментом, которым управляют высшие силы. И именно поэтому я позволю себе рассмотреть спонтанный танец с разных точек зрения. Это результат переосмысления информации, полученной разными путями: обычным, знакомым всем, и не совсем обычным. Многие из того, о чем здесь написано, является результатом спонтанного движения, как медитативной практики и трансперсонального опыта. Опыт, который явившись отправной точкой танца, заставил искать объяснение многим состояниям, переживаемым в тишине медитации, в танце, и в постмедитативном состоянии. Опыт, заставивший искать объяснение в эзотерическом знании, мифологии и психологии, обратиться к проблеме творчества, как естественному состоянию человека и мн. др. Т.е., информации, которая на первый взгляд, не имеет к танцу никакого отношения.

Впервые я задумалась об этом серьезно в процессе работы над танцем Шивы, который мне посчастливилось изучать в Индии под руководством известнейшего Учителя танца Ананта Пиллаи несколько лет назад. Эта небольшая работа - знак моего уважения, любви и восхищения перед ним.

Танец с позиции целостного движения.

В последнее время на Западе, а затем и в нашей стране получило развитие направление, которое называется «телесное ориентирование». Возникшее изначально, как практика психического самооздоровления посредством двигательных действий, оно приобретает сейчас более рекреативную направленность и концептуально приближается к принципу целостного подхода к движению, изначально характерную для восточной традиции. При этом, речь идёт и о физическом движении, как составной части целостного движения, которое каждым движением включает тело человека в пространственную среду, и о биоэнергетике движения, которая эту среду создаёт **0,4).**

Движение тела не только выражает эмоции, но и способно регулировать их. При этом особую роль приобретает пространственная структура движения. С точки зрения современного естествознания «Движение - атрибут материи, обеспечивающий разнообразие форм её существования и создающий своими переходами от одного вида в другой всевозможные изменения вообще в материальном мире» (7) Физическое движение, связанное с изменением положения тела в пространстве и времени способно активно

формировать состояние материи (4, 8, 10, 14). Именно эта идея целостности мира, пришедшая к нам с Востока, получила широчайшее развитие и на Западе, и в нашей стране.

Пространственная структура движения, принципы которой ещё в 1930 году начал развивать известный балетмейстер Б. Лабан (выходец из России), (2) своим творчеством доказал, что она (пространственная структура), способна воздействовать на психофизическое состояние человека. И речь, в данном случае, идёт не о танце, как виде искусства, а о танце, как двигательном действии, способном созидать пространства и выполнять не только рекреативную функцию, но и, оказывая сильнейшее эмоциональное воздействие, переводить сознание человека в другое измерение (4, 16).

Интересно, что этот фактор всегда учитывался во всевозможных зрелищах, начиная с мистерий древности и средневековья, в которых танцам и различным физическим упражнениям отводилась важная роль (17) Он же красной нитью проходит через творчество художников, которые своей деятельностью создают новую пространственную структуру, активно воздействуя на подсознание человека, формируя его психику и поведенческие функции. (14).

В свете этих представлений физическое движение может быть изучено с других, пока ещё непривычных позиций, а именно - с позиций «энерго-информационного поля, т.е., взаимодействия энергии человека с окружающим пространством (6)

Биоэнергетика как научное понятие не имеет на сегодняшний день общепринятой формулировки. Среди ученых-исследователей, занимающихся изучением этой проблемы существуют приверженцы восточного и западного направлений.

Биоэнергетическая система - одна из важнейших систем живого организма, отражающая, с одной стороны, состояние «тонкого» (непроявленного) тела, а с другой - оказывающая влияние на общее состояние Тела и его составляющие: физическое (или проявленное), психическое (астральное) и ментальное. Ментальное тело, как понятие включает в себя и интеллект, и интуицию, и духовность, как устремлённость к высшему Знанию (6).

Биоэнергетика - термин, вбирающий в себя много понятий, а именно:

- биоэнергетическая система человека, включающая в себя энергетические центры (чакры) и энергоканалы и различные методы работы с ними.
- энергия (прана), являющаяся частью энергии окружающего пространства, циркулирующая в живом организме;
- энергия взаимодействия между живыми организмами и системами.

Говорить об энергетике вообще нет смысла, поскольку этот термин охватывает широкий круг проблем от физики до психологии. Поэтому, мы будем рассматривать её во взаимосвязи с двигательными практиками, которые позволяют работать с биоэнергией и полевыми структурами посредством целостного движения.

Биоэнергопластика - это экспериментальная авторская методика телесно-духовной работы с энергией. Она включает в себя релаксационное движение, основанное на йогической ментально-двигательной практике, медитативный танец в асанах с применением мудр и хаэт (особые положения тела, а также рук и пальцев) и спонтанное сакральное движение (5).

Занятия биоэнергопластикой приводят к активному созерцанию и со-зиданию пространства, развитию интуитивного, творческого мышления, трансформации индивидуальной психики и расширению сознания благодаря многосторонней проработке его глубинных слоев.

Кроме того, эта практика способствует гармонизации и стабилизации психофизического состояния за счет перераспределения внутренней энергии посредством медитативных упражнений, результатом которых является увеличение подвижности опорно-двигательного аппарата и снятие мышечных блоков.

В основе биоэнергопластики как осознанного двигательного действия лежит многоуровневая ментальная и двигательная координация с использованием универсальных графических символов. Это позволяет балансировать и произвольно активизировать функции коры больших полушарий головного мозга и развивает релаксационные навыки в статико-динамическом режиме, что даёт возможность моделировать пространство наиболее оптимальным образом для создания условий выхода в ИСС, переживание трансперсонального опыта и, как результат - выходу на внерациональное знание, включающее и спонтанный сакральный танец.

Несколько слов о технике танца.

Прежде, чем говорить о танце, вспомним, что изначально - это движение тела, и не зависимо от его вида и уровня погруженности (в трансное состояние), есть смысл обсудить его как двигательное действие, являющееся базовым в целостном движении и в биоэнергопластике в частности.

В спонтанном танце далеко не все думают об эстетике движения, поскольку спонтанность не должна быть ничем ограничена. Однако, задумываемся ли мы над тем, что даёт спонтанное движение самому танцующему и что оно несёт в мир, окружающий нас?

Логически завершенное движение является двигательной композицией, включающей в себя все требования, отвечающие условиям любого законченного произведения, вне зависимости от его жанра, а именно: начало, (завязка и экспозицию) среднюю часть (развитие) и завершение (развязку). *Релаксационное движение, как один из примеров целостного подчиняется тем же законам, но имеет свои специфические особенности, исходящие, с одной стороны, из его принадлежности к двигательному действию, и с другой - из его тесной взаимосвязи с энергетической системой человека. Поэтому, необходимо учитывать грамотную выстроенность движения с точки зрения биоэнергетики, исходя из уровней завершенности движения на тонком и проявленном планах. Итак, что же это за уровни?*

1. Структурный - в движении четко выражено начало, развитие и возвращение к началу: от изолированного движения к сочетаемому и совмещенному с возвращением обратно к изолированному.

2. Координационный уровень, куда входят двигательная, ритмическая и пространственная координации, о которых более подробно мы будем говорить отдельно. В качестве примера возьмем ритмическую координацию. Здесь могут быть представлены: развитие от простого к сложному, сочетание наложенных ритмов, контрапункт и т.д.

2.1. Двигательная координация в биоэнергопластике более, чем где-либо является многоуровневой. Это позволяет активно развивать практически все её виды, но здесь нужно особо выделить следующее:

а) привычное сочетание и совмещение движений по анатомическому признаку (движение рук - ног; шеи - рук, шеи - глаз). Это - координационный уровень **1-ой** ступени;

б) сочетание движений одной части тела со статическим положением другой (например, неподвижное положение ног в какой-либо из поз с активными движениями верхней части туловища и его отдельных частей). Координационный уровень **2-й** ступени;

в) одновременное выполнение движений наиболее крупными частями тела и самыми мелкими (например, ударные движения ног с движениями глаз, мелкие движения пальцев и т.д. сочетание и совмещение движений нескольких частей тела (больше 3-х) и т.д. Координационный уровень **3-й** ступени).

В данном случае, речь идет только о двигательном аспекте. Тем не менее, даже здесь необходимо учитывать изменение энергетики человека и пространства в процессе активного двигательного действия и помнить о воздействии упражнений на биоэнергетическую систему человека.

2.2. Пространственная координация, так же, как и двигательная складывается из нескольких компонентов, и связана:

- 1) с графическим символом, знаком, имеющим изначально психоэнергетическую характеристику; (О графических символах подробнее мы поговорим позже).
- 2) собственно рисунком тела и его отдельных частей;
- 3) положением и рисунком тела в пространстве,
- 4) рисунком группы.

2.3. Ритмическая координация — тесно связанная с двигательной, но вместе с тем, способна взаимодействовать с ней на равных правах. Ритмическая координация может накладываться на двигательную: причем, как на базовый ритм, так и иметь свою вариативность и развитие внутри него. Очень интересно сочетание ритмического сопровождения с темой, которая развивается совершенно самостоятельно, что даёт широкие возможности в спонтанном и импровизационном движениях, создании пластического диалога между разными частями тела и т.д.

3. Интеграция всех видов и уровней координации: Развитие графического рисунка тела и его частей: движения тела и его частей: соединение базового рисунка (движения, ритма) с более мелкими движениями (рисунком, ритмом), что ведет к развитию новых координации.

Возвратимся к спонтанному танцу. Он может быть рассмотрен под несколькими углами зрения:

- 1) Танец, как двигательный процесс - в котором исполнитель не думает о движении специально. Но оно естественно подчиняется музыке, внутреннему ритму, логике развития, логике пространственного построения и т.д.
- 2) Танец, как вид психо- и биоэнергетического взаимодействия с окружающим пространством. В этом случае, на первое место выходят энергетические аспекты движения, т.е. танец как средство телесно-духовной практики и средства выстраивания (структурирования) пространства.
- 3) Танец, как телесный опыт, как катарсис, как результат трансперсонального переживания.
- 4) Танец, как вид психотерапии, который соединяет в себе и опыт погружения, и опыт духовный и мн. др.

Спонтанное движение в данном контексте - один из видов арттерапии, направленный на достижение равновесия между двумя разнополевыми структурами, единение которых в разных видах и формах может привести к совершенно ошеломляющим результатам. Это относится к психической саморегуляции, психотерапии, развитию творческого потенциала и, как естественный результат - трансперсональному опыту.

ТАНЦЫ В АСАНАХ

Один из путей к спонтанному релаксационному движению лежит через танец в асанах. Это та школа, которую нужно пройти для того, чтобы свободно чувствовать себя в движении тела, движении энергии внутри тела, ее наблюдении и одновременном пластическом выражении через рисунок, ритм, разноуровневую координацию и т.д. Как физическое движение, танец в асанах, а также и вьяя - подготовка к асане - изначально входят в средства телесно-духовной практики работы с энергией Кундалини. Они имеют временные, пространственные, ритмические и графические характеристики. Но, помимо этого, при выполнении асан и вьяя обязательно сосредоточение внимания на энергетических центрах, графике позы и максимальное абстрагирование от мышечного усилия.

Танец в асане подчиняется обычным формальным законам творчества. Сравните, в любом произведении есть экспозиция, развитие и развязка. В асане - это: и.п. и выход в позу, время нахождения в ней + ментальная прак-

тика и выход из позы. И здесь для спонтанного "сочинения" танца появляется много возможностей разного уровня.

1. Основа - канва для сочинения - это рисунок самого тела, рисунок движения тела, главное осевое положение, которое можно варьировать, практически в любую сторону, сохраняя графическую доминанту самой асаны, используя любую часть тела. Это можно сравнить с музыкальным лейтмотивом (рисунок тела) и развитием темы, при котором отдельные его части выступают в качестве инструментов оркестра.

2. Развитие движения естественно переходит в ассоциативный ряд, в результате чего возникает взаимовлияние, подчиняющееся закономерностям логических и алогических (интуитивных) взаимосвязей. Движение, имеет на правленное воздействие на определенную часть тела —>, которое связано с чакрой—> стихией —> характером, эмоциональным состоянием. Кроме того, оно подчиняется внутреннему и музыкальному ритму; имеет многоуровневый рисунок; цвет восприятия (при наличии повышенной чувствительности) и т.д., которые передаются через совокупность движений, ощущений, т.е. взаимодействия посредством танца в асане с окружающим полем пространством. При этом, даже самое мимолетное движение глаз является тончайшим инструментом общего оркестра движения тела.

СПОНТАННЫЙ ТАНЕЦ В БИОЭНЕРГОШАСТИКЕ.

Спонтанный танец как метод телесной и духовной практики, базируется на энергоинформационном взаимодействии между различными объектами, воспринимаемыми нами. В качестве объектов могут выступать как наши внутренние проблемы, т.е. проблемы личностного характера, связанные с глубинными процессами на уровне подсознания, так и с проблемами взаимодействия с социумом или внешним пространством.

Все это схематически можно представить следующим образом:

I уровень:	координация
собственно движение тела >	музыка—ритм— пространственный рисунок
носок	логика развития

На этом уровне каждое из составляющих уже представляет собой своеобразный микромир. Для того, чтобы лучше это понять, вспомним, что в целостном движении (коим является биоэнергопластика), двигательное действие - это прежде всего релаксационное движение. В отличие от обычного, оно характеризуется рядом параметров и рассматривается как совокупность двигательной, ментальной и биоэнергетической практики. В противном случае оно не будет целостным (б).

Характеризуя движение тела, мы говорим о:

а) его виде (т.е. что оно собой представляет):

- передвижения: шаги, прыжки, вращения и т.д., исходное
- положение, пространственное и т.д.
- скручивания, растягивания, силовые, на равновесие и т.д.

б) характере:

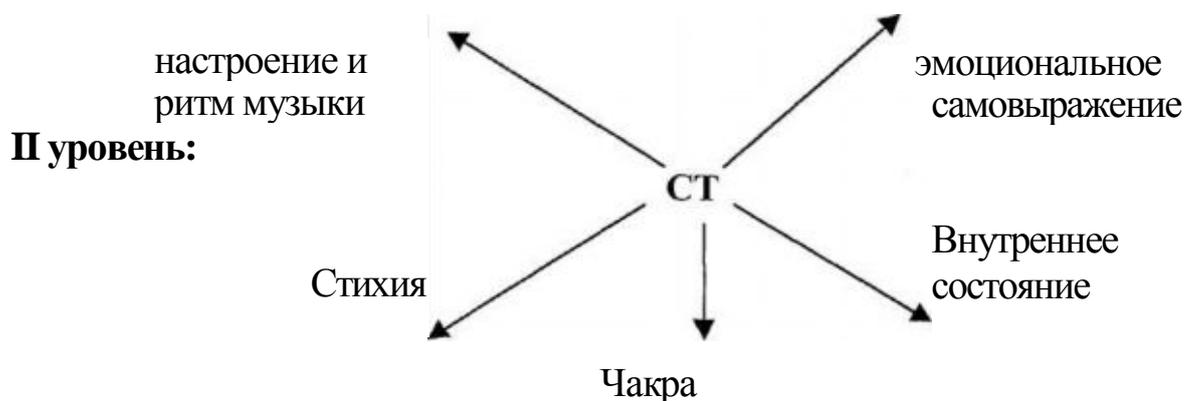
- статическое или динамическое]
- соответствующее характеру музыки, её настроению
- ритмической структуре
- эмоциональной характеристике самого движения
- графическая характеристика: пластичное, мягкое, льющееся или резкое, острое, отрывистое

в) базовой принадлежности, т.е. на что опирается (йога, восточные единоборства; возможно, национальная принадлежность ит.д)

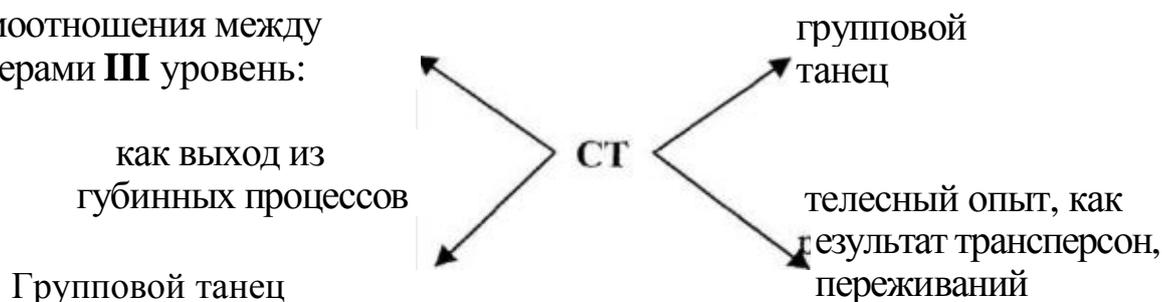
г) анатомической направленности.

Не менее важно помнить о координации, которая складывается из двигательной пространственной и ритмической составляющих. При этом каждая из них является многоуровневой. В связи с активным использованием мелкой моторики, мы специально выделяем тонкую координацию, особенно характерную для восточного движения.

Та же многоуровневость присутствует в рисунке движения. Это легко проследить на следующем примере. Тело - это своего рода оркестр, в котором определенные инструменты - это те части тела, которые непосредственно участвуют в выполнении какого-либо движения. В то же время, наше физическое тело является тоже инструментом, владение которым позволяет нам в спонтанном танце наиболее ярко выразить себя. Каждая, часть тела способна двигаться в своем рисунке; но существует и общий рисунок тела, пространственный и групповой



Взаимоотношения между партнерами **III уровень:**



Исходя из этого содержания, можно говорить о различных формах спонтанного танца, как инструментах взаимодействия с пространством внутренним (конкретного человека) и внешним, в котором он пребывает, выполняя свою миссию (посредством спонтанного релаксационного движения). А это требует определенных знаний, касающихся не только базовой двигательной подготовки (это одно из первых необходимых условий), но и понимания сакрального аспекта движения, символики для выстраивания полевой структуры, которая в дальнейшем, при достижении критической массы энергетического потенциала начинает активно формировать новое пространство.

В качестве инструмента выступают те элементы, которые наиболее ярко отражают взаимодействие самого человека с окружающим миром. К ним относятся: эмоциональное восприятие, и способность выразить его пластически, включение в ритмы окружающего пространства, соотнесение его с внутренними вибрациями и мн.др.

1. СТ как движение:

- передача внутренних ритмов
- танец в чакре; - на основании первых двух - доминанта развития движения
- танец—чакра----- состояние чакры ; танец ---- чакра ---- стихия
- танец ---- диалог с самим собой посредством движения.



3. Танец-образ.

- танец-символ: архетипический, графический и т.д.
- танец взаимодействия с внутренним Я, с окружающим миром, с внешним пространством и др.
танец-самопознания мужского и женского начала.
- танцы астральные (звезд, планет, зодиакальные, небесных существ).

РУНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ, ИЛИ ЗНАНИЕ, РАССКАЗАННОЕ ШЕПОТОМ.

Один из самых известных специалистов по шаманизму, Кеннет Медоуз в одном из своих трудов очень поэтично назвал руны «Знанием, рассказанным шепотом». Слово «руна» имеет много значений: одно из них -шепот (9). Такая трактовка изначально закладывает особый, сакральный смысл в это понятие. Существуют и другие значения: «знание», «знак», «буква». Но это не простой знак, он имеет свой скрытый смысл, невидимый, непосвященному глазу... И для сохранения тайны он передаётся особым письмом, в котором информация зашифрована в неожиданно интересной форме, а содержание понятно только тем, для кого оно предназначено. И это сродни тому, что нам рассказывают на ухо, шепотом, чтобы никто из чужих не услышал.

Каждый символ имеет своё толкование и не одно. Каждой руне соответствует определенная буква алфавита; они также связаны со стихиями, знаками зодиака и планетами. В северной эзотерической традиции Руны популярны до сих пор. Их используют в орнаменте, делают специальные талисманы, обереги и т.д. То есть руна - это, прежде всего, написанный знак, графема. А значит, она имеет свою энергетическую характеристику, её можно не только рисовать или вырезать на чем-либо; но и создавать в движении, используя для этого такой богатейший и выразительный инструмент как тело человека.

Любой графический символ имеет силу, так как начертанный знак способен мощно преобразовывать пространство. Поэтому, пользоваться рунами в движении нужно особенно осторожно. Необходимо знать, на что и как они воздействуют. И, конечно, сакральный танец, в котором движение тела явля-

ясь одним из основных средств взаимодействия с пространством, играет особую роль, не может пройти мимо этой сокровищницы древнего знания.

В этой работе не ставится цель дать полную характеристику рунам. Сейчас появилось много литературы по этому вопросу (3, 9, 12). Однако, в основном, даётся толкование рун для использования их в магии и гадании, а также в лечебно-оздоровительных целях. Нас же интересует возможность использования рунического знания в биоэнергопластике и, естественно, в сакральном спонтанном танце.

Нужно сказать, что сама эта идея не нова. В 40-х-50-х годах нашего столетия в Германии начались теоретические разработки по рунической йоге Зигфридом Адольфом Куммером и Фридрихом Марди, завершение которых принадлежит Карлу Списбергеру (12). Сейчас руническая йога широко распространена в Германии, однако, её использование ограничивается статическими позами - рисунками рун и медитацией на рунах с визуализацией на ментальном экране. Кроме того, Д. Даррел(3) использует так называемый танец рун, который представляет собой попытку воспроизвести рунический знак пальцами.

Не умаляя достижений этих авторов, мне хочется развить идею использования рунических знаков в спонтанном сакральном танце. С позиции биоэнергетического воздействия все знаки можно условно разделить на 3 группы: активизирующие, стабилизирующие и успокаивающие, т.е., имеющие седативный эффект. Многие руны являются универсальными графическими символами и часто используются в биоэнергопластике для осознанной работы с энергией. Начертание рун с концентрацией внимания имеет глубокое эзотерическое значение. Это действительно танец, рассказанный шепотом. Далеко не всем открывается его истинный смысл. Но он, тем не менее, легко укладывается в рамки целостного движения, подчиняется законам развития двигательного действия, способен активно преобразовывать пространство, и переводить сознание исполнителя (и зрителя) из одного мира в другой. Это совершенно удивительное состояние рождает спонтанность движения уже на другом уровне, когда трудно что-либо объяснить и можно только чувствовать и пребывать.

Не менее интересен постэффект при работе с рунами в танце. В принципе, её можно расценивать, как работу с графическими символами в движении, в процессе которой исполнитель вступает в определенные отношения с пространством. Он может его «расширить» и «уменьшить», «утяжелить» и «разрядить», «сделать» тягучим и неподвижным и наоборот. Можно получить эффект остановки времени или наоборот. И это пространство, сформированное линиями и движениями тела исполнителя, переводит нас на другой уровень восприятия, поскольку оно незаметно начинает на нас влиять независимо от нашего желания.

Через некоторое время вы приходите (или выходите) в альтернативное состояние сознания, которое активно стимулирует творческий процесс. Обычно, это эффект ощущается во время релаксации сразу после танца или через некоторое время. Мне приходилось неоднократно наблюдать это на

себе и обсуждать с членами нашей экспериментальной группы биоэнергопластики..

С рунами очень интересно работать. В процессе движения они априори предполагают, а иногда «требуют» соединения двигательной и ментальной практики. Рисуя руны в спонтанном танце, нет нужды привязываться к знаку. Идет непрерывный процесс развития и перетекание энергии знаков друг в друга: соединение рун-хаст и рун-асан, переходы позиций из одной чакры в другую и т.д. Можно следить за движением, рождающимся в руническом танце, а можно полностью отдаться состоянию самой руны, как бы идентифицироваться с ней, самому стать руной, почувствовать Знание в себе и себя частичкой великого Знания.

Наиболее интересен эффект при групповом танце в рунах. Он напоминает построение мандалы (в данном контексте, графического пространственного символа, имеющего более сильное воздействие, увеличивающееся благодаря своеобразному танцу-медитации). Как правило, такие танцы исполняются в кругу, они не сложны, и ведущий выбирает руны, которые легко выполняются на всех уровнях телесной организации: хасты, движения ног и рук, и т.д. Эффект воздействия увеличивается за счет создания единого замкнутого поля (соединяющихся рук и ног, или сцепленных в определенной позиции пальцев).

Многие руны позволяют пластически выразить себя и выстроить гармоничные отношения с внешним пространством. Они всегда интересны в двигательном отношении. Танец в рунах - это погружение в мир скрытого знания, мир, который создаётся в воображении и реализуется здесь и сейчас. И в этом ещё одна удивительная особенность и магия рунического танца.

САКРАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ КАК СПОСОБ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ОКРУЖАЮЩИМ МИРОМ.

Сакральный спонтанный танец - это одна из форм взаимодействия с энергией окружающего пространства. Слово «сакральный» означает не просто тайный, скрытый; оно подразумевает также и сокровенный, а значит хранимый внутри. Сакральный танец - это святая святых души и только пластика способна это выразить таким образом, что это будет понято теми, кто готов воспринять и знает этот язык. Сакральное движение соединяет в себе эзотерику, то есть тайный смысл и духовный аспект, заложенный во внутреннем состоянии души исполнителя.

Сакральный танец в определенном смысле можно назвать магическим. Это не магия как действие, направленное на достижение конкретной цели, а именно танец. Здесь может быть и тема, и содержание, но может и не быть. В магическом танце исполнитель сам наполняет движение внутренним смыслом, эмоциональным состоянием, или внутренним нервом. Энергетически спонтанный сакральный танец связан со всеми составляющими, о которых мы уже говорили, но особая роль отводится осознанной работе с энергетикой.

кой пространства и собственного тела. Поэтому, так важно знать принципы телесно-духовной практики работы с энергией, законы построения пространственных структур, способы внутренней и внешней гармонизации балансировки посредством целостного движения, сочетающего ментальную и двигательную практики.

Именно это знание, переходя в процессе постоянного тренинга, необходимого в любой двигательной практике, на уровень подсознания, позволяет каждый раз в танце выходить на новый уровень, создавать свой мир Красоты и гармонии и открывать новую страницу Знания.

Библиография

1. **Бактан Э., Б. Венингер.** Спорт и йога / Будапешт, 1942 Пер. с венгр..
2. **Балетная энциклопедия.** М.: Искусство, 1992, с. 122.
3. Даррел. Д. Оздоровление магией рун. - СПб.: ИК «Комплект», 1998.-207с.
4. **Калниньш А.Ю.** Неочевидное вероятное - рабочая модель единого поля / Сб. Развитие классических методов исследования в естествознании. - Санкт-Петербург, РАН, 1994, с.485-493.
5. **Курис И.В.** Возможности магического сакрального танца при работе в измененном состоянии сознания. Информационный вестник Балтийской Педагогической Академии, вып. 2, N2, 1995 г. Санкт-Петербург.
6. Курис И.В. Роль психофизических упражнений в релаксационной пластике. Информационный вестник Балтийской Педагогической Академии, вып. 10.- 1997 г. Санкт-Петербург.
7. **Мамыров У.** Некоторые дополнения к основам механики Ньютона / Сб. Развитие классических методов исследования в естествознании. - Санкт-Петербург, РАН, 1994, с.228.
8. Мирзалис И.В. Сознание и физический мир // Парапсихология, 1993, N4, с. 3-31. - М.: НПО Психотехника, 1992, с. 2-12.
9. Медоуз **Кеннет.** Магия рун (тайные знания мудрецов). - М.: Агентство «Фаир», 1997.-320 с.
10. **Московский А.В.** Сознание и физический мир // Парапсихология, 2,1997
11. Лоуэн А., Райх В. Психология тела / Сб. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике. Сост. В.Ю. Баскаков.
12. **Руны /Сост. Анна Капа/-М.: Локид, 1998. -428 с.**
13. Тарт Ч. Состояния сознания. / Сб. Магический кристалл. Сост.ред. И.Т. Касавин. (Пер. с англ.). - М.: Республика, 1992,с.180-181, 243-245.
14. Файдыш Е.А. Сверхсознание. - М., 1994, с. 24-26.
15. **Феррер Л** Метафизика Хатха-йоги. Т. 3. (Пер. с фр.).- Париж, 1958, 256с.
16. **Шюре Э.** Великие посвященные. - Калуга, 1914, 416 с.
17. **Холл М. П.** Энциклопедическое изложение масонской, герметической, каббалистической и розенкрейцеровской символической философии. Новосибирск: Изд. ВО "Наука", 1992.

ЦЕЛОСТНОЕ ДВИЖЕНИЕ В КОНТЕКСТЕ КАББАЛИСТИЧЕСКОГО ЭЗОТЕРИЧЕСКОГО УЧЕНИЯ О ДРЕВЕ СЕФИРОТ (СФИРОТ) ИЛИ ДРЕВЕ ЖИЗНИ.

Кудряшов Н.И. Член БПА

От редакции: *Материал, который представляется вашему вниманию, не претендует на научность и не рассматривается автором, как единственно возможный вариант интерпретации целостного движения в контексте эзотерического учения. Тем не менее, мы посчитали возможным его опубликовать по нескольким причинам:*

***Первая** - данная информация является результатом эмпирического опыта, который, в свою очередь, опирается на принципы работы с телом в системе целостного движения.*

***Вторая** -она содержит конкретные рекомендации телесной практики, которые легко проверить по нескольким параметрам: а) повторяемость движений и легкость их воспроизведения; практически это может выполнить любой человек, даже с самым низким уровнем двигательной подготовленности; б) степень восприятия (принимается или не принимается на различных уровнях телесной организации); в) степень воздействия предлагаемых движений, интерпретируемых в рамках характеристики планет и знаков Зодиака.*

Кроме того, этот материал достаточно дискуссионный и приглашает к размышлению, возможно, к спору. При этом, он будит творческую мысль, (что само по себе немаловажно) и требует обязательного «проведения этих движений через себя, желательно не меньше 2-х-3-х раз. И только после этого высказать свою позицию.

Хочется добавить, что одноименный тренинг неоднократно проводился в разных городах России, а так же прошёл апробацию на студентах психологического факультета ЛГОУ и членах рабочей группы экспериментальной школы «Биоэнергопластики» БПА.. Эффективность прямо пропорциональна уровню подготовленности, но практически все отмечают очень большой психоэнергетический эффект и выраженный отставленный эффект, который распространяется на многие сферы жизни.

Можно принимать или не принимать эту информацию, но что предлагаете вы?

1. Древо Сефирот или Древо Жизни

Древо Сефирот или Древо Жизни - каббалистическая мандала (символическая последовательность расположения центров сознания - сефиротов), позволяющая познать божественную сущность "Я". "Конструкция" этих центров соотнесена с космическими структурными образованиями.

Мандала на санскрите означает "платформа мироздания", и представляет собой графическое изображение мистической вселенной, состоящее из нескольких геометрических фигур, которые считаются священными во всех религиях мира. В центре помещается изображение мандалы человека.

Мандала, символизирующая построение структуры ритмов биосистемы "человек" - это квадрат, вписанный в круг, содержащий меньший квадрат и ориентированный по сторонам света. В меньший квадрат вписан внутренний *крут*, периферия которого представлена 8-ми лепестковым лотосом, символизирующим пассивное женское начало, детородное лоно, а внутри его - знак мужского активного начала. В середине каждой стороны квадрата находятся Т-образные ворота, продолжающиеся за его пределы и заканчивающиеся крестообразным изображением или полукругом - точками выхода в пространство.

Все явления мира, идентифицируемые сознанием, могут быть сведены к простым вибрациям, которые можно обозначить при помощи определенных телодвижений, звуков, знаков, цифр и представить в виде геометрических фигур и их сочетаний. Мандала содержит в себе основные сочетания вибрационных пропорций (пропорций длин волн, частот и т.д.), выраженных графически, на основе которых возможно структурное описание мира.

Древнее эзотерическое учение говорит о том, что центры сознания Древа Сефирот, каждый из которых обозначается определенной мандалой, связаны между собой коммуникациями, то есть путями течения многоуровневых процессов и, в частности, путями течения энергии, и обеспечивают многовариантный характер их прочтения.

Эти пути располагаются внутри тела человека, коррелированы с его системами жизнедеятельности (имеют определенные последовательности соединения анатомических представительств систем жизнедеятельности и уровней организации) и определяют основные мотивы его поведения, а также основные способы реализации этих мотивов в материальном мире посредством соотнесения с путями течения энергии в окружающем мире.

2. Телесный уровень организации человека и его связь с Древом Сефирот.

Каждая часть тела, в том числе и мозг, представляют собой, в частности, информационно-энергетический модуль, резонансный контур или аспект сознания биосистемы "человек", которому присущи определенные характеристики, описанные с точки зрения астрологии.

В том, что космические объекты воздействуют на природу нашей планеты и на людей, живущих на ней, ни у кого сомнений нет.

Все серьезные философские источники прямо указывают на корреляцию частей тела человека, систем его жизнедеятельности и уровней организации с иерархией космических образований.

Это укладывается в рамки известной концепции, утверждающей, что в человеке, как в микрокосме, представлена в определенных конфигурациях и масштабе вся вселенная.

Каббалистическое эзотерическое описание мира говорит о корреляции анатомических представительств систем жизнедеятельности и уровней организации человека с "модулями" Древа Жизни, то есть, в частности, с системой коммуникативных, в том числе энергетических, центров человека, а также о их взаимосвязи с иерархией космических образований.

Конкретика таких представительств и их взаимосвязей представляет исключительный интерес и изучается в системе целостного движения.

Мною выдвинут постулат: получать необходимую сознанию информацию о любых уровнях организации и иерархических модулях окружающего мира вполне возможно, используя определенным образом тело как гибкий инструмент познания.

Каждая парадигма реальности, которую мы изучаем, проецируется в соответствующие механизмы телесной организации, то есть может быть скрыта и обнаружена в теле. В системе целостного движения на этот счет нет никаких сомнений. Всем известно, что мистический опыт, с которым на определенном витке эволюции телесной организации столкнулся и с тех пор постоянно сталкивается человек, не так легко проявляется и идентифицируется, как телесный. Поэтому я выбрал тело как наиболее доступный инструмент познания законов и свойств окружающего мира, в том числе мистических.

Естественно, что телесная динамика наиболее наглядно проявляется в танце, носящем глубинные смысловые контексты различных культурологических ниш человеческой цивилизации и базирующемся на архетипических телесных рефлексиях.

3. Танец - способ познания мира.

Танец - один из возможных способов движения, способствующий "пробуждению" и активизации "тонких" восприятий окружающей нас образно-динамической, ритмической и так далее (Штейнер) картин мира.

Танец также может выступать в качестве соотнесения динамической "модели" движения, возникающей в сознании, и реальной мышечной деятельности человека.

Дело в том, что индивидуальный телесный образ, представление о котором есть у каждого человека, как правило не соотнесен с реальными возможностями тела.

Попробуйте в противофазе вращать руки навстречу друг другу и Вы убедитесь в этом сами. Еще труднее это будет сделать с ногами. При этом отметьте, что мысленно Вы легко смоделировали такой способ движения.

Устранение различия между моделью движения и реальными возможностями тела - это задача, которая решается на первом этапе занятий танцами. Для этого существует большое количество упражнений, многие из которых Вы прекрасно знаете.

Любые танцевальные волнообразные движения, выполняемые сосредоточенно и в медленном ритме, помогают сознанию обретать динамическую гармонию с окружающим миром посредством соотнесения многочисленных индивидуальных ритмов телесной организации с его ритмами и устраняют различия между моделью движения и реальными возможностями тела.

Движение и его гармоничная составляющая - танец - составляют основу материального мира. "Танец жизни" присущ любой биологической форме существования на Земле.

Легко заметить, насколько плавно и волнообразно колеблются водоросли в струях воды, деревья и растения в потоках воздуха, как в многочисленных спиралях извивается пламя огня, как ландшафт вписывается в волнообразные мнимые траектории своего развития в соответствии с природной заданностью.

Танец содержит выраженную эмоциональную составляющую движения. Хорошо видно, например, в телесной динамике, каков эмоциональный смысл движения. Легко различимы агрессия, любовные ухаживания, просто движения, гармонично вписывающиеся в ритмы мира.

Каждое из этих эмоциональных состояний сопровождается определенными телодвижениями и положениями пальцев рук.

Танец - это искусство, стимулирующее жизненные силы организма, восстанавливающее баланс процессов любого уровня организации, пробуждающее творческие способности индивидуума.

4. Оздоровительные возможности танца.

Танец является одним из способов самосовершенствования. Гармоничное, волнообразное движение способно раскрепостить "мышечный панцирь", устранить или преобразовать в творческий потенциал мышечные зажимы.

Известно, что в процессе "снятия" мышечных блоков и зажимов "высвобождаются" потенциально заключенные в них эмоции, энергии, силы, проявляется в том или ином виде "заархивированная информация".

"Пробуждая", например, "низшие" эмоции и силы и "высвобождая" их посредством танца, можно осознать целые форматы недоступной ранее информации и направить ее скрытый потенциал на самоизучение и самосовершенствование.

Динамические телесные упражнения со спин-контрспиновым принципом развития процессов и течения траекторий позволяют: - гармонизировать синхронную деятельность полушарий мозга, выравнивать функциональную

асимметрию на уровне кинезиологических феноменов, производить многоуровневую саморегуляцию организма;

- освободиться от внешних и внутренних негативных эмоций и проблем при помощи отключения ментальных монолога и диалога, спроецировать фокус внимания вовнутрь;
- подготовить телесную (мышечную) организацию к высококоординированным, многоуровневым действиям, соотнести ритмы существования организма с ритмами окружающего мира;
- сформулировать вектор целеполагания конкретного действия (эмоциональная составляющая), не выходя из природного контекста.

Танец способствует синтезированию интуитивного и рационального начал человека и помогает сохранять связи с высшими жизненными силами.

Движение вызывает многоуровневые изменения в теле, мозге, в физиологии, в сенсорном восприятии мира, в области психической деятельности, в состоянии энерго-информационных резонансных контуров мира, спроецированных в телесную организацию, в более высокие сферы деятельности биосистемы.

Целостное движение, синхронизированное с ритмами окружающего мира, благотворно воздействует на самочувствие человека.

Занятия танцем показывают, что у занимающихся проявляется целый ряд побочных оздоровительных эффектов: прекращаются мышечные и костные боли, исправляются сколиозы, излишние шейные и поясничные лордозы, уменьшается процесс старения организма. Все это говорит о том, что танцевальные упражнения достаточно эффективны для профилактики последствий многоуровневых воздействий окружающего мира на организм человека.

Старение организма - процесс перехода биосистемы в деструктивную ветвь цикла своего существования, конечной фазой которой считается смерть.

С этой точки зрения, танец - это инструмент познания не только явленных, но и неявленных законов существования Яви, Нави (мира смерти) и объединяющей их Прави (Высшей Истины). Танец - инструмент познания "сценарной матрицы смерти".

Изучать законы мира смерти в Яви, то есть в мире жизни можно только опосредованно и только используя телесную организацию. Ведь в сравнении со временем существования коры головного мозга человека время существования телесной организации несоизмеримо больше, а значит выше достоверность получаемых в результате эксперимента данных, которые обладают свойством адекватного восприятия и в дальнейшем могут быть использованы в земной реальности.

Для того, чтобы расширить диапазон адекватного восприятия информации индивидуального танца жизни, в системе целостного движения используется метод реализации резервных сил организма.

При помощи этого метода возможно высвобождение заархивированных в организме человека телесных эволюционных генетических кодов и восприятие их при помощи механизмов сознания.

Задача сознания - осознать все эволюционные программы, записанные в телесной организации в качестве генетических кодов, "поднять" информацию "файлов генетической цепи" и обозначить их значимость для дальнейшего совершенствования. На этом пути любой человек может столкнуться с "живущими" в генах "эмоциональностью зверя", "бесстрастным взглядом рептилии", "тестирующим гниение тела 4-х фазовым состоянием (спора, инициация гниения, мицелий, тело гриба) шляпочных, плесневых (склеротические отложения в сосудах), инфекционных грибов", "живой неорганикой камней-кристаллов почек, печени, "полевыми образованиями" и т.д..

Задача частички Божественного Духа, спроецированной в телесную организацию: ознакомиться с этими программами, принять или не принять их, а затем, пройдя миры Яви и Нави, вернуться в мир Прави и через нее к Божественной своей сути.

Танец порождает деятельность психо-энергетических резонансных контуров, необходимых для обретения силы жизни и смерти.

5. Танец - перевоплощение.

Определенные движения позволяют достигать целенаправленных и плавных изменений формата внимания с внешнего плана на внутренний и обратно, расширять диапазон таких форматов.

Танец дает возможность ощутить течение энергетических процессов в теле как функцию резонирования энерго-информационных телесных контуров в многомерной матрице возможных состояний вселенной.

Различные волнообразные движения и их статические равновесные, равнопрочностные проекции позволяют активизировать последовательность различных энерго-информационных резонансных контуров, спроецированных в телесную организацию, а также иногда напоминают нам движения различных животных, птиц и так далее, динамику различных "файлов генетической организации биосистемы "человек"". Вспомним, какое онтологическое многообразие реликтовых форм демонстрирует зародыш человека при внутриутробном развитии, наглядно трансцендируя в течение достаточно небольшого времени (в сравнении с временем эволюционного развития телесной организации человека) границы пространства-времени. За этот период сознание будущего человека многократно выходит за пределы будущей личности, которой предстоит жить в теле, и знакомится как с инстинктивным, так и с более "высоким", Божественным своим содержанием.

Именно осознание ступенчатого развития возможностей телесной организации и ее динамики позволяет получить информацию о задачах инстинктивной ветви развития человека в каждом из "файлов генетической цепи". Выбирая характерные движения и мысленно настраиваясь на динамику определенного животного, птицы или растения, возможно достигнуть творческой фазы танца - танца-перевоплощения (за эту фазу отвечает планета Уран).

При любой форме перевоплощения необходимо соблюдать предосторожности, так как эффективность такого, уже ритуального, символизирован-

ного танца существенна, и возможны резкие физические реакции, прежде всего телесные, с высвобождением мощных ресурсных потенциалов, прежде всего энергетических. Поэтому, ритуальный, то есть многократно повторяющийся танец с использованием фетишей и других атрибутов внешней настройки, служащий определенным целям, должен исполняться в присутствии эксперта, способного контролировать ситуацию.

Поначалу танцор не заметит ни внешних, ни внутренних изменений, хотя с момента начала ритуального танца такие трансформации происходят.

В этом есть определенная опасность: танец начнет "завлекать" в глубины своего содержания, и в определенный момент можно достигнуть состояния, "выход" из которого будет существенно затруднен. Требуется время, опыт, практические навыки, чтобы научиться преобразовывать высвобождаемые в огромных количествах ресурсы не рефлексировав, не меняя состояния окружающего мира в негативную сторону.

Ритмичные дыхание и мелодия (барабан), соответствующие ритму сердечной деятельности, еще больше могут усилить эффект. Рассматривая конкретные архетипические составляющие рефлексий тех, кто занимается танцем-перевоплощением я обнаружил, что все они могут быть классифицированы, и предложил основную схему такой классификации. Аналогом такой классификации может быть классификация мифомодулей, составляющих культурную нишу человеческой цивилизации.

Конкретика их проявлений многообразна, поэтому оценим только некоторые. Хорошо известны мудры и хасты индийской культуры, задающие через определенные положения тела и пальцев рук соответствующие энергоинформационные резонансные контуры, способные существенно влиять на происходящие в теле и окружающем мире процессы (индоарийские интерпретации).

Не стоит забывать и об иероглифах восточных культур, которые несут непосредственную информацию о телесном движении прописывающего их и связаны с многоуровневым осознанием им окружающего мира. Иероглиф всегда рассматривался как символ телесного движения, тяготеющий к архетипическому смыслополаганию.

В арио-германских мистических разработках человек считался чувствительным модулем системы "природа", обеспечивающим поглощение-излучение вибраций в широком диапазоне характеристик в зависимости от психо-соматического его состояния, земного ландшафта, ориентации и расположения силовых линий магнитного поля Земли, влияния планет, углов наклона их эклиптик и других параметров, интенсивности "солнечного ветра", воздействия галактик и так далее.

В рамках этих микро- и макроскопических моделей символические древние знаки, называемые рунами, рассматривались как схемы телодвижений, которые человек должен совершить для того, чтобы отсинхронизироваться с региональными, планетарными, галактическими и другими процессами. Озвучивание при этом рун в качестве заклинаний еще больше усиливало эффект.

Естественно, все перечисленные феномены были характерны и для описания мира славянами, которые рассматривали их с точки зрения многоуровневых процессов материального мира.

Звуки и звукосочетания обладают фрактальными свойствами при рассмотрении их частотных характеристик и помимо словесного смысла содержат в себе определенный набор вибраций и их многоуровневых архетипических интерпретаций.

Архетип - первообраз, способ связи поколений через наследование общей структуры личности и психики, которые скрыты в коллективном бессознательном (К.Юнг). Архетипы наследуются подобно тому, как наследуется строение и принципы динамики тела, и в качестве последовательности образов всплывают в сознании при пробуждении творческой активности, особенно в танце.

Архетипы - это символические формулы, которые вступают в функции там, где отсутствуют или труднореализуемы сознательные понятия и представляют собой формальные образцы или схемы поведения, ориентированные на инвариантный характер психических содержаний и функций, оформляя образы, которыми человек оперирует в своей реальной жизнедеятельности.

Регулятивные, экзистенциальные и репродуктивные архетипы (Фрейд, Юнг) априори содержатся в банке данных биосистем. Они относятся к архаическим формам образов и идей онтологического понятия "человек" и выражают первоначальный смысл существования телесного уровня организации человека на начальных этапах онтогенетической эволюции: овладение ареалом обитания (в том числе ареалом обитания собственного тела), а также ресурсами, в том числе энергией, контактирующих систем для реализации регулятивных, экзистенциальных и репродуктивных программ.

Большинство архетипов не осознаваемы человеком в течение жизни в результате того, что они вытеснены в сферу подсознания и его эволюционную составляющую - в сферу бессознательного.

Вытеснение представляет собой защитный психический процесс, в результате которого неприемлемые для индивида мысли, воспоминания, эмоции, чувства переводятся из сферы осознания в сферу бессознательного, продолжая оказывать влияние на поведенческие реакции и переживания индивида в форме тревоги, страха и тому подобных состояний, связанных с воспроизведением конфликтных ситуаций человека и окружающего его мира.

Вытеснение ведет к специфическому изменению содержания сознания также, как и подавление, отрицание, регрессия, изоляция, рационализация, конверсия и сублимация.

Интеллектуальная, а в дальнейшем и телесная, динамические проработки последовательности архетипов сначала восстанавливает, а затем расширяет диапазон осознания человеком себя в окружающем его мире и частично обеспечивает психологическую защиту от возможности рефлексий в генетических программах.

Приблизительную "картографию" таких проработок предлагает Древо Сефирот.

Стоит отметить, что в его наиболее полной схематической интерпретации все-таки не охвачены все ниши, адекватные восприятию человека. Древние составители Древа Сефирот или не владели всей полнотой информации об окружающем мире, или исказили ее по определенным причинам, в результате чего допустили ряд неточностей (С. и В.Свияш). К ним относятся: идентификация в схеме звезды Солнце как планеты, "меркуриоцентрическая концепция" описания мира, "геоцентрическая" идентификация "низших планов реальности", жесткая прагматизация информационной составляющей каждого из центров сознания и другие.

С точки зрения "кристаллизации материи", а это была основная эволюционная задача того периода времени тех, кто составлял Древо Сефирот, эти неточности вполне объяснимы. Поэтому их можно отнести к сфере бессознательного. Занятия танцем позволяют прорабатывать эволюционные, инстинктивные и генетические программы, вытесненные в сферу бессознательного. Это означает, что человек начинает "раскачивать маятник инстинктов". Предполагается, что возвратная фаза ознакамливает его с духовными программами, с моей точки зрения также вытесненными в область неосознаваемого. Последовательность таких проработок отвечает балансному принципу построения целостных структур вселенной, то есть происходит расширение диапазона осознания человеком себя в окружающем его мире, и по замыслу автора способствует идентификации программы "смысл жизни".

С момента фиксации устойчивого резонирования индивидуального телесного динамического контура в "файле генетической цепи" следует соблюдать следующие приемы техники безопасности: глубокое дыхание, внешний ритм, соответствующий спокойному сердцебиению, массаж ступней для активизации необходимых органов, систем жизнедеятельности, энергетических центров и уровней организации человека.

6. Типы танцев.

Существуют следующие типы танцев:

- спиралеобразный (общий принцип движения: Ян-Инь);
- лучевой (взаимосвязь всего сущего во вселенной);
- круговой (Солнце и планеты, Зодиак, галактики: вход в круг - два шага вперед, шаг назад);
- прямолинейный (непроявленный).

В системе целостного движения на начальных этапах подготовки используются следующие типы танцев:

- Танец - осознание телесной волны, алгоритм которой задают по отдельности стопы человека.
- Танец - осознание двойной телесной волны, алгоритм которой задают обе стопы с полупериодным отставанием.
- Танец - коммуникация телесных волн контактирующих тактильно партнеров.

- Танец - коммуникация телесных волн на расстоянии (энергетический массаж).

7. Трансцендентальные свойства танца.

Танец обладает трансцендентальными свойствами, которые может использовать любой человек, имеющий даже приближенную схему действий или просто выполняющий их в определенной последовательности. Каждое движение, помимо основного, осознаваемого смысла, нагружено также символическим значением. Формат символического значения колеблется от микроскопического до макроскопического. Например, можно управлять энергией природных процессов, используя определенные положения пальцев рук и тела (хасты, мудры, руны).

Правда, для более качественного применения таких схем необходима предварительная многоуровневая настройка человека на соответствующие параметры окружающего мира. Эта настройка синхронизирует многоуровневую, многоплановую связь Духа, души и тела.

Каждая рука, палец, фаланга, более мелкие части тела символизируют определенные силы, а их динамика во взаимосвязи со всем телом - мобилизует их в заданном ритуалом контексте, стимулируя функционирование более глубоких уровней сознания, направляя внимание во внутренний мир человека и уже через него - вовне.

Цель любых двигательных актов - сосредоточение сознания и направление его деятельности в определенном контексте.

8. Методические рекомендации при исследовании свойств танца.

При разработке танцев планет и Зодиаков следует придерживаться следующей последовательности:

- идентификация искомым индивидуальных динамических и других
- (психических, диобатических) характеристик, задаваемых выбранным принципом движения (стопой и основными суставами нижних и верхних конечностей, позвоночником и фаланговыми сочленениями) в походке.
- определение диапазона разверток суставов верхних конечностей;
- определение диобатических характеристик танца планет.

"Походки планет" (опытные исследования). Свойства планет, спроецированные в телесную динамику :

Земля - тяжелая, уверенная, ноги могут идти чуть в стороны, магнитность;

Луна - спокойная, эмоциональная, чувственная, раскрытие тазобедренных и плечевых суставов, а также ладоней в зависимости от фазы Луны, ощущение ночного леса с пробивающимися сквозь ветви лучами Луны;

Марс - целеустремленная, тазобедренные суставы работают только в вертикальной плоскости, контакт-удар с землей всей стопой, "налипнуть-отлипнуть", механистичность, робототехничность походки;

Венера - мягкая, женственная, тазо-бедеренные суставы доминантно работают в горизонтальной плоскости по циклической круговой траектории в противоходе, носки ног могут быть направлены чуть внутрь, различные формы изменения бедер;

Меркурий - стремительная, летящая, с переступанием, на ногах ощущение "маленьких крылышек";

Солнце - (солнечное сплетение) добрая, открытие сердечного энергетического центра;

Сатурн - (плечи опущены, наклонены вперед) унылая, задумчивая; Юпитер - (плечи

развернуты) властная, гордая, может ощущаться мощный гул, возможно "отключение сознания от реальности";

Фазтон - ощущение "пояса астероидов" на уровне груди возникает при переходах плечевых суставов в режиме "Сатурн-Юпитер";

Плутон - (глаза чуть вверх) романтическая, изменчивая, возможность управления любыми системами, цивилизация "ликогал";

Нептун - танцующая;

Уран - трансформирующая пространство, ощущение "ионного душа", очень близкое к качественной медитации в буддизме, возникает при переходах в режиме "Плутон-Нептун";

Прозерпина(Церера) - ощущение тепла в вилочковой железе, в вишудхе, возможны ответы на вопросы, уводит в поток, серебряная планета с колдцами, возможно покрыта дымкой, руки раздвинуты, ощущение позы скорбящей женщины с поднятыми руками или ощущение "Божественной Оранты";

Вулкан - несение в руках теплого, тяжелого-невесомого, золотисто-красного "шара" на уровне переносицы (аджнаX планета-мастер, "проникающая внутрь сущности";

Хирон - возникает на переходах в режиме "Прозерпина-Вулкан", магическая, мистический посредник, ощущение "молний";

Изида - мудрая, ощущение магнитности в руках, возможность преобразований, предоставление защиты, руки могут защищать;

Осирис - (магнитность в конечностях) самодостаточная, "хождение в огне", "полет" из состояния в состояние, из точки в точку;

Анубис - "очищающий насос, необходимость обретения "новой одежды", преодоление смерти, ощущение присутствия за спиной.

Походки знаков Зодиака (опытные исследования):

Овен (Марс) - (одна нога и рука могут быть приподняты, лоб "овна") взрывная, огненная, архетип "Кентавр";

Телец (Земля) - (взгляд исподлобья) уверенная, мощная, переливающаяся сама в себе, две волны тела, дополняющие друг друга;

Близнецы (Меркурий) - ощущение танца с двойником, приятие любых вариантов движения, игривое переливание двух волн тельца, голова приподнята, взгляд чуть в сторону, уверена, что она одна привлекательна;

- любое движение танца тела должно обладать оздоровительным характером;
- двигательный акт должен обладать суггестивным, завораживающим воздействием.

В танце Зодиаков отмечено последовательное усложнение динамики суставов при помощи использования степеней их свободы:

- одномерная динамика, вращение сустава вокруг своей оси (например, плечевой сустав, режим переходов "Сатурн-Юпитер");
- двухмерная динамика, вращение и перемещение суставов в двух плоскостях (например, последовательность "плечевой-локтевой-лучезапястный" суставы, режим переходов "Земля-Венера-Марс");
- трехмерная динамика, вращение и перемещение суставов в трех плоскостях (например, последовательность суставов при режиме переходов "Хирон-Прозерпина-Вулкан").

Каждая из рассмотренных динамик обладает характерными психоманипулятивными свойствами и фиксируется как в древних эзотерических ритуалах (хасты, мудры, руны), так и в современных методах пси-воздействия (нейро-лингвистическое программирование).

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ

ТОЛЬТЕКСКАЯ ТРАДИЦИЯ (УЧЕНИЕ ДОНА ХУАНА)

Владимир Легастов действительный член украинского
филиала МАЭИН (Киев)

К читателю

Отблеск силы можно поймать на стали взлетающего клинка, в звуке взводимого затвора и первом прикосновении рождающейся нежности, переливах лунной дорожки на поверхности струящегося потока, запахе сплетенных тел и рук, когда кажется, что весь мир это одно, и шорохе падающих листьев на фоне ослепительно голубой бесконечности невообразимо высокого неба.

Встретивший силу таким образом может пройти мимо, не заметив ее, или вскрикнуть «Ах!» и забыть через минуту, либо стать рабом ее навсегда. И только неуязвимый Воин, ставший безупречным человеком знания, способен принять и отказаться, получить удар и извлечь из него урок, оставаясь при этом прежде всего свободным. Воин не раб, но слуга силы, ибо у раба нет выбора, а у Воина он есть - служить безупречно, постигая неведомое - скрытое за завесой вечности!

Когда на сердце камень и холодно в груди, ты приходишь, не можешь не прийти к тому, кто знает всё. И он раз, только раз взглянув на тебя скажет, устремив взгляд куда-то вдаль: «Вот посмотри - это перо орла; оно запуталось в ветвях боярышника, здесь прошел ягуар и оставил свой след, а могучий лосось отправился к истокам Великой реки. И если этот камень слегка повернуть, ветку перенести в другое место, а цветку дать немног нежности, любви, света и тепла, то изменится все и при этом к лучшему.

Так случается, а иногда бывает. Но если нет рядом Того, Кто знает все?

Тогда попробуй, отойдя чуть в сторону, взглянуть на свою жизнь, немного прищурив глаза. И тогда возможно ты поймешь, что все то, что было нужно, важно и просто необходимо, - игра маленьких жучков на поверхности лесного озера, над которым простирает свою бескрайность небо, вокруг дивный лес поет свою несказанную песню и Мать Земля всегда тут, охраняя чуткий сон тишины.

И если к мирозданию прикоснешься духом своим, то не иначе как в одночасье два огромных лебединых крыла распахнутся за спиной, поднимая в заоблачную высь ... И еще, не последнее, но самое важное: Воин всегда настраивает свой Дух. Ибо это единственная возможность остаться самим собой в удивительном, неповторимом и загадочном мире.

P.S. Надеюсь, *уповая* и вознося молитвы, не забывай привязывать верблюда. С этого начинается школа жизни. Научись отвечать за свои дела, мысли и поступки ...

УЧЕНИЕ ДОНА ХУАНА, КАК МЕТОДИЧЕСКАЯ ОСНОВА НОВЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.

Иногда встреча различных систем мировосприятия порождает удивительные по силе и значимости явления, затрагивающие не только общество со всеми его уровнями, структурами и иерархиями, но и каждого человека во всей его многогранности. К наиболее ярким из них, несомненно, можно отнести работы Карлоса Кастанеды.

Будучи студентом Лос-Анжелесского университета, Кастанеда знакомится с доном Хуаном и со временем становится его учеником. Дон Хуан, являясь носителем многовековой магической традиции, обладает уникальными знаниями о природе животных, растений, организации и устройстве внутреннего мира человека, его роли и места в удивительном, таинственном и непостижимом мире, который совершенно не такой, каким мы привыкли его воспринимать.

Концептуальный подход Кастанеды, нашедший отражение в его многочисленных книгах, включает, с одной стороны, учение о строении реальности, специфике ее восприятия человеком, с другой — попытку рационального осмысления этой специфики, а также описание методов, приемов и процедур, позволяющих выйти за пределы традиционно принятых стереотипов восприятия реальности и увидеть мир таким, каков он есть.

Создателем мира, который мы знаем как незыблемый и окончательный, является тональ, использующий для этого внутренний диалог. Одним из способов остановки внутреннего диалога является осознание зрения как процесса. Обычно сфокусированный взгляд перебегает с предмета на предмет, совершенно бессознательно приводя мир в соответствие с его описанием посредством внутреннего диалога. Таким образом, осознание внутреннего диалога и дальнейшая его остановка являются важным средством разрушения привычной картины мира и, как следствие, выхода за рамки сложившихся стереотипов.

Невольно возникает вопрос, как сохранить рассудок, способность адекватно воспринимать происходящее и поступать соответствующим образом, если в какое-то мгновение мир, каким мы его знаем, исчезает?

Ответ автора очевиден: необходимо следовать *путем воина*. Человек, следующий этим путем, прежде всего должен стараться воспринимать все происходящее как данность, оставив в стороне самопотакание и *важность самого себя*. Это есть смирение, но не покорность, так как Воин все воспринимает как вызов, на который он должен дать ответ наиболее эффективным образом. Его поведение неуязвимо, а решения столь тщательны, что никакие события не способны вывести его из равновесия. Ответственность за свои

поступки Воин всегда принимает на себя и поэтому он свободен, ища не определенности в глазах окружающих, а неуязвимости среди ловушек мира. Воин мыслит стратегически, соотнося свои мысли и поступки с концом жизненного пути, выбирая, таким образом, в советчики смерть. И в этом смысле Воин как бы умер — ему нечего терять. Он не ожидает для себя наград и, что бы ни случилось, действует так, как будто ничего не случилось. При этом он оставляет свободу действий и выбора за другими, полагая их такими же неуязвимыми, как и он сам.

Секрет Воина в том, что он верит, не веря, находит точку опоры в безопорности. Особенно это важно, когда мы сталкиваемся с нарушением привычного уклада жизни, устоявшихся причинно-следственных связей, когда привычный мир рассыпается прямо у нас на глазах.

Воин входит в неизвестное легко, свободно, относясь с полным доверием к себе и миру, который он воспринимает как нечто прекрасное, удивительное и в принципе непознаваемое.

В этой жизни много путей, но все они сводятся либо к учебе, либо к развлечению. Воин учится всегда, для учения же самым важным является желание измениться, разрушить сложившиеся стереотипы восприятия, и личная сила является и целью и средством в этом удивительном процессе внутреннего преобразования.

Умирая, что может взять с собою Воин? Только опыт и личную силу — и в этом смысле нет никакой разницы между сном и бодрствованием. Получив тело сновидения. Воин учится двадцать четыре часа в сутки, приобретая способность, находясь в сновидении, оказывать влияния на дневную реальность и наоборот.

Наиболее важный элемент знания магов — представление о тоне и нагвале. Человек, согласно учению дона Хуана, начинает создавать мир тоналя с момента своего рождения и живет в нем всю свою жизнь. Тональ — это все, для чего есть слова, все, что встречает глаз и адаптирует сознание посредством внутреннего диалога. Глаза, приученные тоналем, цепляются за смысл и видят только то, что предлагает тональ. Тональ приводит хаос мира в порядок, он организатор мира, упорядоченное отражение неопишуемого, таинственного, неведомого.

Тональ неоднороден и условно может быть разделен на два компонента: связанный с внешним действием и внутренний, связанный с суждениями и принятием решений. Однако со временем индивидуальный Тональ имеет тенденцию превращаться из мудрого хранителя в ограниченного и хмурого охранника. В этом смысле суть оптимизации тоналя заключается в реализации на практике принципа единства мысли, слова, чувства и дела.

Кроме мира тоналя, есть мир нагваля. Нагваль — это то, для чего у нас нет описания, нет слов, нет названия, нет осмысленных чувств, нет рационального знания. Можно быть свидетелем нагваля, но о нем невозможно говорить. Проявления нагваля воспринимаются телом, но не разумом. Более того, любая попытка рационального объяснения не имеет ни малейшего

смысла. В мире тоналя говорят, осмысливают и принимают решения. В мире нагваля — действуют.

Тональ подобен столу, уставленному знакомыми вещами, стоящему в центре горной долины, и вместе с этими вещами нам мил и дорог. С другой стороны, нагваль столь же не сопоставим с тоналем, как данный стол с окружающей его горной грядой. Человек легко запоминает и идентифицирует все то, что стоит на столе, но он совершенно не может припомнить то, что вокруг стола (схожее явление имеет место, когда нет связи между дневным и ночным сознанием). Поэтому для того, чтобы воспринять учение о нагвале, необходимо очистить «стол», сделать тональ подготовленным к встрече с нагвалем.

Будучи вершиной учения магов, учение о тонале и нагвале доступно только для ученика, ставшего Воином и прошедшего достаточно далеко по пути знания. Причем, когда ученик оказывается подготовленным и открывается этому учению, оно наносит удар, от которого нет защиты.

МЕТОД ХОСЕ СИЛЬВА

Курис И. В., к.п.н., доцент.

Краткая справка. Метод Хосе Сильва разработан в 1966 г. Является результатом 22-летних исследований автора. Запатентован в целом ряде стран, включая США. Широко известен в 110 странах, преподается на 30 языках народов мира. Является одной из наиболее эффективных психологических методик личностного роста. Автор метод Хосе Сильва представлен на Нобелевскую Премию и является кандидатом на звание «Человек столетия».

Метод Хосе Сильва представляет собой уникальную технологию, направленную на повышение и расширение возможностей человека к самообучению. Метод вобрал в себя лучшее из многочисленных психотехник, духовных практик и методов саморегуляции, направленных на саморазвитие, самопознание и расширение возможностей восприятия информации, которые, в свою очередь, опираются на фундаментальные исследования в области нейрофизиологии и психологии.

Многочисленные исследования, проведенные в целом ряде стран, в том числе и в России, подтверждают эффективность усвоения любой информации в так называемом режиме Альфа-ритма мозговых волн, обеспечивающем активизацию правого полушария и необходимый контроль левого. Метод базируется на концентрации внимания, обучении релаксации и достижению состояния, известного как альтернативное состояние Сознания. Оно характеризуется повышенной способностью к обучению, расширению интуитивного восприятия и способствует развитию и реализации творческих возможностей человека.

Уровень концентрации внимания и способность к сосредоточению являются необходимыми условиями эффективности любого обучения и оптимального решения самых разных проблем. Метод Хосе Сильва, значительно развивающий эти параметры, является очень простой и методически выверенной технологией обучения, позволяющей человеку любого возраста от 7-ми лет шаг за шагом овладеть сознательным управлением возможностями своего мозга. Особенно важным является фактор самостоятельности - человек работает сам. Он не зависит от внешних воздействий, от психических и морально-этических качеств преподавателя.

Исследования показали, что после прохождения базового курса, уровень сосредоточения внимания колеблется в пределах от 10-ти до 30-ти объектов. Происходит увеличение объема памяти за счет вспоминания и выстраивания ассоциативных связей, позволяющих в нужный момент вытащить из подсознания максимум необходимой информации. Уровень мен-

тальной релаксации возрастает почти в 2 раза, что позволяет «стереть» негативные мысли и убрать психо-эмоциональные блоки, приводящие к соматическим расстройствам.

Естественным результатом овладения релаксацией и концентрацией внимания по методу Хосе Сильва является психологическая устойчивость, увеличение физической и интеллектуальной выносливости и, что очень важно, позитивности мышления. По результатам педагогических наблюдений и откликам слушателей, прошедших курс, отмечается большая открытость и доброжелательное отношение к миру, отсутствие страха перед будущим, восприимчивость к новому.

Уникальность метода заключается еще в том, что сам процесс обучения этой технологии занимает всего от 20-ти до 48-ми часов. В дальнейшем предусматривается регулярная самостоятельная или групповая работа для поддержания достигнутого уровня. Курс содержит специальные упражнения, позволяющие одновременно, обучать релаксации и концентрации внимания, достигать состояния Альфа-ритма, а также, активизировать правое полушарие с одновременной балансировкой обоих полушарий с целью поиска способа решения и реализации поставленных целей. Результаты, достигнутые при выполнении этих упражнений, являются объективными тестами контроля на каждом этапе обучения.

Чрезвычайно важным фактором является выраженная идея гуманности и невозможности причинения вреда при использовании этого метода, содержащаяся в текстовом материале каждого упражнения курса.

Метод отвечает концепции новой парадигмы непрерывного образования. Благодаря своему содержанию и краткости, каждый из курсов Метода Сильва может входить в любое из 4-х направлений непрерывного образования: профессиональное, коррекционное, развивающее и реабилитационное.

ЗАМЕТКИ О ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ В ПОЛЬШЕ.

О.Домбровская, член БПА, Варшава (Польская республика)

Моя заинтересованность тайнами людской психики началась ещё в Москве с увлечения астрологией, когда подули свежие перестроечные ветры и открылись первые официальные астрологические школы. Так я познакомилась с Александром Зараевым, а позже - с Михаилом Левиным. Волею судьбы я оказалась в Польше, где вместе с подругой, Светланой, мы организовали издательство и эзотерический клуб.

Свою деятельность мы начали с выпуска астрокалендарей А. Зараева и организации его лекций в Польше. Позднее наш интерес к трансперсональной психологии привел к расширению тематики изданий и организации воркшопов с известными специалистами в этой области из России - Ириной Курис и Евгением Файдышем.

Те, кто был в Польше, или следит за её внутренней жизнью, видимо отмечают, что последние годы взоры поляков направлены в сторону Запада, который отождествляется с демократией, благополучием и прогрессом. Поэтому можно понять представить, как непросто здесь «раскручивать» авторов и специалистов из России. Мы это делаем уже шестой год, и рады, что можем познакомить поляков с эзотерической школой и направлениями трансперсональной психологии России. А предложить действительно есть что, т.к. результаты бурного развития в этой области налицо. Об этом свидетельствуют научные проекты, ведущиеся по линии Академии Наук, учебная и исследовательская работа в Балтийской Педагогической Академии (Санкт-Петербург), активная деятельность центра «Путь к себе» и мн. др.

Нужно сказать, что в Польше трансперсональная психология развивается очень активно. Бесспорным авторитетом в этой области является Танна Якубович-Маунт - психолог, председатель польского отделения EUROTAS. Уже многие годы Танна сама проводит воркшопы и приглашает ведущих специалистов со всего мира. В 1997 году она была организатором конференции EUROTAS в Варшаве, которая прошла с большим успехом и привлекла внимание к проблемам трансперсональной психологии большое количество людей.

В Польше, как и многих других странах, новые направления пробивают себе дорогу в официальных учреждениях с очень большим трудом. Это приводит к тому, что появляется множество альтернативных центров; причем обмен опытом практически отсутствует. В Варшаве таких центров несколько. Одним из наиболее динамично развивающихся центров является филиал Института Процессуально-Ориентированной психологии в Цюрихе А.Минделла, выдающегося ученика К.Юнга, творчески развивающего его

учение. Мне кажется это направление очень перспективным, и я надеюсь, что в России скоро появятся его отделения.

Заслуживает внимания также деятельность экологического центра «ЕКО-ОКО» в Варшаве, который кроме воркшопов организует и массовые мероприятия, где представители различных направлений трансперсональной психологии могут показать свои методы и техники.

Очень популярны в Польше выездные семинары и воркшопы. На этих формах деятельности, которые наиболее часто используются в нашем клубе, хотелось бы остановиться более подробно.

Нам удалось установить очень тесное сотрудничество с такими специалистами из России, как Ирина Курис (Санкт-Петербург, руководитель Школы духовного и биоэнергетического развития БПА) и Евгением Файдышем (Москва, подробно о нем «Вестник БПА», N12, 1997 г.). Долговременный опыт ведения ими занятий в форме воркшопов очень подходит нашей варшавской специфике. Мы организуем занятия в следующем ритме: один воркшоп в два месяца плюс летний недельный выезд.

Каждый, кто когда-либо имел дело с организацией воркшопов, знает, какое это непростое дело, сколько требует энергии и времени, и как трудно его сделать самокупаемым. Однако, мы со Светланой считаем, что контакт с такими людьми все компенсирует. Особенно утверждаешься в этом, когда слышишь благодарные отклики участников.

Каждый из наших специалистов имеет свой «фан-клуб». Например, на занятия биоэнергопластикой, которые ведёт И.Курис, ходят, в основном, женщины. Костяк группы сложился во время летнего выезда, причем, в группе были люди разных возрастов и профессий. В том числе, психологи, психиатры, художница, режиссер телевидения востоковед, студентки, а всех объединяло стремление работать над собой и приобрести новые знания. Занятия проводились на воздухе, в лесу или на берегу озера, если только позволяла погода и длились 3 часа до полудня и 3 часа после, не считая гимнастики перед завтраком, включающей дыхательные упражнения.

Умелое сочетание теории, работы с телом, медитаций и дыхательных упражнений явилось для всех нас очень мощным трансформирующим процессом, затрагивающим все уровни: от телесного до глубинного духовного. Работа в группе и теплая сердечная атмосфера усилили этот процесс и позволили его пройти более гармонично. Многие участницы говорили о своего рода психофизическом катарсисе, особенно подчеркивая, что им удалось проработать свои психотравмы, найти путь решения проблем и при этом укрепить себя физически.

И. Курис часто употребляет термин «выстраивание пространства», значение которого невозможно понять, пока не прочувствуешь это на себе. В этом смысле меня поразило действие на внутреннее состояние и внешнюю обстановку очищающего танца с палочками и со свечами. Это была настоящая мистерия. Она явилась своеобразным прощальным ритуалом. Обмениваясь ощущениями, все говорили о достижении спокойного, радостного возвышенного состояния, которое сопровождалось также ощущением внутрен-

ней силы. Люди, которые явились невольными свидетелями этого танца-ритуала, благодарили участников за то, что им представилась неожиданная возможность пережить подобные состояния, хотя они были всего лишь наблюдателями. Интересно, что сбежались даже собаки, и как-то необыкновенно распелись птицы.

Этот танец используется также для самоочищения и при работе в парах. Во время последнего воркшопа в Варшаве я была свидетелем того, как этот ритуал позволил сбалансировать энергию группы и зала, в котором мы занимались. Так случилось, что на этот воркшоп пришло много новых людей, и сразу же обозначились внутригрупповые конфликты и напряженность. Ситуация усугублялась не очень благоприятным с точки зрения эстетики и энергетики залом и метеонапряженностью. Ирина Викторовна решила попробовать танец-очищение, результат превзошел все наши ожидания. Страсти поутихли, отношения заметно сгармонизировались, повысилась работоспособность, у многих прошли неприятные симптомы, характерные для таких дней - головная боль и сонливость.

Мне хотелось бы подчеркнуть, что методика релаксационной пластики включает целый набор средств и методов, помогающих с честью выходить из трудных жизненных ситуаций и эффективно решать проблемы со здоровьем. И с этой точки зрения биоэнергопластика является действительно уникальным синтезом телесно ориентированных техник с психотехниками, а также эзотерического знания с современной наукой. Мы очень надеемся, что число людей, заинтересованных биоэнергопластикой, а также другими направлениями трансперсональной психологии в Польше будет расти. И кто знает, возможно, со временем нам удастся создать здесь свою постоянно действующую школу.

Программы тренингов-семинаров, проводимых в рамках курса школы биоэнергетического и духовного развития БПА.

Тренинги предназначены для лиц, имеющих уровень двигательной подготовки не ниже базового, включая курс биоэнергопластики или психосоматической устойчивости (в рамках системы целостного движения), а также для лиц, интересующихся сакральными аспектами движения и имеющими опыт работы в измененном состоянии сознания в динамическом режиме.

ТЕМАТИКА СЕМИНАРОВ ПО СПОНТАННОМУ ТАНЦУ. (САКРАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ)

1. Понятия: эзотерическое движение, знание открытое и закрытое; сакральное знание.
2. Планеты и их психоэнергетическая характеристика.
3. Мудры и хасты для обозначения основных планет.
4. Основные положения тела и характеристика движения для обозначения планет.
5. Связь частей тела с основными планетами.
Упражнения для планетарных проработок. Статические статико-динамические.
6. Позы для набора и балансировки энергии.
7. Связь: руны —> планеты —^позы ---> вход и выход.
8. Танцы в рунах-планетах.
9. Танцы в асанах-планетах (+мудры и хасты)
10. Планетарные танцы - танцы Вселенной.

РУНЫ И ГРАФИЧЕСКИЕ СИМВОЛЫ.

Основные темы тренинга.

1. Исторический аспект: Понятие руны их использование в древних культовых практиках.

2. Основные графические символы и их использование в РП.

Психо-энергетическая характеристика символов 1-го круга

а) связь символов с чакрами

б) использование их в ПФУ:

- в ментальной практике при построении пространственных конструкций;
- в статических позах;
- при выполнении вьяя и асан;

- при построении мандалы в статическом и статико-динамическом режиме

3.Символы 2-го круга. Краткая характеристика. Использование в биоэнергопластике при работе в различных режимах. Сочетание символов и хаев для п/э коррекции организма. Наиболее часто применяемые сочетания в профилактике и лечении некоторых депрессивных состояний.

4.Универсальные руны, используемые в биоэнергопластике. Руны и символы как способ обучения различным видам КВ. Энергетическая и психологическая характеристика. Связь рун с энергетикой чакр. Работа с рунами на различных уровнях организации человека (физический, психический, ментальный).

- работа с рунами в асанах и вьяя.
- работа с рунами на ментальном экране (МЭ)
- работа с рунами в статическом режиме на телесном уровне (локализация внимания в определенных точках тела, последовательное прорисовывание рисунка, удерживание внимание на рисунке в целом)
- руны и их трансформация в РП при выполнении базовых статических ПФУ
- хаевы и мудры, используемые как рунические символы

5.Групповая работа с рунами.

а) использование рун как средства КВ в вводной части занятий
 б) трансформация доминирующего рисунка в двигательной деятельности (разминка; спонтанный танец - групповой и соло, парный; импровизация на тему руны)

в) **работа с руной в паре:** выполнение асан, **танцы-импровизации** в асанах; **рунические танцы**, как средство психоэнергетической коррекции чакр (в различных исходных положениях)

- построение рун в статическом режиме
- рисунок тела или его частей, как инструмент создания руны.
- рунический танец, как средство взаимодействия с пространством.

6. Динамическая работа с рунами как способ индивидуальной и групповой защиты. Руна, как буква алфавита. Выбор рун и их использование в двигательной практике для психофизической и энергетической самокоррекции.

7. Руны и Тантра. (Работа в статическом и динамическом режимах).

- а) Использование дыхательных техник при работе с рунами;
 б) статические позы, для балансировки мужской и женской энергии
 в) использование основных тантрийских асан в парной работе с рунами.

Программа тренинга предполагает варьирование курса в зависимости от уровня подготовленности участников. Временные рамки могут меняться по мере необходимости от 24 часов до 76-ти. Ведущие: И.В. Курис и Н.И. Кудряшов.

Справочная информация:

24.05.1999 г. в 15 часов состоится заседание секции, посвященное итоговой годичной сессии БПА за 1999г.

На заседании будут представлены доклады членов БПА по проблемам трансперсональной психологии, целостного движения и фундаментальных исследований сознания.

Программа включает доклады и кратковременные показы авторских тренингов в рамках обмена опытом.

1. Школа биоэнергетического и духовного развития. Сегодняшние достижения и перспективы на будущее. Курис И.В. - к.п.н. доц. руководитель отделения.
2. Символы сознания - палитра и полотно. Бревде Г.М. Зав. Лабораторией фундаментальных исследований сознания Института Человека РАН (С-ПБ отд.)
3. Инсайт дане. Андреева Н.Г. Член БПА.
4. Древнеславянская система целостного движения «БЕЛЮЯР» . Кудряшов Н.И. член БПА, сотрудник Института трансперсональной психологии РАН, ведущий авторских тренингов.
5. Картография и навигационное обеспечение измененного состояния сознания. Кудряшов Н.И. (член БПА).
6. Синтез внутренних школ У-ШУ в контексте духовного развития личности. Середняков А. Мастер внутренних стилей У-ШУ, член БПА
7. Биоэнергопластика как способ трансформации индивидуальной психики и метакогнитивности. (Курис И.В.)
8. Спонтанный танец . как индивидуальный и коллективный трансперсональный опыт. (Курис И.В.)
9. Виртуальная фармацевтика. Трофимова Е.О. к.б.н. , Новиков А.И. Школа биоэнергетического и духовного развития БПА
10. Постпсихология: от хомосапиенс к хомоглобалис. Буркут В.С. Член БПА.
- П. Зарецкий М.М. Исследование возможностей использования традиционных восточных практик и театральных тренажей для развития творческих возможностей и их реализации.
12. Новые психотехнологии:Метод Сильва - управление сознанием, Наталенко В.П., д.м.н., академик БПА (отделение валеологии).
13. Использование релаксационных упражнений при работе с детьми ЗПР. (Результаты эксперимента). Марцелева У. (ЛГОУ, дипломн. факультета дефектологии).

Место проведения: ул. Декабристов, 35, ГАФК, кафедра психологии.

Авторы этого номера

Волков Игорь Павлович - д.п.н., профессор, автор более 200 научных работ по проблемам природы психики, психологии личности и общения. Учредитель и президент общественного объединения учёных «Балтийская Педагогическая Академия».

Курис Ирина Викторовна - к.п.н., доцент ЛГОУ специалист по биоэнергетической релаксационной пластике, как средству психорегуляции и биоэнергетической коррекции организма. Автор методики. Руководитель отделения: «Школа духовного и биоэнергетического развития Балтийской Педагогической Академии. Член-корреспондент МАПН, действительный член МАЭИН и МАДЕМ. Стажировалась в Индии по йоге и индийскому танцу (Санкт-Петербург). Научный сотрудник лаборатории фундаментальных исследований сознания Института Человека РАН.

Кудряшов Николай Иванович - автор методики "Устойчивость", эксперт системы целостного движения "Белояр", преподаватель факультета Трансперсональной психологии Высшего Психологического Колледжа АН РФ, сотрудник Международной Академии Информатизации г.Москвы, член БПА, эксперт лаборатории психоразвивающих технологий АМЭК (С-Петербург).

Бревде Геннадий Михайлович - заведующий лабораторией фундаментальных исследований сознания Института Человека РАН. Основные направления деятельности лаборатории:

1. Фундаментальные исследования сознания и его взаимодействие с физической реальностью.
2. Разработки в области социальной психологии.
3. Исследования и разработка психотехнологий восстановления целостности человека.
4. Методологические изыскания подхода, объединяющего феноменологический, онтологический и психологический взгляды на сознание.

Трофимова Елена Олеговна к.б.н, **Новиков Александр Иванович** к.м.н., Члены рабочей группы экспериментальной школы «Биоэнергопластика» БПА.

Стаж занятий - более 6-ти лет (Санкт-Петербург).

Андреева Нина Георгиевна - мастер спорта, тренер-преподаватель, инструктор системы целостного движения, член БПА

Ауходиева Галина Зауровна - религиовед, член рабочей группы экспериментальной школы «Биоэнергопластика» БПА. Стаж занятий - более 6-ти лет. Инструктор-преподаватель биоэнергетической релаксационной пластики. Секретарь Общества друзей Тибета.

Адамович Геннадий Эдуардович - доцент БГПУ, (Минск, Белоруссия) руководитель школы Вьет Во Дао, изучает эзотерическую славянскую традицию, член БПА. (adamovich@usa.net)

А.В. Толмачев, - президент АКНА (Минск, Белоруссия) fdrtolmaclioff@hotmail.com) (Минск)

Домбровская Оксана Анатольевна - совладелица издательства HORUS в Варшаве. Слушатель Института Процессуально-Ориентированной Психологии А. Минделла в Цюрихе. Организатор Занятий по Биоэнергопластике в Польше, член БПА.

Легастов Владимир Григорьевич- действительный член МАЭИН, Украинское отделение, Вице-Президент МАДЕМ, автор-разработчик развивающих технологий на основе традиции тольтеков (Учение Карлоса Кастанеды).

Украина, 252060, Киев, а/я 43

Представляем и поздравляем новых членов БПА:

- 1. Андреева Нина Георгиевна** (см. справку об авторах)
- 2. Бревде Геннадий Михайлович** (см. справку об авторах)
- 3. Домбровская Оксана Анатольевна** (Польша) (см. справку об авторах)
- 4. Свидер Светлана Владимировна** (Польша)
- 5. Зарецкий Максим Михайлович** - театральный педагог, режиссер, мастер восточных боевых искусств. Сотрудник лаборатории фундаментальных исследований сознания Института Человека РАН.