

**БАЛТИЙСКАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ АКАДЕМИЯ**  
Региональная общественная организация учёных  
Отделение трансперсональной психологии и педагогики

-----  
НАУЧНОЕ ИЗДАНИЕ

**ВЕСТНИК**  
**БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ**  
**АКАДЕМИИ**

Вып. 118 – 2016 г.

**АРХЕТИПЫ В ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ**  
**ПСИХОЛОГИИ**

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ**  
**СОВРЕМЕННОЙ**  
**ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ**  
**ПСИХОЛОГИИ**

Санкт-Петербург  
2016

**Редакционная коллегия выпуска:**

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

**РЕДАКЦИЯ ВЕСТНИКА:**

Главный редактор – И.П. Волков  
Зам. главного редактора по выпуску – И.В. Курис

**Адрес редакции:**

190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, 35.  
Кафедра психологии им. проф. А.Ц. Пуни.  
Национальный Государственный Университет  
им. П.Ф.Лесгафта  
Тел. (812) 714-66-27 Факсы: 714-10-84; 550-02-11  
www.baltacademy.ru

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

В 36 © РООУ Балтийская Педагогическая Академия  
© **И.В. Курис** (E-mail: kurisira@gmail.com)  
В 43162014 – 75 Без объявления  
С 96 (03) – 2013

«ВЕСТНИК БАЛТИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ АКАДЕМИИ»  
Научное издание (сокращенное название: «Вестник БПА»)

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

Гос. лицензия ЛП СПб  
№ 00-5832.Пер.2160\2000.

Международная регистрация:  
**ISSN 1818-6467 (Vestnik BPA)**

-----  
Подписано к печати 29.08.2016 г. Печать ризографическая. Зак.03.  
Тир. 100 экз. Формат бумаги 210x297. Изд. РООУ БПА.

## СОДЕРЖАНИЕ

От редакции.....3

### АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ТРАСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Алфеева Е.О. Сакральный мир шаманов. Символизм и архетипы .....	5
Богданович В.Н. Творчество – нестандартное решение, стандартных для себя задач....	9
Богдаренко В.Г. (Чандира) Метаистория Крыма .....	23
Бревде. Г.М. Понимание, психотерапия и духовная практика .....	37
Левицкий А.Д. Проект Микрокосмос. Часть 2 .....	54
Савельев Ю.Ф. Решение психосоматических проблем методами биосенсорного звукообразования.....	66
Царева А. В. Игра как инструмент социальной креативности .....	75

### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Богдаренко В.Г. (Чандира) Метаистория, как часть научной парадигмы новой Эпохи .....	81
Бурановская Н.А. Гермес и механизмы лиминальности .....	87
Курис И.В. Архетипические соответствия в трансперсональной ментально-двигательной практике .....	110
Савельев Ю.Ф. О методах биосенсорного звукообразования .....	138

### ТРАСПЕРСОНАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

Богдаренко В.Г. Стихи разных лет .....	153
Гранатова А.А. Новоафонское эссе .....	159
Романова А. М. Дар Богов.....	169
Сойдла Т.Р. Макабрические сказки. Цитрона .....	175
Балканы на нашем балконе.....	179
Царь-паук.....	183

### ИНФОРМАЦИЯ, НОВОСТИ, РЕКЛАМА

Поздравления от БПА.....	188
Конференции .....	188
Справочная информация об авторах.....	191

## ОТ РЕДАКЦИИ

Дорогие читатели! Вы держите в руках очередной номер нашего журнала. Между предыдущим и настоящим выпусками прошло два года. Наши авторы приобрели новый опыт, принимали участие в различных конференциях, выпустили новые книги, одним словом, они делали все, что в их силах, чтобы пропагандировать новые знания. И не только пропагандировать, но и объяснять их ценность для общества в целом.

В данном выпуске «Вестника БПА» представлены совсем новые материалы членов РООУ БПА по отделению *трансперсональной психологии и педагогике*, а так же других авторов, которых интересует данное направление. Этот номер, как и предыдущий, посвящен проблемам современной трансперсональной психологии (ТПП). Но в дополнение к этому мы затронули темы *архетипа, духовности и творчества* в трансперсональной психологии. В том числе, тему *трансперсонального творчества*.

*Трансперсональная психология* - это область научных знаний и методов исследования необычных психических способностей и психофизических возможностей человека (К.Г. Юнг, 1875-1961). Она интегрирует в себе множество самых различных направлений человекознания: и научных, и эзотерических и парапсихологических, которые в ТПП рассматриваются и как объекты научного исследования, и как мало изученные феномены древней мировой религиозной культуры и магии. На наш взгляд, эта область знаний всегда была, есть и будет интересной. Содержание статей говорит о том, что: интерес к трансперсональной психологии не только не спадает, но и

углубляется. Сегодня можно говорить о создании новых направлений внутри неё (МАТАИСТОРИЯ, МЕТАКОНТАКТ). Когда мы говорим о духовном росте, о творческом состоянии, о новых произведениях, мы так или иначе имеем дело с трансперсональной психологией.

ТПП развивается и завоевывает своё достойное место не только среди научных дисциплин, но и у людей, интересующихся практиками само-познания, развития осознанности, расширения сознания и т.д. Этот журнал – своеобразный вклад в общую копилку международной трансперсональной деятельности.

## АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Е.О.Алфеева**  
Член БПА, Санкт-Петербург

### **Сакральный мир шаманов. Символизм и архетипы.**

**Аннотация.** В данной статье рассматривается вопрос о шаманизме, как о способе символизации сознания через мифы и ритуалы. О шамане, как о герое мифа, примиряющего человеческое сознание с реальностью. Шаманизм рассматривается, как основа перевода базовых психических структур и процессов через символы и архетипы для взаимодействия с миром.

**Ключевые слова:** шаманизм, миф, символ, архетип, ритуал.

Поиски ответов, смысла жизни, поиски себя затронули многих. Сегодня представлен широкий выбор практик, тренингов и семинаров. Не осталась и без внимания такая обширная и древняя часть человеческой истории, как шаманизм, чей мифический мир не может оставить равнодушным никого. Мир духов, энергий, отношение ко всему среди чего живет человек и его роль во всем этом, экстаз и транс, у одних это вызывает скептическое отношение, как к чему-то примитивному и языческому, а у других мистическое и волшебное.

И сегодня, наряду с психологией, шаманизм занимает не последнее место среди средств познания себя. Существует огромное количество разного рода туров, которые предлагают встречи с шаманами, прохождение путешествий в нижние миры, инициации и многое другое. Пение, танцы у костра и звуки бубна уносят человека в экстатическом трансе в его глубины внутреннего мира. Духовный туризм стал уже неотъемлемой частью нашей жизни, и все больше и больше людей, особенно, после прочтения книг, про Дона Хуана Кастанеды, интересуются шаманизмом

разных традиций и можно услышать, как кто-то прошел церемонии с пейотом или Сан Педро. А кто-то, купив бубен уже считает себя шаманом.

Несмотря на огромное количество материала о шаманизме [2], все же хочу кратко еще раз затронуть основные моменты этой древней формы целительства, которая служит человечеству уже более 30000 лет.

Сегодня существует много работ на тему шаманизма и кто такой шаман. Но до сих пор нет однозначного ответа, и обширное поле деятельности шаманизма не укладывается в рамки антропологии и этнологии. В шаманизме мир предстает в трех мирах: Верхний, Средний и нижний. Шаман выполнял функции целителя. Он тот, кто в контакте с природой и ее явлениями, он тот, кто общается с духами, хранитель мифов и легенд. Шаман обладает сверхчеловеческими способностями, его камлания способны исцелить человека, вернуть заблудшую душу больного в тело. Основным инструментом шамана – бубен. В некоторых традициях шаманы используют музыкальные инструменты, варган, флейты или трещотки. У шамана своя специальная шаманская одежда, он входит в транс с помощью камлания, в расширенном состоянии сознания шаман путешествует по мирам, общается с духами. В его путешествиях ему помогают духи помощники.

Шаманское мировоззрение – это пример осмысления и символизации человеческого опыта взаимоотношений с реальностью через мифы. Мифы помогали примирять человеческое сознание с реальностью. Герой мифов как бы снимает напряжение между природной и социальной сферой. Например, К.Г. Юнг рассматривал образ героя, как синтез «божественного» бессознательного и человеческого сознания [2. С. 102]. Мифы запечатленные в сознании культурной памяти народов уходят в психические структуры, в царство архетипов. Архетип – это форма психики, упорядочивающая отдельные психические элементы, выстраивая их в определенную структуру. Архетипы в чем-то подобны формам мышления, которые являются универсальными

категориями познания, и благодаря которым человек имеет возможность упорядочивать свой опыт и моделировать ту или иную картину мира [3. С. 304]. Архетипы также универсальны. Они задают типовые схемы психической активности человека, Юнг тесно их связывал с инстинктами. Архетипы, как и инстинкты, намного древнее культуры и поэтому не передаются с традицией, а наследуются. Архетипы связаны с той частью инстинктов, которые могут проявлять себя только посредством символических форм, поэтому их можно назвать «врожденной формой интуиции».

Первобытная культура сознания претворялась в мифах и ритуалах, и позволяла воссоединиться с окружающим миром, ощутить природу родным домом. По мере усложнения сознания, человек утрачивает способность создавать мифы. Но оживление мифа является неотъемлемой частью традиционных обществ и это имеет отношение к ритуалу. Ритуал наполнен символическим и психологическим содержанием. По мнению К Юнга *Символизм ритуала направлен на изменение сознания с целью возвращения к ситуации непрерывности, невыделенности, на снятие напряжения, создаваемого осознанием двойственности* [4. С. 7-61]. Символическая культура шаманизма может быть дополнена теорией архетипов, которая поможет глубже понять представление о мире, о человеке, о сверхчеловеческих существах, а также помочь в трансформации сознания в стремлении преодолеть двойственность бытия.

Шаман заменил собой мифологического героя, который является социально важной фигурой способный оживлять миф, осваивает архетипические уровни сознания и встраивает их в социальную жизнь. Шаман – это символ человека со сверхъестественными способностями, человек, который связан с сакральным нечеловеческим миром. Символическая значимость фигуры шамана проявляется в его ритуальных действиях. Шаман может путешествовать в мифологический мир своей культурной традиции. М. Элиаде считал, что *«невозможно представить себе*

*время, когда бы человек не видел снов, не грезил наяву и не впадал в транс, то есть не терял бы сознания, что толковалось как путешествие души в иные пределы» [5. С. 31].*

Общаясь с шаманами из разных традиций можно увидеть общность символов и архетипов. Картография реальности, поделенная на «нижний», «средний» и «верхний» миры по своей сущности напоминает Ид, Супер-Эго, Эго З. Фрейда или Самость, Персона и Эго Юнга. Например, на церемониях айяваски с целителями (curanderos исп.яз.) Перу, растение силы может показать маски, в которых человек живет, и дать возможность соприкоснуться с сакральным необъяснимым переживанием Самости, не дуальности мира и бытия, сопричастности ко всему, единение с природой.

### Список литературы

1. Юнг К.Г. Душа и миф: шесть архетипов. М., 1997. 384 с.
2. Рындина О.М. Архетип, культура и образ женщины // Пространство культуры в археолого-этнографическом измерении. Западная Сибирь и сопредельные территории : материалы XII Западно-Сибирской археол.-этнограф. конф. Томск : Изд-во Том. ун-та, 2001. С. 250–252.
3. Юнг К.Г. Архетип и символ. М., 1991. 304 с.
4. Юнг К.Г. К феноменологии духа в сказке // Юнг К.Г. Собрание сочинений.
5. Топоров В.Н. О ритуале. Введение в проблематику // Мировое дерево: Универсальные знаковые комплексы. М. : Рукописные памятники Древней Руси, 2010. Т. 2. С. 7–61.
6. Элиаде М. История веры и религиозных идей: От каменного века до элевсинских мистерий. М., 2008. 622 с.

**В. Н. Богданович**  
**Действительный Член БПА,**  
**Санкт-Петербург**

### ТВОРЧЕСТВО – НЕСТАНДАРТНОЕ РЕШЕНИЕ, СТАНДАРТНЫХ ДЛЯ СЕБЯ ЗАДАЧ

**Аннотация.** Статья посвящена проблематике многообразия творчества. Оно присутствует в разных сферах: от искусства до техники. Творчеством можно назвать то, что дает уникальный результат, нечто качественно новое, никогда ранее не существовавшее; что-то ценное не только для одного человека, но и для других, а также процесс создания субъективных ценностей. Таким образом, творчество – это одухотворение материи, нестандартное решение стандартных для себя задач. При таком подходе, творчество рассматривается, как способность находить новые подходы и необычные решения в любых жизненных ситуациях. Развивать эту способность можно при помощи ситуационных задач-загадок, а также выполняя определенные психологические методики и упражнения. Развитая способность позволяет осознанно менять неэффективные поведенческие сценарии, личные и родовые установки.

**Ключевые слова:** Творчество, результат творчества, родовой сценарий, личные установки, методика, нестандартное решение стандартных для себя задач.

Понятие «творчество» настолько размыто, что я даже затрудняюсь с чем-то этот процесс сравнить. На сегодняшний день, т.н. «масскультура» им называет все то, что можно и невозможно назвать. Спектр невероятно широк и все «продукты» творчества в основном сводятся к сфере искусства. Оно и понятно. Уже лет сто, как понятие «творчество» было приватизировано теми, кто профессионально или полупрофессионально занимается искусством (рисование, ваяние, пение, чтение...). Огромный пласт

технического творчества был откинут «за ненадобностью», ему отказано в том, что именуется творчеством. А зря.

Возьмем за основу общепринятое значение «творчества». Энциклопедия описывает его, как процесс деятельности, создающий качественно новые материальные и духовные ценности или результат создания объективно нового. Оно направлено на решение любых проблем, удовлетворение потребностей. Основной критерий, отличающий творчество от производства - уникальность результата. Результат творчества невозможно предсказать, даже тому, кто является творцом. В процессе творчества автор вкладывает в материал кроме труда некие возможности, выражает аспекты личности, что придает продукту дополнительную ценность. Таким образом, творчество:

- деятельность, порождающая нечто качественно новое, никогда ранее не существовавшее;
- создание чего-то нового, ценного не только для одного человека, но и для других.
- процесс создания субъективных ценностей.

Вроде бы полно, но как-то сухо и не очень понятно и приложимо к тому, что мы наблюдаем в повседневности. В глубине души все знают, что они - творцы. Разного калибра, но творцы. В разных отраслях и в разных случаях. Так же знаем, что творчество невероятно многообразно и нет таких сфер, в которых бы оно не присутствовало. Позволю себе дать иную формулировку творчества:

- одухотворение материи;
- нестандартное решение стандартных для себя задач.

По поводу первого я пока остерегусь что-то писать всерьез, так как это тема отдельной статьи, а вот по поводу второй формулы, поговорим подробнее.

«Нестандартное решение стандартных для себя задач». Это может выглядеть как практическая смекалка, умение из ничего сделать что-то, творческая жилка. Это присуще всем и каждому – способность находить новые подходы и необычные решения в

любых ситуациях. Один из известных и эффективных методов развития способности нестандартно мыслить – решение ситуационных задач-загадок. Условия в этих задачах специально сформулированы так, что создают в сознании определенный образ, от которого надо суметь отойти при решении.

Вот как была изящно решена одна задача. Купец-миллионщик Шустов купил в Армении винные подвалы и устроил акцию. Он нашел несколько десятков бойких молодых людей с хорошими манерами и из знатных семей, положил им жалованье и отправил в Европу. Их задачей было заходить не менее трех раз в день в роскошные рестораны, делать дорогой заказ и требовать шустовский коньяк. Его, естественно, не оказывалось. После чего им предписывалось громко критиковать заведение, в котором ничего не знают о таком замечательном напитке, обещать сделать отрицательную рекламу и отменять дорогой заказ. В короткое время акция принесла плоды. Шустовский коньяк стали закупать самые дорогие и престижные рестораны.

Ничего экстраординарного. Особенно после того, как вы узнали решение, которое было творчеством Шустова, но не нашим. Но мы, на основе иного опыта, «его пример другим наука», методом аналогий, можем уже попытаться начать создавать что-то свое.

Практика показала, что большинство планов обрывается на стадии перебора вариантов. Вроде бы ничто не мешает заняться планированием того, как «хочу» можно претворить в жизнь, но «Узникам замка If» мешают установки личные и родовые. Устаревшие модели поведения, которые не дают возможности нестандартно решить стандартные для себя задачи. Плюс страх, что платить надо будет за «хочу» непомерно много.

Когда дело доходит до стадии реализации, то мы получаем «типа» то, что хотели, но какое-то «не такое». Как ни странно, но нас вполне устроит ... недовольство собой, обесценивание собственных усилий и действий. Так мы не получаем ни удовлетворения, ни возможности сделать выводы, ни опыта. Тягостные переживания облегчают внутренний дискомфорт

ненадолго, но жизнь, самый лучший учитель, дает нам знаки в виде «перемен», «тупиков», «нужды жить дальше». Знаком является шанс. Шанс что-то сделать нестандартно. Даже в рамках стандартного общественного мышления.

Товар–деньги–товар. Кто-то «что-то» делает. Кто-то это «что-то» продает. Кто-то это «что-то» обслуживает. Денежный поток заключен в этот треугольник. Стоит присмотреться и включиться, и обязательно окажется, что чего-то в нем не хватает и эта ниша - ваша. Правда, мешают сомнения. Неумение объединить деньги и творчество. Специально обращаю ваше внимание на страхи и на то, что в вас еще масса иллюзий по поводу «духовности» делаемых вами денег.

*«Знаете, когда я действительно поверила, что вы великий философ? Когда вы разбогатели! Только лжецы, безумцы и дураки могут говорить, что можно быть счастливым и свободным, живя в бедности»* (из письма маркизы Дюдеффан к Вольтеру). Вот пример того, как люди проявляли творчество, только не в смысле создания произведений искусства, литературы, архитектуры, в более широком. Это может быть и изобретение несмываемой туши, и нахождение выхода из Карибского кризиса... Что угодно.

В 1873 г. Леви Страус выяснил, что переселенцы в Соединенные Штаты не обеспечены прочными брюками. Он им предоставил их, которые шили из того, что было уже привезено, но залежалось на складах (парусина), укрепив для надежности двойной строчкой и заклепками. Так возникла огромная и емкая ниша, которую до сих пор пополняют всем, во что горазды. Он был настроен на выявление ниши удовлетворения спроса.

Теперь методика. Известная, но забытая. Она делится на несколько этапов.

### Этап 1

Время, которое уходит на выполнение первого этапа, — не менее 7 минут в день в течение 3–4 недель.

Организуем пространство и время. Сядьте удобно, перед собой положите стандартный лист А4, часы с секундной стрелкой, ручку.

Возьмите с полки словарь, откройте наугад и ткните пальцем в страницу. Прочтите это слово, засекуте время и в течение *одной* минуты запишите как можно больше способов использования этого предмета в жизни в различных вариантах применения.

Наткнулись на слово «смазка». Пишем: «для смазки механизмов, для выкручивания болтов из заржавевших деталей, для смазки велосипедных цепей»... Стоп. Вы повторяетесь. Снова: «для предохранения рук тех, кто работает в холодной воде, смазать шест, на котором висит скворечник, кошки не залезут. Как топливо или для разжигания сырого материала. Можно использовать для того, чтобы отбить запах человека от капкана. Средство для уменьшения трения, консервация железяк, помощь при передвижении тяжелых предметов по поверхности. Емкость, в которой она продается, может быть использована как ... Вы начинаете думать нестандартно. Просыпаетесь. Вам теперь проще генерировать идеи. Опережать других. Включать себя в процесс.

### Этап 2

Начните программировать изменения в повседневной жизни. Основная задача – заставить себя преодолеть инерцию и заставить «проснуться». Проще всего при помощи избавления стандартных и стереотипных действий.

Пример. Вы регулярно меняете маршрут движения на работу, учебу, к любимой. Меняете режим дня, слушаете разные Fm-радиостанции, читаете разные сайты, ищите новые темы общения. Несколько измените вкусовые пристрастия и режим питания. Начните обращать внимание на те книги, которые вас раньше не привлекали, загляните туда, где давно не были (вернисаж). Измените стиль или ритм отдыха, примите ванну вместо душа, начните чистить зубы или бриться левой рукой, прислушаетесь к тому, что вам говорят родители или дети...

Источником новых мыслей может все и везде. Рекомендую бегло просматривать справочники, самоучители, биографии, книги полезных советов, энциклопедии, книги серии «Как это сделано/работает», специальные журналы, дайджесты. Ищите

нестандартные решения стандартных задач. Новые пути в бизнесе, тенденции развития, новинки, связи и параллели между тем, что читаете и вашими задачами. Не избегайте рекламы, какие у нее новые тенденции? Внешний вид, маркетинговые ходы. Аналогично дело обстоит и с «глянцем». Это зеркало рынка потребления. Что рекламируют, какие тенденции, на что формируется спрос? В мире бизнеса нет такого бизнеса, который бы охватывал всю сферу, без «дыр». Это и есть ниша.

Регулярно вспоминайте «**Этап 1**» и практикуйте его так часто, как сможете. Вас начнут посещать мысли, которые уже можно внедрять в жизнь. Вы получаете навык работы с информацией. Анализируя тенденции, вы постоянно тренируете себя на возможность увязать то, что на первый взгляд не соотносится между собой никак.

Так вы заставляете включать в работу те отделы головного мозга, которые пока спят и живете с пользой для себя. Эта методика поможет найти общий язык и с «новым» поколением. Молодые, временно конечно, более раскованы в плане мышления, у них меньше штампов и стереотипов, чем у тех, кому за 30–40.

Полученная информация позволяет задействовать больше мозговых клеток, которыми вы пока не в состоянии воспользоваться. Так и только так вы учитесь овладевать процессом управления информацией, а именно она является тотальным ресурсом. У нас по два глаза, уха, руки, ноги и полушария головного мозга. Левое мыслит логически, правое - образами. Линейные упражнения стимулируют левое, а интуитивные - правое.

Пример. Идея, которая произвела переворот в стекольной промышленности. Главный инженер стекольного завода сталкивался с проблемой качества выпускаемого листового стекла. По технологии, стекло пропускали между валами, а затем шлифовали, что дорого. Специалисты искали более совершенные

материалы для шлифовки. Он ощущал, что искать решение надо не в этом направлении. К решению задачи подтолкнул кусок мыла, который плавал в воде среди пятен жира. Так был создан процесс, в котором стекло изготавливали в печи с использованием расплавленного олова. Оно застывает медленнее, чем стекло, что позволяет избежать возникновения дефектов на поверхности. Технология используется до сих пор.

Благодаря фиксированному поиску взаимосвязей вы измените «точку-координатор», что поможет воспринимать мир глубже и разностороннее. Тогда можно подумать про дождь за окном и про пасмурную погоду, про прогноз погоды и проблему глобального потепления, про то, как вам принять участие в обустройстве тигров в уссурийской тайге.

Себе или людям? Без разницы. В школе мы складывали в столбик. Получив ответ, как в конце учебника, мы приступали к следующему примеру. Потом мы эту логику перенесли в сферу творческого мышления. Получил устраивающий ответ – хватит думать, потому как ответ сошелся. Чего еще? Жизнь отличается от арифметики. Новый способ решения может быть гораздо более важным, чем предыдущий, выученный ранее. Он позволит обрести новый статус, найти новый рынок, новую нишу, новый продукт, а главное – раскрыть себя. Нет причин думать, что первый ответ лучше любых иных.

### Этап 3

Мир меняется. Мир меняется быстрее, чем мы успеваем это понять. Мы тоже, по идее, синхронно меняться вместе с ним. В какую сторону? Как давно вы задавали себе это вопрос? Может пора посмотреть на окружающий мир с точки зрения тех возможностей, которые нам и только нам необходимы. Тут уже место и простор для творчества, развития, саморазвития и приложения сил, энергии и для собственной пользы.



Пример того, как совместим спорт и бизнес. Можно решать задачу «прямо»: изготовление и торговля инвентарем, строительство объектов, обслуживание и ремонт, реабилитация и лечение спортсменов, поддержание моды на него, освоение мегабюджета «Здоровье нации»... Если отвлечься от частностей, которые скрывают связи, то сочетание спорта и бизнеса несет в себе пакет полезной информации: помощь в самореализации, даст возможность стать состоятельным, поддержать спортивную форму и проч.

Любое дело на 80–90% — отношения. С неприятными людьми мы избегаем иметь дело, идти им навстречу... 2/3 сделок заключаются благодаря контактам с теми, с кем налажены хорошие отношения. Чем хороши неформальные встречи? Тем, что они создают атмосферу близкого общения, а в теплоте и в уважении мы нуждаемся больше чем во всем остальном. За уважительное отношение, за которым не проглядывает корыстный интерес, мы готовы пойти на многое.

Когда занимаются спортом, то все преображаются. Королевична из налоговой, Начальник из Администрации, Босс. Они уже не те, что на рабочем месте. Похвала, совместная игра, общее поле интересов помогают выстроить отношения. Похвала подчиненного или просителя – она неискренняя по определению, иное дело, когда она исходит из уст постороннего... Дружеская похвала, сданная игра, кружка пива или чашка чая, и вы переходите в разряд приятных знакомых. Далее дело за вами. Это ресурс, а уж как им воспользоваться - это ваше личное творчество.

Такой же ресурс – искусство. Купил Вексельберг яйца Фаберже, привез в Россию, и он – руководитель проекта Сколково. А это, на минуточку, 1,1% ВВП! Основная задача – использовать те ресурсы, которые до вас не были задействованы или использовались не так,

как можете вы. Для одних ураносодержащая глина – материал для изготовления кувшинов, других, сырье для АЭС.

Творцы рассеяны по всей массе нации и соответствуют в основе, его эволюционному уровню. Они и двигают эволюцию и, одновременно, вносят в жизнь элемент хаоса и непредсказуемости. Они несут ответственность не только за свои труды, но и за то, где, у кого и как его «слово отзовется». За это он отвечает своей душой. Вспомнился ответ чертей на жалобу писателя, поджаривающегося на медленном огне в аду, в адрес товарищей по несчастью:

*— Да, мы их отпускаем охладиться раз в год. Кто-то убил, но уже родились новые люди, нажито новое имущество взамен украденного. Выросли люди, которые никогда и не знали, что такой когда-то был и что-то там натворил. А твои книги до сих пор читают!*

Творите. Каждый на это способен, по-своему. Творчество, независимо от его уровня и сферы приложения, необходимо нам, как воздух, потому как в процессе его реализации вы создаете нового себя.

#### **Рекомендуемая библиография.**

1. Богданович В. Сфера развития. Пенза, Золотое сечение, 2010
2. Богданович В. Сфера общения, Пенза, Золотое сечение, 2012
3. Вестник Балтийской педагогической академии. От релаксации к медитации. С-Пб, 2006
4. Данилин А.Г. Прорыв в гениальность: беседы и упражнения. М.: Вершина, 2008.
5. Калинаускас И. Наедине с миром. С-Пб, 1999.
6. Леонтьев А.А. Психоллингвистика. Л., 1967.
7. Налимов В.В. Спонтанность сознания. М., Прометей, 1989
8. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.

**В.Н.Богданович**  
**Действительный Член БПА,**  
**Санкт-Петербург**

### Ресурсные путешествия – прорыв в карте отдыха.

Часто слышишь: «Скорей бы в отпуск. Подлечиться. Отдохнуть!» Интересуешься: «И?», а в ответ слышишь мало что толкового. Почему? Потому что обычно, такой радостный процесс, как отдых, уже давным-давно распланирован за нас. Мы в курсе, как и где нам лучше восстанавливать свой потенциал, ресурс. Чаще всего это:

- пляж и немногочисленные обзорные экскурсии (т.н. пляжный отдых);
- поездка в экстремальное путешествие с группой единомышленников (сплав по горной реке, преодоление горного хребта);
- дачный участок;
- занятия домашними делами, которые он, из-за текучки, совершить не может (ремонт квартиры, дачи, машины);
- санаторно-курортный туризм, где за него все сделают (диагностика, процедуры, лечение, массажи и СПА);
- стандартный тур-путешествие.

Разумеется, есть варианты, но они тоже достаточно стандартны – на машине по Европе или вокруг Байкала, пешком по Золотому кольцу или на послушание/трудником в монастырь.

В том, что кто-то когда-то нашел свой алгоритм восстановления, разумеется, ничего плохого нет. Особенно, если это ему по-настоящему помогает.

Но вспомните, о чем мы мечтаем, когда думаем про отпуск, чего именно нам хочется? Чтобы он, отпуск, был неповторимым и незабываемым. Мы, в мыслях, все спешим за чудесами! Как в детстве, нам кажется, что именно на нашей ёлке будут золотые мандарины и хрустальные шары! Платим большие деньги за то,

чтобы нас привезли к чуду, и в очередной раз убеждаемся: *«Все очень просто, в сказке обман. Солнечный остров скрылся в туман. Замков воздушных не носит земля, кто-то ошибся, ты или я?»* Узнаваемо?

Вспоминается одна история, которая произошла третьего января. Мужчина пришел в магазин с рекламацией на ёлочные игрушки. Претензия была одна: «Поддельные!» ему принесли сертификаты качества, данные лабораторных исследований, какие-то еще бумаги, а он твердит свое: «Поддельные» и все тут.

Тогда у него поинтересовались: «На основании чего вы сделали вывод, что они поддельные?» – «Не радуют!» - был ответ.

Вам эта история ничего не напоминает?

В чем же тогда состоит просчет всех тех, кто приезжает из отпуска, путешествия, странствия таким же, каким и уехал? Думается в том, что они далеко не всегда представляют смысл своего отдыха-путешествия, и, как следствие, идут на поводу у привычки, стандарта, желания не вываливаться из привычной среды, формата, понятия престижа. В итоге - «отдыхают» не как им нужно или хочется, а так, как им навязано извне. Как итог – восстановления нет, цель не достигнута и задача не решена.

Разумеется, организм имеет огромный резерв прочности, но надо ли его насиловать тогда, когда в этом нет необходимости? И, что важно, альтернатива есть – это ресурсные путешествия, которые являются, пожалуй, единственным на сегодняшний день эффективным способом самовосстановления без сверхусилий или огромных трат времени и денег. Это и не «осмотр» достопримечательностей под нудный голос гида или пестрая лента видов за окном авто. Это нечто иное.

Принцип путешествия прост. Это, во-первых, выход из привычного темпоритма, привычного информационного поля с его привычными стимулами и соблазнами.

Вспоминается, как одна дама из всего десятидневного путешествия по Италии запомнила только участницу группы, которая каждый день одевалась в «брендовые» вещи. Она ее

фотографировала, рассылала по подругам в Россию и активно обсуждала то, во что и как та женщина одета и насколько ей это идет. Смысл ехать в Италию?

Во-вторых, путешествие такого рода дает возможность погрузиться в собственную внутреннюю реальность, подумать о себе, о своем будущем, о перспективах развития бизнеса, отношений в семье. Обычный ритм обычного информационного поля, в котором мы пребываем постоянно, такой возможности не дает, да и обычный ритм туристического вояжа – тоже. Вспомните, с чем у нас ассоциируется слово «расслабиться»? Улыбнуло? То-то и оно, и о каком самовосстановлении может идти речь после такого отдыха?

В-третьих, ресурсное путешествие помогает вникнуть в структуру тех мест, куда мы едем, где живем, где наслаждаемся жизнью и отдыхом. Ощутить душу места, городка, собора, заповедника. А это уже навык, который всегда может пригодиться.

В-четвертых, за счет фиксации внимания на тех состояниях, на тех ощущениях, эмоциях, которые вы гораздо более глубоко прожили, субъективное время проживания увеличивается многократно. 6-9 дней физического времени, проведенных в таком путешествии, в ваших ощущениях займут три-четыре недели, а то и месяц. Это ли не ресурс, которым тоже можно овладеть? А так как ресурс - понятие внутреннее, значит и отдых, и расслабление нервной системы и восстановление идет гораздо более интенсивно.

В-пятых. Фиксированное внимание к тому, что происходит вокруг вас, позволит вам привезти с собой массу впечатлений, эмоций, состояний и они будут в вашей памяти, а не в памяти фотоаппарата. Потому как мы дополнительно даем навыки фототрекинга – умения видеть красоту вокруг, встраивать ее в кадр и запечатлеть то, что вы хотите, а не то, что «лезет в глаза». Такой вот тур.

Что и кому он может дать:

- прагматикам, поможет сохранить время и деньги;

- реалистам поможет не только восстановить ресурс, но и приобрести новые навыки;

- идеалистам поможет глубже понять себя;

- романтикам поможет увидеть массу нового вокруг себя и в себе.

«Потенциал» - наличие средств, запасов, сил, которые при необходимости можно будет привести в действие, использовать для достижения цели, реализации плана, решения задачи. И поэтому, если ты возвращаешься путешествия таким же, каким уехал, то ты нигде не был, а потратил впустую время, деньги, силы, т.е. свой ресурс, и не приобрел нового. Вот иллюстрация:

*Один юноша отважился на путешествие к храму, в котором божество исполняло все желания. Он дошел до храма, потер стену ладонями, попросил здоровья, богатства и храбрости, которых ему не хватало. Когда он довольный вернулся домой, его спросили:*

*- Ну и как?*

*- Все просто отлично! Дорога к храму была долгой и трудной, но тяготы закалили и укрепили меня. По дороге, я помог одному путнику добраться до крова, он оказался богачом и дал мне много золота. В дороге на меня напали разбойники, а мне так было жаль расстаться с золотом, да и я изрядно поздоровел... пришлось их разогнать по кустам.*

Что произошло? Юноша использовал все ресурсы, которыми он овладел! Под термином «ресурс» (франц. ressource — вспомогательное средство), понимаются денежные средства, ценности, запасы, возможности, источники дохода, в т.ч. экономические (материальные, трудовые, финансовые), природные, любая часть совокупности условий существования человечества и важнейшие компоненты окружающей его среды, используемые в процессе жизни. В обыденной жизни, под «ресурсом» мы понимаем наличие запасов, денег, которые хранятся, но при необходимости могут быть пущены в дело, источник, откуда можно взять дополнительные возможности. Он

есть в каждом и можно научиться искать его внутри, извлекать и пользоваться им по мере необходимости.

В свете современной жизни, вопросы, связанные с возобновлением собственного ресурса, выдвинулись в число самых насущных вопросов современности. Представьте себе, вы находитесь в пункте С. и очень хотите попасть в пункт И., но что-то мешает. Не удастся сделать это просто, нужно что-то еще. Энергия. Транспорт. Обстоятельства. Люди. «Волшебный пендель»! Ресурс извне.

Ресурсы – это то, что пока не используется, но может пригодиться. Для экономики это технологии, нефть, люди, что-то ещё. У человека – то, что он пока не использовал для преодоления перехода из СПб в Иерусалим. Это может быть его спокойствие, радость, вера в себя, внутренняя сила... То, что есть внутри, но... вот пока не используется. Поэтому ресурс это то, что надо еще найти в себе. Разведать и овладеть. Это может быть всё, что угодно. Собственные убеждения, способности, качества, эмоции, умения, отношения с другими людьми.

Ресурс понятие диалектическое, и то, что является ресурсом в одном месте, в другом может сильно повредить. Расслабленность очень полезна, когда вы хотите отдохнуть. Но если к вам пристаут хулиганы, вам этот ресурс только повредит. Главное иное - все, что вам надо в этой жизни, уже есть в вас. Надо только это извлечь, и не лежа дома на диване, а в движении, в процессе перемещения из состояния А., в состояние Б., как юноша! Главный вопрос: «А где тот храм, по пути к которому я получу то, что хочу и что я хочу получить на пути?»

Поиску «храма» и осознаваемому поиску в себе ресурсов посвящены наши *ресурсные путешествия!*

Самый важный ресурс – состояния. Они по структуре напоминают чемодан, в котором содержится все. Если вы уверены в себе (состояние), то у вас будет доступ и к умению говорить, мыслить, общаться, принимать решения спокойно и внутреннее убеждение, что «мне все по плечу»! Есть состояние – есть доступ и ко всему

содержимому. Нет доступа – ресурс может проявиться спонтанно, в стрессовой ситуации, и так же спонтанно может исчезнуть.

**В. Г. Бондаренко (Чандира), БПА  
Санкт-Петербург, Россия**

## МЕТАИСТОРИЯ КРЫМА

**Аннотация:** Одной из самых острых тем новейшей истории стало присоединение Крыма к России в марте 2014 года. За 12 лет до этого, в 2002 году, автором была написана поэма «Крымская мистерия», в которой исторические реалии поданы с точки зрения высшего смысла и высшего предназначения полуострова Крым в метаистории 5-й (арийской) расы. Через всю поэму красной нитью проходит главная идея о предназначении Крыма, как ХРАНИЛИЩА ЗНАНИЙ, а также о его роли в процессе формирования 5-й расы и в последующей СУДЬБЕ РОССИИ.

На написание поэмы автора вдохновила статья Максимиллиана Волошина «Культура, искусство, памятники Крыма» (Библ.6, стр.212-218).

**Ключевые слова:** Метаистория, метаисторический метод познания, Крым.

«МЕТАИСТОРИЯ – это находящаяся вне поля зрения науки и вне её методологии совокупность процессов, протекающих в тех слоях нематериального бытия, которые, пребывая в других видах пространства и других потоках времени, просвечивают иногда сквозь процесс, воспринимаемый нами как история. Эти потусторонние процессы теснейшим образом с историческим процессом связаны, его собою в значительной степени определяют, но отнюдь с ним не совпадают, и с наибольшей полнотой

раскрываются на путях именно того специфического метода познания, который следует назвать МЕТАИСТОРИЧЕСКИМ.»

(Цит. по: Даниил Андреев. Роза Мира. 2013, СПб, изд-во «АЗБУКА-АТТИКУС», стр.94).

Поэма начинается с НАПУТСТВИЯ ОЛИМПИЙСКИХ БОГОВ, которые после гибели Атлантиды выращивали и обучали необходимым навыкам людей новой. 5-й расы.

«И каждый знал, за что он отвечает,

Чему людей он должен научить ...

На Землю проводили посвященья,

И строили обряд и ритуал,

Готовили мы души к воплощеньям,

И каждый бог чему-то научал»...

Древняя Греция, через прошедших египетские посвящения героев и жрецов, начала принимать семена идей и знаний, предназначенные для 5-й расы. Народ осваивал эти энергии через мистериальные действия. Первые осознания начинаются в эпоху классической Греции, где закладываются основы всего современного мировосприятия. А затем, уже в эллинистические времена, через походы Александра Македонского и завоевания имперского Рима, эти семена разносятся далеко за границы маленькой греческой Ойкумены, став фундаментом всей современной цивилизации.

Боги (Вознесённые Учителя) в это время физически соприкасаются с юными народами, постепенно, путём браков со смертными людьми, оставляя на Земле потомков этих браков. Этих потомков древние греки называют «героями». Завершением прямого общения людей и богов становится Троянская война.

...«И чтобы люд не путался в потемках,

Герои встали, словно маяки -

Мы на Земле оставили потомков,

На берегах стремительной реки,

Что Временем зовется. Наше время

Окончилось Троянской войной.

Через героев данное вам семя

Вошло в людей, а мы - ушли домой»...

#### ПРОЛОГ. «НА СТРАЖЕ, КАК СВИДЕТЕЛИ ВЕКОВ, СТОЯТ ТИТАНЫ НА ДОРОГАХ КРЫМСКИХ»

В «Прологе» сообщается о том, что в самой земле древней Тавриды спрятан «первоначальный замысел», именно в ней – «память рас, эпох и поколений», предшествовавших современным народам, и именно в ней хранятся «все семена культуры изначальной».

«На страже, как свидетели веков,

Стоят титаны на дорогах крымских,

Из мифов, из легенд, из давних снов,

Историй эллинских, татарских, скифских, римских...»

Итак, Греция готовила семена, Рим их разносил по всему древнему миру. А ключик к ним спрятан в Крыму?

...«Подарит ключик крымская земля,

(Она его в себе века хранила)

Тому, кто снова, всё начав с нуля,

Смог обрести здесь знание и силу.»

Условием доступа к этим знаниям является появление подготовленных Учеников там,

«...где ждут титаны до поры,

Впечатанные в побелевших скалах,

Того, кто скажет слово: «Отомри!»,

И в дверь войдет в подземных строгих залах,

И прочитает свитки на стенах,

И свяжет вязь созвездий и сказаний...».

Итак, из «Пролога» следует, что: 1. Сама крымская земля является хранилищем Знаний, предназначенных для нашей, 5-й, расы и они откроются, когда придёт время;

2. Это время пришло: «Отряхивая прах, ростки сейчас проклюнулись из дёрна. Здесь начинают новый мощный рост все семена культуры изначальной...»;

3. Условием открытия Знаний, хранящихся в Крыму, является приход на крымскую землю тех, кто сумеет «войти в дверь», «прочитать свитки на стенах» и «связать вязь созвездий и сказаний».

... «Звучат века, прощённые Любовью,  
И складывают в строки письма,  
И раскрывают истинные сроки,  
И возвращают в звуках имена,  
Чтоб обнажились Знания истоки!»

Итак, для того, чтобы «обнажились Знания истоки» должно быть «прощение Любовью» и наполнение ею пространства Крыма, где хранятся эти Знания.

### **ЧАСТЬ 1. «ТЕРЯЕТСЯ НАЧАЛО ПЯТОЙ РАСЫ ВО МГЛЕ ТЫСЯЧЕЛЕТИЙ...»**

Цивилизация атлантов клонилась к упадку. Катастрофа становилась неотвратимой и ...«Жрецы последних мигнов Атлантиды

Уже готовили хранилища идей -  
И опускались в тонком плане пирамиды,  
Чтоб Знания сокрыть для тех людей,  
Что вырастут когда-то в пятой расе.»

Эти жрецы в предвидении грядущей катастрофы ...«Места искали на Земле просторной,  
Где можно Храмы Знаний заложить...  
Тогда был выбран Крымский полуостров  
Хранилищем...»

Сама история планеты была записана в теле Крыма, в его эфирных храмах и пирамидах, в природных святилищах и в очертаниях рельефа:

...«Все отразив в цепочке гор прибрежных,  
В долинах узких, в очертаньях скал,  
Для пятой расы от хозяев прежних  
Историю Земли здесь записав»...

### **ЧАСТЬ 2. «В ЗВУЧАНЬИ МИФОВ, В КРАСОТЕ ЛЕГЕНД ЕСТЬ ИСТИНЫ ВЕЛИКОЙ ОТПЕЧАТОК...»**

Имена героев мифов и легенд, упоминаемые в этой части поэмы, уводят нас в те времена в истории Крыма, когда полуостров только начал открываться для юного греческого мира, для которого и Колхида (Кавказ), и Таврида (Крым) были дикой, опасной и неизведанной северной границей Ойкумены, т.е. обжитого и освоенного греками мира.

«...За пределы круга,  
Очерченного знанием земным,  
Шагнули боги и герои греков.  
Так наводились на Земле мосты,  
Для пятой расы создавая Человека!»...

Метаисторический смысл легендарных историй полуострова – это «наведение мостов» для того, чтобы Крым стал «местом встреч для молодых народов», которые будут подходить друг к другу «и с Севера, и с Юга» в процессе создания человека 5-й расы.

### **ЧАСТЬ 3. «КОГДА МИЛЕТСКИХ ГРЕКОВ КОРАБЛИ БРОСАЛИ ЯКОРЯ У СКАЛ ПРИБРЕЖНЫХ...»**

А это уже история - на рубеже VII-VI веков до нашей эры на месте современной Керчи возникает Пантикапей, затем неподалёку – Феодосия и ещё целый ряд городов, позднее объединившихся в Боспорское царство.

«...Когда вознес свой Храм Пантикапей  
И Ольвия на Севере явилась,  
Земля Тавриды вышла из теней  
Для эллинского взора. Проявилась  
Тогда История на прежних рубежах  
Знакомой и обжитой Ойкумены»...

А на юго-западе Крымского полуострова выходцы из дорийского города – Гераклеи Понтийской, расположенного на южном берегу Чёрного моря, основали другое эллинское государство – Херсонес.

...«Образовали здесь крутой замес  
Два государства – стражами у моря:  
Один – непобедимый Херсонес,  
Другой – Пантикапей...».

Каждый херсонесит, достигнув совершеннолетия, приносил клятву, в которой обещал не причинять вреда городу и «не предавать Херсонеса ... никогда и никому ...ни эллину, ни варвару».

...«Здесь создал Бог для выплавки котёл  
Той стойкости, что укрепит солдата,  
Который грудью будет защищать  
От эллина и варвара любого ...

Итак, в этом месте был создан «котёл для выплавки стойкости» тех, кто оборонял Херсонес, ставший позже частью российского Севастополя.

А метаисторическая причина:

...« И он тогда незримо сохранял  
То знание, что было здесь привито  
На почву Крыма, у приморских скал,  
Где валуны рассыпаны, как свита...  
Так продолжалась Господа игра -  
А земли ждали нового посева!»

#### **ЧАСТЬ 4. «И ЭТОТ ПОСЕВ ПРИШЁЛ, КОГДА ОСНОВАЛИСЬ ГОТЫ...»**

С Востока на Запад, через всю Евразию тянется полоса степей, по которой одна за другой прокатывались волны кочевых народов, доходивших до Кавказа, Крыма, Западной Европы: сарматы, скифы, гунны... Из Скандинавии хлынули готы, часть из которых задержалась в степях Северного Причерноморья и в степном Крыму, сменив и эллинов, и кочевые народы ...«И этот посев пришёл,

Когда основались готы  
Там, где ходил пешком  
Эллин после работы».

Чуть позже в степи Северного Причерноморья вторглись гунны, сменившие племена готов, которые столетием раньше разгромили скифов.

«Снова, за веком век -  
Слезы, и боль, и стоны,  
Снова лишь конский бег  
Меряет степь бессонно».

Молодые «варварские народы», здесь, в Крыму вбирали в свои тела семена, полученные древней Грецией и разнесенные по миру Римской империей. Сами же они несли с Севера и с Востока энергии, необходимые для дальнейшего развития того, что позже станет европейской цивилизацией. В результате такого перемешивания в «плавильном котле истории» происходило развитие современных народов 4-й (Кавказ и Юг Европы) и 5-й (Центральная и Северная Европа) подрас 5-й расы.

#### **ЧАСТЬ 5. «В ТЕ ГОДЫ У СКАЛИСТЫХ БЕРЕГОВ УШЛИ В НЕБЫТИЕ ХЕРСОНЕСИТЫ»**

К IV веку н.э. Херсонес стал самым крупным городом и самой влиятельной силой на полуострове. Из далёкой окраины

римского мира Крым стал важнейшим северным форпостом новой империи – Византии. Византия вела в Крыму большое строительство, массовой становилась христианизация населения полуострова.

«...Разрушены и храмы и дворец -  
Тяжелой глыбой встали базилики  
Там, на агоре. Царственный венец –  
Над головой Христа. Сменились лики...»

Именно отсюда начинает свой путь на Русь христианство. Именно здесь происходит крещение киевского князя Владимира. Здесь он венчается с византийской принцессой Анной, становясь ровень с византийскими императорами. Отсюда он увозит на Русь античные статуи и мощи христианских святых. Отсюда переезжают в Киев священники, строители, ремесленники. ...«Но, как и встарь, в осаде Херсонес,

Убежище епископов в изгнании:  
Чернеют мачты, словно вырос лес –  
То князь Владимир требует признанья!  
И отдают принцессу, чтобы снять  
Осаду с города, и бронзовые кони  
Плывут Днепром на лодках, чтобы встать  
У новой церкви в Киеве иконном...»

Этот исторический факт подтверждает духовное значение Крыма и древнего Херсонеса для России. как «колыбели, открывшей дорогу православью» на Русь.

... «А Херсонес стоит, как колыбель,  
Открывшая дорогу православью  
На Русь святую...».

#### **ЧАСТЬ 6. «ПОТЕКЛО ИЗ ЕВРОПЫ ЗОЛОТОМ – ГЕНУЭЗСКИМ, ВЕНЕЦИАНСКИМ...»**

С 1223 года начинаются набеги татаро-монголов на Крым. А торговлю в Чёрном море вскоре захватывают в свои руки генуэзцы и венецианцы.

...«Потекло из Европы золотом,  
Генуэзским, венецианским,  
То, что будет потом расколото  
Под ногами баскаков ханских.  
...Не спасли ни вино, ни крепости,  
Ни торговые караваны -  
Лишь остались на теле Вечности  
Башни те, как на теле раны...»

#### **ЧАСТЬ 7. «А РЯДОМ, НЕ ДОЙДЯ ЧУТОК ДО МОРЯ, ПРОДОЛЖИВ СТЕПЬ ВЕЛИКУЮ СЮДА, ТАТАРЫ ПОСЕЛИЛИСЬ...»**

В 1242 году большая часть татар, возвращавшихся после набегов на Польшу и Венгрию, обосновались в юго-восточной части Крыма. Столицей Крымского улуса Золотой Орды становится город Къырым (или Крым, откуда и современное название полуострова). Вот так «...на просторе степного Крыма новая Орда Смела с пути и половца, и грека,  
Под Агармышем укрепив Кырым,  
Внеся ислам на эту почву...»

Метаисторический процесс укрепления связи между разными народами, для которых Крым стал «мостом», продолжался. В эти времена Крым был важным пунктом на Великом Шёлковом пути, соединившим Европу с Индией...

«А пот кровавый всё на землю капал -  
Так здесь народы укрепляли связь!»



## ЧАСТЬ 8. «И ОПЯТЬ - ПОВОРОТ ИСТОРИИ. ПРОНЕСЯСЬ КАЗАЧЬИМ ДОЗОРОМ...

Одним из важнейших деяний нашей истории было присоединение Крыма к России во второй половине XVIII века. Указом Екатерины Великой от 8 апреля 1783 года завершились многовековые усилия России по выходу к Чёрному морю.

«Все накрыла собою, как саваном,  
Непохожая на мессию,  
Вся пропахшая потом и ладаном  
На просторах своих Россия.  
И торились дороги конные  
Вдоль всего побережья Крыма,  
И вставали лики иконные,  
Заменившие мрамор Рима.»

Предчувствием российского мессианства пронизаны века нашей истории и произведения наших пророков, вестников, поэтов и философов.

7-й луч Эпохи Водолея сменяет господствовавший в Эпоху Рыб 6-й луч. Наступает Эпоха, благоприятная для России – Водолея, являющегося народом 7-й подрасы. Русский народ – основной представитель седьмой подрасы, чей луч Души (тоже 7-й), будет на протяжении ближайших 2 тыс. лет развивать и проявлять всё лучшее, что заложено в российском народе. Это – объективный космический закон развития человеческих рас, подрас и народов.

Началось освоение Крыма. Был заложен «город славы» - Севастополь, как база Черноморского российского флота..

«...«Постепенно сложилось новое  
Равновесье культур и веры,  
А фундаментом и основой  
Стали русские офицеры.  
...Крым свою защищал историю,  
Как всегда, у скал Херсонеса...»

Эту землю придётся защищать и в XIX, и в XX, и в XXI веках, потому что, «что-то до боли важное Дева в этих местах скрывала».

...«Век за веком форпост Истории,  
Помня клятву херсонеситов,  
Защищал свою территорию  
И просеивал жизнь сквозь сито...»

И опять зазвучала тема Любви, начатая ещё в первых главах поэмы:

...«Крым увиден был сердцем любящим,  
Вдохновеньем воспет поэта,  
И, наверное, жив тот дуб ещё,  
Укрывавший его от ветра...  
Чтоб воспеть иную историю,  
Пред которою смолкнут пушки,  
Внес на крымскую территорию  
Дар Любви вдохновенный Пушкин!»

Вспомните - одно из условий для открытия Знаний, которые хранит Крым – насыщение его Любовью. Именно России предназначено то Знание, которое хранит крымская земля века и тысячелетия, потому что именно 7-я подраса каждой расы ответственна за сбор, архивирование и передачу Знаний детям нарождающихся 6-й и 7-й рас.

## ЧАСТЬ 9. «ДВАДЦАТЫЙ ВЕК ВСТУПИЛ В СВОИ ПРАВА. ОСВОЕН КРЫМ, И ЛАСКОВЫЙ, И СМИРНЫЙ...»

Прекрасный сказочный Крым, «ласковый и смиренный», воспетый после Пушкина всеми, кто побывал здесь. Те, кто праздновали в 1913 году 300-летие дома Романовых, ещё не догадывались, что ждёт их через очень короткое время: «...А где-то вдалеке гремит раскат  
Грядущих войн и революций...  
Уже готовится к восстаниям столетье  
Последнее...»

Но были те немногие, кто знал и слышал, и готовился к последним битвам уходящей Эпохи. Один из них - коктебельский мудрец, мистик, поэт, художник, посвященный – Макс Волошин, завершивший строительство своего дома как раз в 1913 году. (<http://www.spiritoftime.su/ru/psychology/378-1-r.html>). И уже более столетия Дом его хранит у подножия Карадага нечто очень важное, то, что привлекало и привлекает к нему лучших людей нашей нелёгкой Эпохи.

«...Он дом соорудил, как Храм Поэта.  
Он, как магнит могучий, притянул  
Сюда весь цвет серебряной культуры.  
На все пласты Истории взглянул  
Он взглядом мудреца...»

Именно здесь, в Коктебеле, на Карадаге, и в других сакральных местах Крыма, сама земля ждет тех, кто откроет те самые эфирные Храмы, которые когда-то, в глубокой древности, закладывали атлантические жрецы. Крым готовится к тому, чтобы стать «обителью Учителей»:

#### **ЧАСТЬ 10..» НА КАРТЕ МИРОВОЙ ОН НЕВЕЛИК, НО ОН КОРНЯМИ В ЦЕНТР ЗЕМЛИ УХОДИТ»**

«...И проступает явственнее лик того, что через Крым Господь проводит».

Что же это за лик? - «Узкий мост над пропастью времён», который «помнит все звучания имён», место, где «через ствол вулкана» идёт «вертикаль к Аиду» и поднимается к Небесам. Но это не только память – это живой процесс звучания, камертонной настройки на Божественный план.

«...И как круги, волнами расходясь,  
Несут вибраций и энергий смыслы,  
Так Крым звучит, создав живую связь,  
На шесть сторон своих посланцев выслав...

...Здесь Вечности проявленный глоток  
Оставит в памяти лишь то, что было лучшим.  
То, что сумели мы, как Дар принять  
То, что поставить сможем, как фундамент  
Для расы новой. Здесь должны понять,  
Как принимать Любовь, что Бог нам дарит...»

#### **ЭПИЛОГ. «МЫ СОБРАЛИ ПО КРЫМУ ВСЕХ ЭПОХ ИМЕНА»**

«И предсказанный срок  
Вновь выводит на сцену  
Тех богов изначальных,  
Что по плану Творца,  
Воплощали союз,  
Выбрав местом для драмы  
Остров тот, что причален  
Перешейком кольца,  
Чтоб истории груз  
Мы внесли на экзамен».

Так что же Творец приготовил для Крыма после сдачи экзамена?  
«...Развернутся спирали  
И проявится План, -  
Новый Храм всех богов  
Всех времен и народов»

«Новый Храм всех богов, всех времён и народов» - Храм Розы  
Мира?

На этой радостной ноте поэма была завершена в 2002 году.

#### **НОВЫЙ ПРОЛОГ. «ЗЕМЛЯ ВЕЛИКИЙ СОВЕРШАЕТ ПЕРЕХОД»**

«Новый пролог» написан через 12 лет, в июле 2014 года. Земля вышла («родилась») в новое высоковибрационное пространство. Идёт процесс её очистки на всех планах. Время выбора для каждой человеческой души и всего Человечества. Отчаянное

сопротивление тех, кто хочет жить по-старому. Но уже «...Век двадцать первый по местам расставил  
 Фигуры новые – и новый поворот  
 Для мира землю крымскую представил.  
 ...Как орден у планеты на груди,  
 Заслуженный и кровью, и слезами,  
 Российский Крым, как флагман впереди,-  
 Успешно сдал у Вечности экзамен...  
 ...Он, как и встарь, хранит для всей Земли  
 Элитные запасы вечных Знаний -  
 Пусть сберегут России корабли  
 Сокровища в годину испытаний...»

Итак, КРЫМ – ХРАНИЛИЩЕ ЗНАНИЙ, ХРАНИТЕЛЕМ  
 КОТОРЫХ «НЕ ДЛЯ СЕБЯ, А ДЛЯ ПЛАНЕТЫ ВСЕЙ», по  
 космическим законам является РОССИЯ.

#### БИБЛИОГРАФИЯ

1. Андреев Д.Л. «Роза Мира», М., из-во «Прометей», 1991. 276 с.
2. Артюхов Ю.Я. и Малярчук Н.В. Ключи от России лежат на дне бездны. Мн. 1998, Издатель В.П. Ильин. 272 с.
3. Автореферат диссертации на соискание учёной степени Доктора философии в области педагогической психологии Бондаренко В.Г. Глава 2, СПб, 2015
4. Бейли А.А. Трактат о Семи Лучах: Т. 5 – Лучи и Посвящения. 2013, М., «Амрита-Русь». 744 с.
5. История Крыма. Российское военно-историческое общество.. 2015, М., «ОЛМА Медиа Групп», 464 с.
6. Волошин М.А. «Культура, искусство, памятники Крыма», Статья. Коктебельские берега. Поэзия. Рисунки. Акварели. Статьи. Симферополь. 1990. «Таврия». стр. 212-218.

7. Краткая история Крыма. Прохоров Д.А., Храпунов Н.И.. 2013, Симферополь, «Доля» 400 с.
8. Курис И.В. Духовность и сакральное знание в трансперсональном опыте. //Вестник БПА, С-Пб, Вып.91, 2009 г., Стр.37-47.
9. Чандира «Крымская мистерия» <http://www.stihi.ru/2011/04/05/9995>
10. Фадеева Т.М. Крым в сакральном пространстве. Симферополь., 2002. «Бизнес-информ». 304 с.
11. Лебедева И.Е. О сближении науки и эзотерики. Учёные о существовании Тонкого мира. Вестник БПА, вып.105 – 2012, стр.93-105.

**Г.М.Бревде, БПА  
 Санкт-Петербург**

#### **ПОНИМАНИЕ, ПСИХОТЕРАПИЯ, ДУХОВНАЯ ПРАКТИКА**

Рассуждения о духовном: духовности, духовном пути, духовном наставничестве, духовной практике – следует, наверное, начать с размышлений об этимологии слова «дух». В русском, некоторых европейских языках и священной латыни дух (spiritus) связан с дыханием (spirare), дающим жизнь всему живому.

Впечатления, переживания и процессы, имеющие отношение к сфере духовного – зачастую, не замечаемая и не афишируемая, но необходимая, самая важная составляющая жизни души. Избегание или забвение этой составляющей приводит на её место намерения, стратегии и ценности стяжательства и разрушения.

Духовная практика – стремление к тому, что делает душу живой, вдохновенной, одухотворённой, забота о душе, или, в переводе на древнегреческий, психотерапия. Разумеется,

психотерапия и духовная практика не одно и то же, они не могут и не должны заменять друг друга - и заботятся о душе по-разному. Также по-разному заботятся о душе психотерапевты; каждый из них избирает или изобретает свой стиль осуществления этой заботы - подходы, методы, стратегии.

Среди множества направлений психотерапии лишь три: юнгианский анализ, гуманистическую и трансперсональную можно считать духовно-ориентированными, заботящимися о том, чтобы душа была живой и одухотворённой, её деяния и намерения - вдохновенны. Духовно-ориентированные направления, как, впрочем, и другие, провозглашают своей целью и сверхзадачей исцеление души, «интеграцию» или «сборку» личности, восстановление душевной целостности. Эта целостность, по Юнгу, «обособленное, нечленимое единство, включающее как незримую область бессознательного, так и сознание».

Именно бессознательное главенствует в жизни души, именно оно порождает чувства, желания, переживания. Именно оно задаёт направление вдохновению. Именно оно мысли неведомо и разуму непостижимо. Бессознательное неоднородно. Его поверхность, о которой мы на данном этапе своего развития знать не хотим, и которая выныривает в кабинете аналитика – слабости, неудачи, обиды, терзающие нас внутренние обвинители и кредиторы, противоборствующие голоса субличностей. Его глубина, о которой мы на данном этапе знать не можем - твердь бытия духа, на которую опираются и которой определяются структура и развитие личности, процессы познания мира и взаимодействия с ним.

Без этого фундамента сборка неполна, а собранное - неустойчиво и бессмысленно. Не даром «быть не в духе» означает то же, что и «быть не в себе». Метод сборки, восстановления целостности – самопознание – изыскание и изучение разнообразных граней и конструктов собственной личности.

Познающий себя – видит в зеркале мира символические отражения этих граней и конструктов: символы событий, впечатлений и переживаний. Совершаемые им поступки и испытываемые чувства в процессе самопознания свидетельствуют о чертах характера, свойствах и особенностях личности. Они могут стать повествованием о самопознавшем на языке формулировок, знаков и образов. Чем глубже познаваемое, тем более метафорично, мифоподобно и парадоксально повествование. Основа познаваемого, отражаемая представлениями о божественной мировой целостности, практически во всех духовных и мистических учениях – фигура умолчания: то, о чём не сказать, ибо всё сказанное будет ложью.

Будучи приверженцем этой концепции и этого метода, я описывал процесс самопознания так. Сознание, которое, по Гуссерлю, всегда «сознание о» - то есть, сознание о чём-то конкретном, сознание, направленное на мир объектной и событийной реальности – воспринимает тот или иной фрагмент этого мира. Информация о воспринятом просачивается через «фильтры восприятия» (Олдос Хаксли), обрабатывается «редактором реальности» (Грегори Бейтсон) и включает (или не включает) внутриспсихические резонаторы.

Фильтры и редактор необходимы: если бы мы знали всё и про мир такой, какой он есть (единое квантово-волновое поле в различных его проявлениях), то не смогли бы ориентироваться и действовать в этом мире. Однако, устройство и настройка фильтров и редактора зависит от избираемых и формируемых нашим рацио представлений и предпочтений. В некоторой степени мир подобен тесту пятен Роршаха: мы реагируем на тот или иной поступающий стимул в соответствии с тем, как этот стимул пройдёт через фильтры и включит тот или иной резонатор.

Резонаторы связаны с сущностными конструктами психики, образующими структуру (проект) личности, определяющими, каким станет человек, когда - или если - достигнет вершины развития и творческой самореализации. Сигналы, поступающие от резонаторов – эмоции, переживания, состояния. Негативные, болезненные сигналы свидетельствуют о несоответствии, не совпадении состояний, способов восприятия, стратегий, действий, намерений личности её изначальному проекту, сущностной природе. Внимая этим сигналам, распознавая и расшифровывая их, мы можем поменять представления, стратегии и предпочтения, перейти к другим состояниям, способам восприятия и манерам поведения.

Это и есть процесс самопознания – использование символического повествования о том, кто ты и что с тобой происходит - для продвижения к самому себе, к более целостному, верному и успешному видению и ведению себя. Этот процесс имел в виду Сократ, призывая познать себя. Этот процесс – стратегия и суть юнгианского анализа, буддистского учения Дзогчен, экзистенциально-гуманистической и трансперсональной психотерапии. Этот процесс - ни что иное, как **понимание** – прочувствованность мыслей и осмысленность чувств, постижение понимаемого во всей полноте и глубине.

Модель этого процесса - одна из ключевых концепций философской мысли XX века - герменевтический круг Гадамера. Согласно Гадамеру, с одной стороны герменевтического круга – траектории понимания – понимаемый текст, с другой – понимающий (пытающийся понять) субъект. Гадамер и его ученики, философы – герменевтики считали текстом любую последовательность или систему знаков, образов, событий. Жизнь, согласно герменевтической концепции, тоже своего рода текст. Душа человека также может быть в той или иной мере понята в

ходе прочтения текста его высказываний, поступков, настроений, желаний, решений.

Процесс понимания последовательно проходит по обеим сторонам круга. Понимающий считывает смыслы понимаемого и пытается запечатлеть их в своей душе. Однако душа его - не *tabula rasa* (лист пустой), а *tabula plena* (лист заполненный). Возникает ситуация, которую, вслед за древнегреческими мыслителями, Гадамер называет *atopon* – отсутствие места. Смысл понимаемого не укладывается в схемы ожиданий и потому озадачивает. Достижение цели понимания предполагает решение задачи переписывания *tabula plena* в процессе самопознания и познания мира.

Глубинная психология - от Гераклита и Сократа до Юнга – объясняет этот процесс как *анамнезис* – «припоминание» мира идей, тверди бытия духа, небесной отчизны, в которой душа обитала до рождения в теле и которому, по сути своей, принадлежит. «Сознание о» проникает всё глубже и глубже в смыслы текста и соотносит их с тем, что удалось «припомнить». Переписывая в соответствии с этими «воспоминаниями» *tabula plena*, человек продвигается к духовности. Великий Гераклит, подобно посвященным Веданты, признававшим лишь познание в Брахмане - называл *анамнезис* «познанием в Уме» и считал единственным способом приближения к истине.

Духовная практика - забота об этом продвижении, духовном развитии личности.

В духовной практике современного христианства переписывание *tabula plena* – покаяние, прототип которого – раннехристианская метанойя.

Различия покаяния и метанойи настолько существенны, что вызывает удивление их генетическая связь и функциональная однородность.

Каяться – хаять, «корить, обвинять» себя (Даль). Покаяние - признание преступлений, грехов, и, по большому счёту, ущербности, неполноценности, низости перед лицом совершенной, беспощадной и справедливой силы. Эта сила находится не в самом кающемся, а в «Totaliter Aliter, Всецело Другом» (Юнг) и традиционно считается божественной. Однако, «заменив “Бога” чем-нибудь другим (например, «миром», «деньгами»), мы получим полную характеристику западного человека: прилежного, боязливой, благочестивой, предающегося самоунижению, предприимчивой, жадной, неистовой в борьбе за земные блага» (К. Г. Юнг, «Различие восточного и западного мышления»).

Метанойя, в переводе с древнегреческого – «более чем знание» – более глубокое, чем прежде, обобщённое, выверенное, близкое к истине осознание происходящего в душе и в мире. Покаяние – попытка вытравить, выскрести, изничтожить содержимое *tabula plena* и на его место – преодолевая сопротивление переписываемого характера, умерщвляя желания и ампутируя крылья – продавить надлежащие начертания. Попытка мучительная и, тем не менее, тщетная, поскольку прежний текст либо его преобразованные или переименованные смыслы вновь и вновь проступают поверх нанесённых знаков.

Метанойя естественно и почти безболезненно перезаписывает *tabula plena*. Прежний слой теряет значение как носитель смысла, но остаётся свидетелем опыта. Новые записи просачиваются из глубины – и открывают возможности прочтения, понимания текста самого себя и текста мира на новом, соответствующем этой глубине, уровне. Стратегия и цель соответствия себе определяют метанойю как соответствующее этой цели средство принятия, изучения, понимания себя, следования себе и воплощения себя.

К сожалению, это средство как, впрочем, и упомянутые стратегия и цель - не свойственны ни западному, ни российскому обывателю. Переписывание *tabula plena*: рефлексия, переоценка ценностей, анализ жизненных позиций, качеств и достижений личности - происходит, за редким исключением, в форме покаяния. Более того, покаянная критичность проникает и в психотерапевтический арсенал. Казалось бы, столь очевидный и простой путь развития личности и осуществления намерений как прочувствование и осмысление событий, обстоятельств и переживаний во всей их глубине, во всех взаимосвязях и проявлениях - не наш образ жизни.

Мы настолько не стремимся к полноценному прочувствованию и осмыслению, что считаем пониманием формулирование, причём, даже не свойств людей и сути происходящего, а наших представлений об этом. В вопрошании о себе мы интересуемся не тем, кто мы, что мы можем и в чём наше предназначение - а что надлежит сделать, как надлежит выглядеть, какими надлежит быть. Мы обеспокоены долгами не самим себе, а Totaliter Aliter, Всецело Другому - судие и вершителю, которого нужно умиловить «при помощи страха, покаяния, обещаний, покорности, самоунижения, добрых дел и молитв» (К. Г. Юнг. «Различие восточного и западного мышления»). Постичь, понять Totaliter Aliter мы дерзать не смеем – и, отказывая себе в познании Ума, лишаем себя познания в Уме. Наше познание оказывается сведенным к накоплению и систематизации сведений – и не имеет ничего общего с пониманием.

Тем не менее, роль понимания в психологическом здоровье и заботе о душе беспрецедентна и безальтернативна.

Понимание душевной боли, проблем, страданий и ошибок - инсайт - разумеется, не достижение цели психотерапии, но вступление на несомненно ведущий к этой цели путь.

Понимание главного: тверди бытия духа, небесной отчизны души – главное в духовной практике. Без этого мистические переживания, опыт откровения, ощущение присутствия духа в повседневной жизни – лишь обескураживают и лишают жизненных ориентиров.

Понимание себя – путь к целостности – единству с миром и самим собой.

Взаимопонимание – условие любви и взаимной поддержки.

Понимание - познание в Уме, познание Ума, пребывание в Уме.

Понимание – главный герой притчи о Парсифале, которую приводит Ежи Гротовский в работе «Театр и ритуал»

Герой, которого в притче нет.

Однажды прибыл Парсифаль в замок Короля-рыбака. Король лежал разбитый параличом, королевство было в упадке, женщины не рожали, деревья не плодоносили, коровы не доились: бесплодие поразило страну. Сидя в трапезной, Парсифаль увидел процессию, впереди которой шла женщина с диковинным сосудом в руках; процессия двигалась через зал, уходила и возвращалась снова, и так повторялось несколько раз. Вся атмосфера замка казалась ему необычной, таинственной, здесь в самом воздухе носилось что-то неясное, невыраженное, но Парсифаль ни о чем не спросил. Утром он заметил, что замок пуст. Он решил, что все ушли на охоту, сел на коня и поскакал. В чаще леса он наткнулся на молодую женщину, державшую на коленях мертвое тело возлюбленного. Он обратился к ней: "Что происходит в этом замке?" "Ты видел процессию?" - услышал он в ответ. "Да". - "С женщиной, что несла необычный сосуд?" - "Да." - "А ты спросил?" И Парсифаль ответил: "Нет, не спросил". - "Ты не спросил - и вот из-за этого женщины не могут родить, деревья не плодоносят, коровы не дают молока, а король лежит в параличе. **Ты не спросил**".

Путь понимания, ведущий к душевному здоровью, мудрости духовности и совершенству – ни что иное, как умение и стремление **спросить**.

**Д. Ю. Елистратова, член БПА  
Одесса, Украина**

### **ТЕХНОЛОГИИ «ВНУТРЕННИХ» ШКОЛ У-ШУ КАК СПОСОБ РАСШИРЕНИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ПСИХИКИ**

В современном мире постоянно меняющихся правил, законов и условий социальных игр, человек оказывается в постоянной борьбе за выживание. Это приводит к снижению уровня работоспособности, низкому энергетическому тону, болезням, перегрузке психики, стрессу, депрессии и потере уверенности в себе. Как следствие - уход от своей природы, снижение интереса к жизни и психологическая старость. Обращение к специалистам официальной и нетрадиционной медицины, психологам и психотерапевтам заканчивается рекомендациями, типа: «Вам нужно отдохнуть, полюбите себя, займитесь собой, найдите хобби, «а что же Вы хотите, уже возраст...»» но, не решением вопроса.

Одной из главных причин образования этой проблемы является, на наш взгляд, нарушение установленных представлений о ценностях внутренних ориентирах и критериях существования, и, как следствие, дисбаланс от перекосов в нагрузках между телом, эмоциями и сознанием.

В результате проведенного исследования методом анкетирования (где? На базе чего?) оказалось, что любая, самая фантастическая, с нашей точки зрения, система убеждений, ценностей и верований, создавая индивиду целостную картину мироздания, настраивает определенным образом его восприятие, делая существование на Земле осмысленным. Жизнь человека

приобретает значимость только в рамках системы, формулирующей для него смысл. И когда эта система по тем или иным причинам меняется или стихийно рушится, у человека возникает аффект, внутренний конфликт или реактивное привычное реагирование на события. Такое состояние приводит к растерянности и стрессу от неопределенности внутренней ситуации и потери смыслов со всеми вытекающими отсюда последствиями. А, как утверждали древние – «что внутри, то и снаружи», и, именно осознанное возвращение к своей системе верований и расширение своего сознания за пределы своего привычного «Я» может помочь индивиду выйти из неопределенности ситуации и найти новые способы взаимодействия с реальностью и новые смыслы своей персональной жизни.

Система верований, по мнению Г. Р. Рейнина, доктора философии в области психологии и эксперта по работе с практиками по расширению пространства сознания, формирует определенную Я-концепцию человека, включающую его естественным образом в некую картину миру. Но, как оказалось, в большинстве своем, эта картина противоречива и сама по себе вызывает неосознаваемое напряжение, на подавление которого уходят серьезные затраты жизненной силы у субъекта. Именно поэтому, у автора статьи и возникла необходимость найти инструменты диагностики и коррекции вышеописанного состояния субъекта с одной стороны, и помощи человеку, освободиться из навязанных представлений – с другой. Причем так, чтобы субъект мог осознанно и эффективно помогать себе сам, как в ситуациях стресса, посттравматического синдрома, так и в ситуациях движения к своим творческим задачам и целям. Тогда индивид становится не просто адаптированным в жизни, но и получает навык и ресурс, справляться с любыми, самыми сложными и

неожиданными ситуациями, не теряя в них своего смысла существования.

Исходя из вышеизложенного, целью исследования автора статьи стало восстановление связи индивида с собой через выяснение законов дезорганизации человеческого поведения (структуру распада и восстановления), условия, при которых она возникает, и приемов, с помощью которых она преодолевается, а также способов пополнения резервуара собственной энергии под задачу.

В основу настоящего исследования и психотехнологии легли метод анкетирования и практические тренировки у личного тренера Н. Ф. Домашкан (внутренняя школа у-шу), благодаря чуткому руководству, сопровождению и обучению, которого появилась на свет эта статья. Кроме того, практики работы с энергией, описанные автором ранее в статье «Использование технологий шаманизма для коррекции судьбы и принятия решений в полной неопределенности жизненной ситуации, бизнесе и личной жизни». А так же древний классический текст «И-Цзин», или «Книга Перемен», самый первый письменный памятник китайской цивилизации, которая легла в основу философского аспекта школ боевых искусств Китая.

Как оказалось, в результате практики при выборе правильного способа действия необходимо выполнение принципа «у-вей»: полнейшей непривязанности к любым реакциям, результатам, поступкам и планам, как своим, так и окружающих. Только тогда возникает возможность спокойно, не дергаясь, менять ситуацию, переводя фокус внимания на что-либо иное, либо проявляется новая возможность, выход за пределы «тупика» собственных ограничений, гарантированного будущего и, как следствие, шанс научиться новым способам думания и делания своей жизни осознанно.



А для этого, прежде всего, необходимо выявить универсальные базовые ценности, составляющие основу системы верований конкретного индивида и возможность реализации этих ценностей во внешнем мире постоянных перемен для него самого. И, традиции «внутренних» школ у-шу, и ци-гун являются наиболее подходящими для реализации поставленной цели. Поскольку речь идет о переменных как об основе и о центральном явлении всего бытия. И, сами китайцы принимали переменные как данность и старались к ним приспособиться.

Если переменные - это природа самого существования, и если человек должен приспособиться к природе, - значит, необходимо изучать природу перемен. «И-Цзин» дает динамическую картину перемен, подчиняющихся законам и потому предсказуемых. Если переменные предсказуемы и подчиняются законам, можно разумно приспособиться и подготовиться к ним. Такой подход обеспечивает уверенность в завтрашнем дне. Это те базовые принципы, на основании которых легко выстраивается непротиворечивая картина мира индивидуума, как практический инструмент коррекции собственной жизни, в соответствии с собственными целями.

Однако, если переменные - основа существования, то сам процесс возникновения перемен - это результат взаимодействия биполярной энергии, которая пронизывает всю Вселенную. Инь и Ян – два полюса универсальной силы, а Ци - это энергия, которая движется между двумя этими полюсами. Формирование нового вида энергии меняется в зависимости от содержания Инь и Ян. На изменение содержания энергии Ци влияет не только качество Инь и Ян, но и положение новых сил, которые объединяются для формирования новой энергетической фазы. И взаимодействие этих форм создает проявленную Вселенную. Мастер, Ни Хуацин, в своей книге «Книга перемен и неизменная истина» называет «И-

Цзин» «книгой, написанной на языке энергии». Где сочетания Инь (пунктирная линия) и Ян (сплошная линия) дают 4 комбинации:

Сильный Ян, создатель силы; Молодой Ян - фаза энергии, проходящая от Инь к сильному Ян; Молодая Инь и сильная Инь.

К этим 4 фазам, имеющим плавные переходы, Мастер Ни, добавляет пятую, или нейтральную фазу, которую он обозначает кружочком. Предполагается, что эта фаза принимает и гармонизирует 4 остальных. Так мы получаем 8 Триграмм (символов Ци, или энергии, и эта энергия включает как космические, так и земные аспекты), или Ба - гуа. (Рис.1,2. Приложения.)

Далее, это знание и легло в основу «внутренних» школ Ушу, синтезированных Мастером Сяньшэнем из Тай-цзи – Великая Пустота и безраздельная целостность, Син-и –правильный удар, Ба-гуа-диалектика изменений и свободу всевозможных трансформаций. Где основной принцип: «Если правильно воспитаешь себя, то ни в чем не будешь иметь ущерба» - это принцип «внутреннего» направления и еще один ценностный ориентир для Я-концепции индивидуума.

В Ба-гуа – все 8 триграмм отражены в 8 направлениях и их формы заданы в последовательные движения в связках, эти движения происходят в одинаковых условиях и должны всегда сохранять одну и ту же форму. (Рис.3 приложения). Правильное выполнение такой двигательной формулы (джан) является признаком баланса энергии этого вида у данного индивида. Соответственно, непроизвольное изменение выполнения джана указывает на сложности с освоением данного типа энергии, а значит и является причиной внутреннего дискомфорта или тупика. Поэтому анализ движений в формуле является путем к точной диагностике скрытых нарушений нервного аппарата и изменению тех внешних или внутренних условий, в которых нервный аппарат

исполняет свою работу. Так мы и выясняем уровни дезорганизации нарушений поведения и судьбы данного конкретного индивида. И, прорабатывая эти скрытые импульсы, индивид может вносить изменения в свое внутреннее состояние, поведение и судьбу, комфортным для себя способом. Так как, меняя состояние, мы меняем поведение, меняя поведение и привычки, - приходим к изменению судьбы.

Особый результат эмпирического опыта многолетней работы с экспериментальной группой «внутренних» школ ушу и цигун показал, что у каждого консультируемого есть не только ответ на его запрос, проявленный как место скопления энергии, но и необходимые ресурсы. Однако, не каждый может этим ресурсом воспользоваться. Причины три:

1. Нарушение баланса в психических структурах: сознание, подсознание, бессознательное и сверхсознательное;

2. Отсутствие синхронизма между телом, чувствами и сознанием;

3. Отсутствие свободного перетекания и трансформации энергии Ци из одного вида в другой внутри субъекта. Другими словами, «загрязненность» энергетических каналов, и, как следствие, неспособность обнаружить конкретное место этого энергетического потенциала внутри своего тела и невозможность его грамотного использования.

Важно понимать, что никакие техники не имеют смысла сами по себе, пока не происходит внутренней работы с Я - концепцией: исследованием внутренних реакций и механизмов того, как устроено наше «я». Осознанное управление своей Я - концепцией и высвобождает излишки энергии из перекосов таких параметров, как окружение, поведение, способности, верования, ценности и убеждения, идентичность, миссия и личные смыслы индивида.

Это означает, что вышеуказанные вопросы можно решить с помощью интегрального комплекса состояний: повышенной осознанности и ментально-двигательной практики. Их интегральность, взаимодействие и соответствия, проявляющиеся через работу с энергией (Ци) и мыслью (И), как глубокой внутренней практики – практики пребывания в расширенных состояниях сознания и сохранения связь с реальностью в настоящем моменте, при проработке индивидом своих задач на ментальном экране и через движения физического тела.

На основании результатов нашего эмпирического исследования можно говорить о том, что представленная интегральная психодвигательная практика, позволяет, с одной стороны, диагностировать готовность нервной системы и психики индивида к переменам, а с другой стороны, её практическое выполнение способствует снижению уровня стресса и тревожности. Как следствие, у индивида повышается уровень энергии, уверенности и общей удовлетворенности жизнью.

## ПРИЛОЖЕНИЯ









	<b>Цянь – творчество, крепость, небо, отец;</b>
	<b>Кунь – исполнение, самоотдача, земля, мать;</b>
	<b>Чжэнь – возбуждение, подвижность, гром, первый сын;</b>
	<b>Кань – погружение, опасность, вода, второй сын;</b>
	<b>Гэнь – проблема, сложность, гора, третий сын;</b>
	<b>Сюнь – уточнение, проникновенность, ветер (дерево), первая дочь;</b>
	<b>Ли – сцепление, ясность, огонь, вторая дочь;</b>
	<b>Дуй – разрешение, радость, водоем, третья дочь.</b>

Рис.1 Значение триграмм ба-гуа

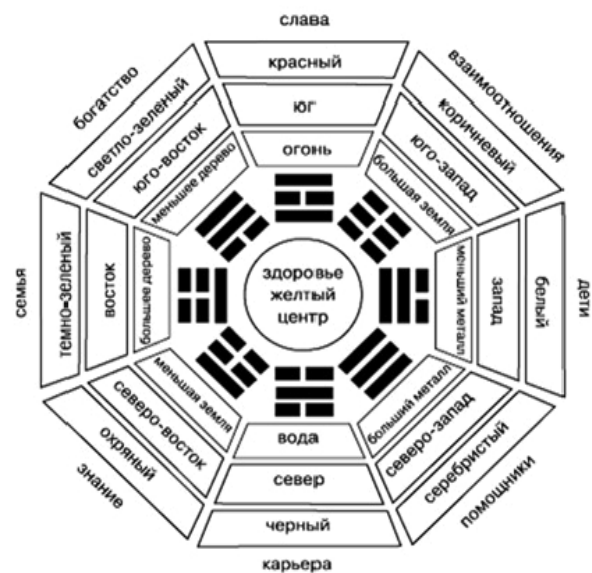


Рис. 2 Триграммы в Ба - гуа

### Список литературы

1. [https://yandex.ua/images/search?p=1&text=%D0%B1%D0%B0%D0%B3%D1%83%D0%B0&img\\_url=http%3A%2F%2Fi.ytimg.com%2Fvi%2FrYXaqHylu8w%2Fhqdefault.jpg&pos=51&uinfo=sw-1440-sh-900-ww-1440-wh-805-pd-1-wp-16x10\\_1440x900&rpt=simage](https://yandex.ua/images/search?p=1&text=%D0%B1%D0%B0%D0%B3%D1%83%D0%B0&img_url=http%3A%2F%2Fi.ytimg.com%2Fvi%2FrYXaqHylu8w%2Fhqdefault.jpg&pos=51&uinfo=sw-1440-sh-900-ww-1440-wh-805-pd-1-wp-16x10_1440x900&rpt=simage)
2. <http://wilddesign.ru/asia/36-feng-shui/171-feng-shui-raboche-go-stola>
3. [http://www.krugosvet.ru/enc/gumanitarnye\\_nauki/filosofiya/CNZHOU\\_I.html](http://www.krugosvet.ru/enc/gumanitarnye_nauki/filosofiya/CNZHOU_I.html)
4. Записи устных бесед с личным тренером Домашкан Н. Ф.
5. Елистратова Д.Ю. Использование технологий шаманизма для коррекции судьбы и принятия решений в полной неопределенности жизненной ситуации, бизнесе и личной жизни// вестник Балтийской педагогической академии, вып. 113-2014 г.С.-П.
6. Г. Рейнин. Вселенная шамана и место в ней человека/[www.grig.stb.ru](http://www.grig.stb.ru) (в разделе статьи и публикации)
7. Н.В. Абаев., И.В. Горбунов Сунь Лутан о философско-психологических основах «внутренних» школ ушу»
8. А. Маслов Небесный путь боевых искусств. Духовное искусство китайского ушу.

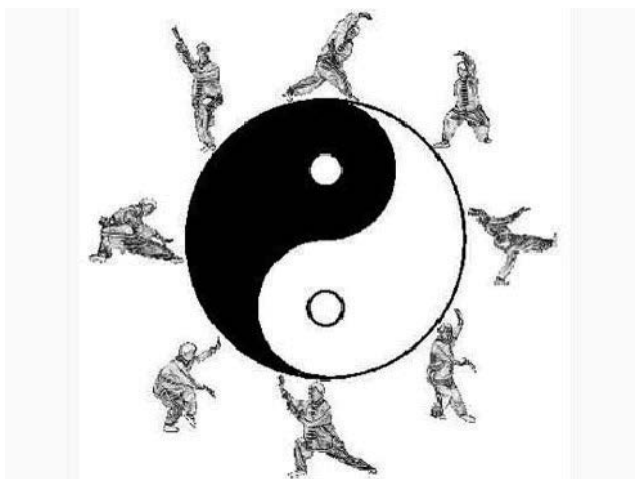


Рис.3 Формы(чжаны) Ба-гуа в двигательной практике.

### «ПРОЕКТ МИКРОКОСМОС» - продолжение, часть 2

**АННОТАЦИЯ.** Данная публикация является второй частью долгосрочного исследования, первая часть опубликована в предыдущем сборнике. С позиции диссертационной работы автора «Астрология как синтаксис языка, пригодного для описания картины мира, и структура гуманитарного знания» разработан новый подход к диагностике актуального проблемного поля человека, определению наиболее эффективных в тот или иной период времени терапевтических методик.

**Ключевые слова:** точка сборки, симулякр, моя мама, мое тело, творчество, самовыражение, Кто Я, авторитетная фигура, иерархия.

Я обещал, что в следующей публикации будет рассмотрено прохождение «точки сборки» по второму квадранту и далее. Выполняю обещание. Напоминаю, что мы рассматриваем развитие человека, (человек здесь называется «Проект Микрокосмос»), описывая его в языке астрологии, точнее, в символике системы астрологических домов и их управителей.

Ранее мы остановились на символике третьего дома. Сейчас мы переходим к четвертому. Прежде, чем говорить о четвертом этапе, следует отметить, что четвертый дом – это начало второго квадранта натальной карты. Согласно Д. Радьяру, [11], во втором квадранте формируется «внутреннее ТЫ», то есть, некие инстанции, или структуры во внутреннем мире, соответствующие элементам мира внешнего. Это еще не контакт с реальным миром – о таком революционном изменении мы сможем говорить в седьмом доме, первом из астрологических домов, находящемся «выше горизонта». Но важная отличительная особенность второго

квадранта – здесь мы видим возникновение внутреннего мира из тех «лингвистических областей бытия», (формулировка К.Уилбера), которые формировались на предыдущем этапе развития. *Мир-как-описание* после освоения третьего уровня становится высшей реальностью для ребенка. Теперь его реальность вполне соответствует тому, что Ж. Бодрийяр в своей книге называет «симулякром». [12]. С этого момента и, как минимум, до выхода на уровень семь, а, зачастую, и после этого, казалось бы, такого радикального изменения, ребенок живет в симулированном мире, созданном культурой. *«Симуляция — это уже не симуляция территории, референтного сущего, субстанции. Она — порождение моделей реального без первопричины и без реальности. Территория больше ни предшествует карте, ни живет дольше нее. Отныне карта предшествует территории — прецессия симулякров, — именно она порождает территорию».* [12]. На этой сомнительно оптимистической ноте мы приступаем к этапам развития, находящимся во втором квадранте.

### Четвертый дом. Луна (и Сатурн)

#### «я и мои родители».

В главе о третьем доме мы видели, что на третьем этапе среди элементов внешнего мира обнаруживается особый класс предметов. *«Они, хотя и объекты, но постоянными не являются. Они сами движутся, причем, без видимого смысла и порядка; их движениями не всегда можно управлять непосредственно руками и ногами, это, по существу, крах успешного функционирования, освоенного на втором уровне, и с этим приходится смириться. Но зато – с ними можно управляться голосом и мимикой.»*

Так вот, при успешном прохождении третьего дома, то есть, освоении родного языка, ребенок начинает замечать, что среди

этого особого класса выделяется еще более особый, просто-таки уникальный... это – родители, прежде всего – мать. Они чаще всего находятся рядом, чаще других аналогичных предметов и намного точнее исполняют желания ребенка. Они используют язык, чтобы напомнить о том, что было и предсказать, что будет. Таким образом, благодаря употреблению языка ребенок впервые может выстроить представление *серии или последовательности* событий, и, значит, начинает конструировать мир временной протяженности. К его картине мира добавляется временное измерение: человек обретает свое первое – еще не понимание, а пока только ощущение прошлого и будущего. Ребенок теперь находится в потоке времени и начинает отличать процессы от состояний.

Есть еще один «элемент новизны», характерный для четвертого этапа развития. Родители – это такие фигуры, которые могут говорить «нельзя», «надо» и «можно». То есть, они формируют систему запретов, предписаний и разрешений. Это, конечно, серьезное ограничение могущества, обретенного в предыдущем доме, но ограничение нового типа – не природное, естественное ограничение, а навязанное культурой, сообщенное на языке, освоенном ранее, на предыдущем уровне. Видимо, здесь можно говорить об авторитетных фигурах внутреннего мира, о внутреннем голосе, и если еще не о системе ценностей, то уж точно о системе значимостей. Об этом К.Уилбер говорит так:

*«При помощи слова-и-мысли ребенок интернализует, переносит внутрь себя ранние родительские запреты и требования, тем самым создавая то, что по разному называли «предсовестью» (Феникел), «сфинктерной моралью» (Ференчи), «ранним моральным Супер-“эго”» (Ранк), «пред-Супер-«эго»,*

*«предвестниками Супер-«эго», «висцеральной этикой» или «внутренней матерью». Отметим, впрочем, что на данной стадии «внутренняя мать» является уже не просто сплетением образов, как Великая Мать на стадии образа-тела, но также и комплексом вербальных представлений. Это уже не просто неявное образование, оно содержит в себе определенную информацию в явной форме.» [1]*

То есть, авторитетные фигуры внутреннего мира устроены и выглядят как интериоризованные родительские образы. Внутренний мир возникает и начинает структурироваться как внешний, по его образу и подобию.

Сказав все предыдущее, я могу объяснить, почему я отошел от обычного описания четвертого дома, как только дома Луны, а Сатурн не оставил, как это принято, для десятого дома, а упомянул здесь. Во-первых, ребенок на четвертом уровне не замечает гендерных различий, ему это не важно. Во-вторых, формирование понятия времени и системы запретов-разрешений никак не отнести к чему-либо, кроме Сатурна. А то, что они формируются именно здесь, мне представляется очевидным. В-третьих, с точки зрения концепции «Проект Микрокосмос» описание всех домов выше горизонта, и, в частности, десятого, настолько сложнее, что отнесение дома к отдельной планете может не исчерпать ситуации. Там все будет иначе.

Важно также, что по отношению к матери теперь звучит «моя». Это моя мама, мой папа, а не общее именование – мама и папа вообще, как понятие. В возрасте прохождения четвертого дома дети часто говорят эти слова именно с предлогом «моя» и с заметным эмоциональным нажимом. В чем-то видна переключка со вторым домом, но с отчетливым эмоциональным звучанием.

Четвертый дом соответствует знаку Рак, и, соответственно, водной стихии, тогда как второй дом говорил о телесности – стихии земля. На втором этапе формировалось не словесное утверждение «моя мама», а совершенно до-вербальное, до-языковое ощущение «мое тело». В шестом, тоже земном доме, мы вспомним об этом.

Следует отметить, что начиная с четвертого дома наше описание отходит от последовательности этапов у К.Уилбера. [1]. Это связано с различным делением этих этапов в индийской систематике и астрологии. Так, он явно отказывается различать четвертый и пятый дома, то есть, в нашем языке, Луну (с Сатурном) и Солнце.

#### **Пятый дом. Солнце «я – это Я»**

Астрологические знаки и, соответственно, астрологические дома, подразделяются на четыре стихии – огонь, земля, воздух и вода. Если рассматривать последовательность знаков или домов как разворачивающуюся во времени, мы увидим, что эта последовательность пробегает все стихии в перечисленном порядке три раза в течение одного цикла, образуя три так называемые «зоны» - зона созидания, зона оформления и зона растворения. Ко времени завершения четвертой фазы развития ребенок завершает и прохождение первой зоны. То есть, освоился, (ну, строго говоря, соприкоснулся), по одному разу со всеми четырьмя стихиями. Следующий, пятый этап, как бы начинает все сначала, и в этом смысле переключается с первым этапом. Но с существенной разницей – с первой зоной, (зоной созидания), ребенок уже знаком. И все, что он называет «Я» - имеет под собой вполне определенные основания. Он уже сам называет себя так, и это, в сущности, первый поистине творческий акт. Ведь его никто так не называет – его называют по имени, и, когда ребенок подражает

авторитетным взрослым – родителям – он тоже называет себя по имени, в третьем лице. А чтобы сказать о себе «Я», надо совершить подвиг, масштаб которого трудно переоценить. В сущности, возникает собственная идентичность, осознание себя как кого-то целостного. Это – первая искорка индивидуальности, осознание и собирание себя, проявление солнечного принципа, как сказал бы астролог. Поэтому, если первый этап мы называли раем, то здесь уместны слова «спонтанность», «творчество», «самовыражение». Здесь – преодоление родительских запретов, поиск себя, своего самовыражения, и здесь возникают и бушуют связанные со всем этим эмоции. И, значит, противопоставление всем предыдущим этапам, прежде всего, четвертому. А, поскольку в этом возрасте возможности самовыражения исчерпываются тем, что ребенок производит «из себя», то это и анальная фаза развития по Фрейду. (И оральная, :) но, конечно, не по Фрейду, а в смысле голосового самопроявления.) Здесь ребенок творит, он успешен и эффективен, к нему вернулось ранее утерянное могущество, в этом смысле происходит бурная экспансия. Но все это опирается на предыдущий опыт, как удачный, так и неудачный. Поэтому уже возможен, в отличие от первого этапа, и страх неудачи. Мы помним, что во внутреннем мире ребенка есть интериоризованные родительские фигуры. И, значит, яркость самопроявления и набор сценариев творческого самовыражения сильно ограничен тем, каковы эти фигуры.

Следует отметить, что только после пятого этапа, где возникает индивидуальность, можно пытаться активизировать у ребенка сферу шестого этапа – осознание им своей включенности в большее, охватывающее его целое, как части этого целого, которому он неким образом подчинен – это с одной стороны. И восприятие им себя и частей своего тела как «подведомственных»

ему, за которые он неким образом отвечает – с другой стороны. Это соображение, кстати, может помочь в решении вопроса о возрасте социализации ребенка – когда отдавать и отдавать ли в его в детские воспитательные учреждения. Но об этом – в следующей главе.

### **Шестой дом. Меркурий в земном знаке. Координация по вертикали.**

Осваивая сферу пятого дома, с ее спонтанностью и творческим самовыражением, ребенок сформировал чувство «Я» - теперь это будет заглавная буква. И на этой основе перед ним встает вопрос - "Кто Я?" Это интересный и важный вопрос, волновавший человечество, вероятно, еще на заре цивилизации. И сегодня он продолжает оставаться одним из самых "проклятых" человеческих вопросов. Возможны два фундаментальных процесса в ходе поиска ответа на вопрос "кто Я?"

1.

*Когда вы отвечаете на вопрос "кто Я", то, знаете вы об этом или нет, описывая, объясняя или даже просто внутренне ощущая свое "я", вы проводите мысленную разграничительную черту через все поле того, что вы испытываете. То, что оказывается внутри этой черты, вы ощущаете или называете "собой", а то, что оказывается вне ее, вы называете "не-собой". Иными словами, ваша самоидентичность всецело зависит от того, где вы проводите эту пограничную линию. [13].*

2.

Когда вы отвечаете на вопрос "кто Я", то, знаете вы об этом или нет, вы представляете себе некое большее, охватывающее вас целое, частью, или конкретным представителем которого

вы себя считаете. Иными словами, ваша самоидентичность зависит от того, какую целостность вы воспринимаете более высокой по иерархии, чем вы сами.

Для ситуации первого прохождения шестого уровня более органичен второй способ ответа на вопрос. Тем более, что этот способ может быть распространен на самого вопрошающего, так как он – тоже целое, состоящее из частей. Но для разворачивания пространства шестого дома нам пригодится и первый способ. Тем более, что этот способ хорошо разработан у К.Уилбера. [13].

Итак, на этапе шестого дома человек – целостная сущность, состоящая из частей, имеющих смысл лишь в контексте целого. Сам он также входит как часть в большее, охватывающее его целое. Это охватывающее целое и придает ему смысл.

Чтобы подобное осознание произошло, необходимо, чтобы существовал тот, который является целостным и знает это. И чтобы существовали те, кто являются для него авторитетными фигурами, охватывающими целостностями, подчинение которым и пребывание их частью воспринимается, как само собой разумеющееся. Эти два условия обеспечены тем, что уже пройдены четвертый и пятый уровни.

Мы снова видим серьезное ограничение могущества, обретенного в предыдущем доме, этого замечательного спонтанного, творческого состояния. Но это ограничение нового типа – не природное, естественное ограничение, и не навязанное культурой, а самоограничение. То, что можно назвать словом «дисциплина». Здесь заканчивается рефлексивность и начинается осознанность. Теперь есть «Я» и это «Я» может осознать себя как часть, промежуточная ступень в иерархии. Но и осознать себя как

целое, а свои части как дальнейшие, следующие ступени вниз в той же иерархии.

Ребенок, достигший уровня «шесть», каким-то образом ответственен за свои части, ведь он теперь является охватывающей их целостностью. И прежде, да и чаще всего, пограничной линией служит поверхность кожи, покрывающей организм ребенка. Повидимому, это общепринятая граница между "Я" и "не-Я". Внутри кожи, как границы, все в некотором смысле есть "Я", а снаружи – "не-Я". Нечто за пределами поверхности кожи может быть "моим", но не "мною". Далее развернутая цитата из К.Уилбера, из которой видно, что все не так просто:

*«Может возникнуть впечатление, что граница кожи настолько обычна, настолько реальна и самоочевидна, что проведение каких-либо иных границ невозможно – за исключением разве что редких случаев «сознания единения», с одной стороны, и тяжелых психических расстройств, с другой. Но в действительности существует еще одна чрезвычайно широко распространенная и прочно утвердившаяся пограничная линия, проводимая огромным числом людей. Ибо многие люди, признавая и принимая кожу в качестве само собой разумеющейся границы между собой/не-собой, проводят вместе с тем и другую, гораздо более значимую для них границу внутри целостного организма как такового». [13].*

Речь идет об ответе на вопрос - Считаете ли вы себя телом, или вы находите, что обладаете телом? *«Большинство людей ответят, что они обладают телом – обладают или владеют им примерно так же, как автомобилем, квартирой или другим предметом. Тело при этом кажется не столько "мною", сколько "моим", а "мое", по определению, находится за границей, проводимой между "я" и*

*"не-я". Человек более тесно и основательно отождествляет себя лишь с одной из сторон своего целостного организма и ощущает ее своим подлинным "я". Эту сторону называют различно – умом, психикой, эго или личностью». [13].*

Ребенок обнаруживает, что не только отдельные части тела, но и тело целиком является сферой его ответственности и заботы. Для ребенка тело служит единственным источником наслаждения и вместе с тем первым источником боли, первым источником конфликтов с родителями. Ведь в довершение ко всему выясняется, что тело производит отходы, которые теперь уже не являются результатом собственного спонтанного творчества, как это было на пятом уровне развития, но, по каким-то совершенно загадочным для ребенка причинам, представляют собой постоянный источник тревоги и беспокойства родителей. Мокрые пеленки, сопли, полные штаны – и сколько шума! Все это связано с ним, с телом. При этом ребенку предстоит научиться различать, в каких ситуациях он и есть это тело, а когда тело – это его подведомственное пространство, подотчетная ему область. Лучшее всего об этом сказал поэт:

Дано мне тело - что мне делать с ним,  
 Таким единым и таким моим?  
 За радость тихую дышать и жить  
 Кого, скажите, мне благодарить?  
 Я и садовник, я же и цветок,  
 В темнице мира я не одинок.  
 На стекла вечности уже легло  
 Мое дыхание, мое тепло.  
 Запечатлется на нем узор,  
 Неузнаваемый с недавних пор.  
 Пускай мгновения стекает муть -  
 Узора милого не зачеркнуть.

*О. Э. Мандельштам (1909г)*



Когда мы, пройдя полный круг по системе домов, или вернувшись более коротким путем, повторно придем в шестой дом, мы обнаружим здесь множество различных иерархий, в которые мы включены. Это будут и более мелкие и частные, чем «Я» - различные субличности, которые мы не признаем «собой», и они, вытесненные и спроецированные на других, образуют «тень». Но и намного большие, чем «Я» - социальные и религиозные системы, предполагающие способность руководить и подчиняться, «знать свое место». Но это – совсем другая история.

### Что дальше? Резюме второй части.

Мы закончили описание первого прохождения «точкой сборки» нижней полусферы системы домов. В следующей публикации нас ожидает весьма радикальный скачок. Точка сборки выходит в седьмой дом, а это уже начало третьего квадранта. Согласно Д.Радьяру, [11], в третьем квадранте формируется «внешнее ТЫ», то есть, мы встречаемся уже не с симулякр реальности, а непосредственно с ней самой. Мы поднимаемся выше горизонта. И как бы мы ни отнеслись к этой встрече, она произойдет. При этом резко возрастает драматизм и противоречивость процессов.

### Терминологический словарь

**Квадрант** - натальная карта разделена на 4 квадранта двумя линиями – горизонтом и меридианом.

**Симулякр** – одно

изведущих понятий философии постструктурализма. Означает «подобие», «кажимость».

**Точка сборки** – здесь означает «сфера внутренней реальности, к которой привлечено наибольшее внимание и энергия»

### Персоналии

Ж.Бодрийяр (27.07.1929) – французский культуролог и философ

Д.Радьяр (23.03.1895) - философ, один из наиболее значимых астрологов XX века

К.Уилбер (31.01 1949) - американский философ и писатель, один из основоположников трансперсональной психологии.

### Список литературы

1. Уилбер К. Проект Атман. 314 стр.
2. Bertalanffy, L. von. The mind-body problem: a new view. Psychosomatic Medicine, vol. 26, no. 1, 1964. 102 стр.
3. Fenichel, O. The psychoanalytic theory of neurosis. New York: Norton, 1945. 179 стр.
4. Neumann, E. The origins and history of consciousness. Princeton University Press, 1973 552стр.
5. Castaneda, C. Journey to Ixtlan. New York: Simon and Schuster, 1972. 73стр.
6. Freud, S. The interpretation of dreams. Standard Edition, vol. 4. 36стр.
7. Sullivan, H.S. The interpersonal theory of psychiatry. New York: Norton, 1953. 100стр.
8. Piaget, J. The essential Piaget. Gruber, H., and Voneche, J., eds. New York: Basic Books, 1977. 181стр.
9. Blum, G. Psychoanalytic theories of personality. New York: McGraw-Hill, 1953. 47стр.
10. Whorf, B.L. Language thought and reality. Cambridge: M.I.T. press, 1956 стр 27.
11. Радьяр. Д. Астрология личности. М., Антарис. 1991.352стр.

12. Бодрийяр. Ж. Симулякры и симуляции. М. Рипол, Постум. 2016. 204стр.
13. Уилбер К. Безграничное. Восточные и западные стратегии саморазвития человека. PSYLIB, 2004. 15стр.

**Ю.Ф.Савельев, БПА  
Санкт-Петербург, Россия**

### **РЕШЕНИЕ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ МЕТОДАМИ БИОСЕНСОРНОГО ЗВУКООБРАЗОВАНИЯ**

*Будьте здоровы – ведь так часто  
от здоровья зависит и наше счастье!*

В древности главной силой человека являлась мощь его физического тела; развитость и тренированность мышц позволяли чувствовать себя защищенным и иметь авторитет среди соплеменников. Современный мир требует от человека больше душевных сил, вынуждая ежедневно справляться со стрессами. Стереотипные мнения и суждения, навязываемые человеку, заглушают его собственные чувства, мысли и стремления. Душевная боль от внутренних конфликтов личности, стресса, проблем во взаимоотношениях зачастую фиксируется в теле.

Мысли и чувства посылают невидимые импульсы из мозга в тело, заставляя его, так или иначе, реагировать на раздражитель. Так, например, внезапное чувство страха провоцирует выброс адреналина: учащается сердцебиение, мышцы напрягаются. Но если человек постоянно живет в страхе - эти физиологические реакции закрепляются в его теле и сопровождают повседневно. Находиться в таком непрерывном напряжении очень сложно, и организм дает сбой.

В условиях сильной и продолжительной стрессовой ситуации тело человека, чтобы защитить психику, принимает удар на себя - так возникают психосоматические заболевания: болезни, причинами которых являются в большей мере мыслительные процессы больного, чем непосредственно какие-либо физиологические причины. Если медицинское обследование не может обнаружить физическую или органическую причину заболевания, или если заболевание является результатом таких эмоциональных состояний как гнев, тревога, депрессия, чувство вины, тогда болезнь может быть классифицирована как психосоматическая.

Наиболее частым является определение психосоматики, как направление в медицине и психологии, изучающего влияние психологических факторов на возникновение и течение соматических (телесных) заболеваний. Например, специалисты выделяют следующие вероятные психологические причины некоторых заболеваний:

Алкоголизм - Чувство вины и собственной бесполезности;

Аллергия - Невыносимость какой-то ситуации или каких-то отношений;

Бессонница - Недоверие к жизненному процессу, чувство вины;

Гастрит - Пугающая неопределенность, чувство "белки в колесе";

Головная боль - Недооценка себя, самокритика, страх;

Заболевания печени - Гневливость;

Заболевания почек - Разочарования, неудачи, сильная самокритика;

Простуда - Слишком много событий одновременно, желание "отлежаться" в стороне.

Основным инструментом лечения психосоматических проявлений является психотерапия. В диагностической беседе врач выясняет не только симптомы болезни, но и предположительные факторы её развития: психическое состояние больного, стрессовые ситуации периода начала болезни, отношения пациента с окружающими и его взгляд на жизнь.

Первый шаг к излечению психосоматических заболеваний – это самоанализ, признание человеком психологических факторов развития болезни и, наконец, решение о перемене привычных саморазрушительных эмоциональных реакций на действия позитивные, исцеляющие.

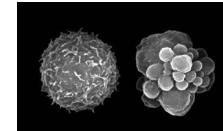
Концепция единства души и тела восходит к многовековым принципам китайской медицины, праславянской практике врачевания, древнеиндийским учениям о мире и прочим знаниям древних культур. Европейская же медицина сделала упор на сильнодействующие лекарства как средство «заглушения» боли - сигналов страдающей души, как бы отрицая тем самым взаимосвязь болезни тела и душевного дискомфорта.

Психосоматический подход к лечению возрождается в 19 веке как прикладной психоанализ в медицине. Случаи болезней, вызванных эмоциональным состоянием, интенсивно изучаются психологами, описываются и классифицируются, разрабатываются методы диагностики и лечения.

В настоящее время идет расширение области психосоматической медицины за счет обращения к вековым мудростям, специалисты всё чаще объединяют современные и древние знания и практики для лечения психосоматических заболеваний. Это "возвращение к душе" в медицине отражает тенденцию повышения интереса общества к духовной части жизни, стремления к гармонии между материальным и тонким миром, к общему очищению и оздоровлению.

### Что происходит при психосоматических заболеваниях?

Клетки, из которых состоит наше тело, увы, не вечны – выработав свой ресурс, они погибают. Но им на замену приходят новые – почти в каждом органе есть клеточная популяция, которая постоянно размножается и тем самым пополняет ряды «новобранцев» взамен погибших.



Апоптоз, программа клеточного самоубийства, избавляет организм от больных и ненужных клеток. Слева – нормальный лейкоцит, справа – лейкоцит в процессе апоптоза. (Фото Dr. Gopal Murti / Visuals Unlimited / Corbis.)

Однако со временем и делящиеся клетки стареют: в их ДНК накапливаются дефекты, из-за которых процесс деления может выйти из-под контроля, то есть клетка может запросто превратиться в раковую. Чтобы такого не произошло, у них в принципе отключается сама способность к делению. Однако они не погибают, а продолжают жить в организме. От них есть своя польза: например, такие состарившиеся клетки продолжают синтезировать биоактивные вещества, способствующие заживлению ран.

Но, к сожалению, они синтезируют не только полезные, но и вредные молекулы, которые доставляют неприятности близлежащим тканям и даже способны спровоцировать рак. То есть сами состарившиеся клетки не способны сформировать опухоль, но могут подтолкнуть к этому других.

Понятно, что с возрастом число таких клеток, которые «ни живы, ни мертвы», в организме только увеличивается. И во многом именно от них, как показали эксперименты Даррена Бейкера

(Darren J. Baker) и его коллег из медицинского колледжа при клинике Мейо, зависит продолжительность жизни.

По сути, психосоматические проявления болезней – это способ души докричаться до человека. То, что “в народе” называется *психосоматикой* – это целый перечень состояний, от психосоматической реакции (на пару-тройку дней) до хронических заболеваний, см. табл.1.

Любой из этих классов заболеваний – это вариант приспособления к текущей ситуации либо к системе отношений (со значимыми людьми). То есть, в какой-то момент болеть было – выгодно! Более того, с огромной вероятностью болеть было наилучшим выходом из ситуации и “лечить” такую “проблему с отношениями” стоит именно отношениями! Это означает: “простить маму, написать ей письмо со своими обидами”, или даже “поговорить со своей ногой или горлом или головой”.

Главная составляющая лечения психосоматических проявлений – не знание, а наличие и проживание другого типа отношений, доверительных, близких, в которых потребности человека можно будет удовлетворить, а чувства, как свои, так и чужие будут приниматься с уважением.

Табл.1

Дифференциально-диагностические критерии различных форм психосоматических расстройств

Критерии	Психосоматические реакции	Функциональные психосоматические расстройства (органные нарушения)	Соматоформные расстройства	Психосоматические заболевания
Основные проявления	Учащение пульса, повышение артериального давления, учащение частоты, глубокая диэнцефальная энцефалопатия, вегетативная дистония, резко временно нарушенное стул и др.	Кардио- и желудочно-сердечная дистония, психогенная эпилепсия, эпилепсия (формы спазма), синдром раздраженного кишечника, синдром раздраженного мочевого пузыря и др.	Гастроэзофагеальный рефлюкс, эзофагит, гастроэзофагеальный рефлюкс, хронический гастрит, синдром раздраженного кишечника, синдром раздраженного мочевого пузыря и др.	Артериальная гипертензия, ишемия сердца, коронарная болезнь сердца, бронхит, астма, сахарный диабет, ревматоидный артрит
Жалобы на соматическое состояние	На адинамические симптомы	Одно или несколько со стороны одной системы	Повторяющиеся, множественные, хронические или эпизодические жалобы	Симптомы четко соответствуют морфологии своей формы заболевания
Локализация расстройства	В пределах одной функции органа	В рамках одного органа/системы	Наличие жалоб, как минимум в четырех точках или функциях	Зависит от морфологии своей формы болезни
Характер нарушенной функции	Нет	Функциональная, обратимая	Функциональная, обратимая	Органическая, необратимая
Время от возникновения стрессора до появления симптомов болезни	Несколько минут, дней	От нескольких дней до нескольких недель	От нескольких дней до 2-3 месяцев	Несколько месяцев, лет
Длительность расстройства	Несколько минут, дней	Превышает 6 мес.	Превышает 6 мес.	Условно свое течение (хроническое)

Гармонизация отношений, умение замечать свои потребности и удовлетворять их, навык отстаивать свои границы и не “залезать” на чужие – не только “лекарство”, но и отличная профилактика психосоматических заболеваний на будущее.

Отвечая на вопрос: что можно сделать в кабинете у специалиста по трансперсональной психологии, получим ответ:

1. “Отыграть” психосоматику разными способами (например, драматическим, диалог по типу “горячего стула”).

2. Выяснить свои скрытые выгоды: что вы получаете, болея? Чего избегаете, болея?

Чего не получаете, не болея? Чего не избегаете, когда не болеете?

3. Увидеть свое “растождествление”, расщепление сознания. Чаще всего: по оси “Я – тело”. Где “я – как бы отдельно, тело либо часть тела – отдельно”.

4. Обнаружить привычный способ адаптации, каким образом это психосоматическое заболевание помогало в жизни?

5. Принять себя целостным – часто через принятие самого специалиста: к нему ведь пришел целостный человек, а не “клиент и его болезнь”.
6. Попробовать (и убедиться, что это не страшно, “не смертельно”) другие способы реагирования, реализации своих потребностей:
  - заявить о желании что-либо получить или отдать,
  - предложить, вместо того чтобы “впихивать”
  - отказаться, и увидеть, что от этого отношения не рушатся “сразу и совсем”,
  - научиться просить и увидеть, что человек, у которого просишь, воспринимает тебя равным себе, а не “слабеньким”, “хиленьким” или наоборот “власть имущим”.
7. Выстроить собственный “психологический иммунитет”, позволяющий впредь находить более здоровые, правильные решения в стрессовых и конфликтных ситуациях.

#### Список литературы

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и применение. - М.: Ин-т ОГИ, 2004. - 336 с.
2. Аммон Г. Психосоматическая терапия. - СПб.: Речь, 2000. - 238 с.
3. Васильченко Г.С. О некоторых системных неврозах и их патогенетическом течении. - М.: Медицина, 1969. - 184 с.
4. Вотчал Б.Е. Роль психических факторов в происхождении, течении и лечении соматических болезней. - М.: Медицина, 1972. - С.79-81.
5. Гиндикин В.Я. Соматогенные и соматоформные психические расстройства: клиника, лечение, диагностика. - М.: Триада-Х, 2000. - 256 с.
6. Гурьев Н.Д. Страсти и их воплощение в соматических и нервно-психических болезнях. - Иваново, 1998.

7. Депрессии в амбулаторной и общесоматической практике. Вопросы диагностики и терапии: Сб. науч. тр. - М.: Медицина, 1984. - 180 с.
8. Десятников В.Ф. Маски депрессии. - М.: Знание, 1987. - 62 с.
9. Исаев Д.Н. Психосоматическая медицина детского возраста. - СПб., 1996. - 454 с.
10. Истаманова Т.С. Функциональные расстройства внутренних органов при неврастении. - М.: Медгиз, 1958. - 262 с.
11. Карвасарский Б.Д. Головные боли при неврозах и пограничных состояниях. - Л.: Медицина, 1969. - 192 с.
12. Ковалев В. В. Личность и нарушения при соматической болезни // Роль психического фактора в происхождении, течении и лечении соматических болезней. - М.: Медицина, 1972. - С. 102-114.
13. Коростелева И.С., Ротенберг В.С. Психологические предпосылки и последствия отказа от поиска в норме и при психосоматическом заболевании // Психологический журнал. - 1990. - Т. 11, № 4.
14. Крылов А.А., Крылова Г.С. Неврозы в современной клинике внутренних болезней // Клиническая медицина. - 1998. - Т.76, №9. - С.60-63.
15. Куприянова Г.Г. Синдром предменструального напряжения при вялотекущей шизофрении // Психосоматические расстройства при циклотимных и циклотимоподобных состояниях. - М.: Медицина, 1979. - С.132-137.
16. Мясищев В.Н. Вопросы взаимоотношения психического и соматического в психоневрологии и общей медицине. - М.: Медицина, 1963.

17. Невзорова Т.А., Дробышев Ю.В. Соматический эквивалент циркулярного психоза и циклотимии // Советская медицина. - 1962. - №12.
18. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия. - М., 1996.
19. Пограничная психическая патология в общемедицинской практике / Под ред. Смулевич А.Б. - М.: Русский врач, 2000. - 160 с.
20. Проблемы медицинской психологии в онкологии и психосоматической медицине / Под. ред. Т. З. Биктимирова и О. П. Модникова. - Ульяновск, 1998.
21. Психосоматика. Хрестоматия. - Минск, 1999.
22. Свядоц А.М. Неврозы. - М.: Медицина, 1982. - 368 с.
23. Тарнавский Ю.Б. Под маской телесного недуга: проблемы психосоматики. - М.: Знание, 1990. - 63 с.
24. Тополянский В.Д., Струковская М.В. Психосоматические расстройства. - М.: Медицина, 1986. - 384 с.
25. Ушаков Г.К. Пограничные нервно-психические расстройства. - М.: Медицина, 1978. - 400 с.
26. Функциональные психогенные нарушения в клинике внутренних болезней: Научный обзор / Под ред. И.К. Шхвацабая. - М.: ВНИИМИ, 1980. - 68 с.
27. Царегородцев Г. И., Шингаров Г. Х. Некоторые философские аспекты психосоматической проблемы // Роль психического фактора в происхождении, течении и лечении соматических болезней: Тезисы докладов. - М., 1972. - С. 56-75.

**А.В. Царева, ЛГУ, БПА  
Санкт-Петербург**

### **ИГРА КАК ИСТОЧНИК СОЦИАЛЬНОЙ КРЕАТИВНОСТИ**

**Аннотация.** В статье рассматриваются проблемы, связанные с многообразием существующих определений игры и потерей в этом многообразии ее сущностного смысла. Описываются базовые характеристики игры в контексте социальной креативности. Эти характеристики позволяют игре создавать основания для формирования трех ключевых составляющих социальной креативности: креативной личности, креативного процесса и креативного результата.

**Abstract.** *The article examines the problems associated with a variety of meaning of the game and the loss its essential significance. It describes the basic characteristics of the game in the context of social creativity. These characteristics allow the game to create a foundation for the formation of the three key components of social creativity: the creative person, creative process and creative results.*

**Ключевые слова:** игра, креативность, творческий потенциал, социум.

Что такое игра и что ее порождает? По каким причинам и с какими целями играют люди? Чем человеческие игры отличаются от игр животных? Есть много вариантов ответов на данные вопросы. Многообразие этих ответов в современном знании породило такое же многообразие научных теорий, изучающих игры. Игра как особый предмет рассматривается в философии и психологии, математике и экономике, социологии, политологии и менеджменте, культурологии и теории искусства. В рамках этих научных направлений разрабатываются собственные

исследовательские инструменты и методы, создаются особые подходы к изучению игр и управлению человеческим созданием и поведением через игру. Но в результате возникает проблема «потери леса за деревьями», - определение игры становится настолько общим и размытым, что позволяет вместить в себя все, что угодно. Метафорическое выражение «весь мир — игра» все чаще встречается в самых различных источниках. В число соавторов этой метафоры можно включить Платона, Уильяма Шекспира, автора наиболее влиятельной социокультурной теории игры Йохана Хейзингу и многих других. Однако, говоря о том, что «все есть игра», мы теряем возможность сказать об игре хоть что-нибудь конкретное.

Попробуем вернуться «к истокам», рассмотрев базовые характеристики игры с точки зрения феномена социальной креативности. Социальная креативность в данном случае будет пониматься тройственным образом: как совокупность личностных характеристик (креативный человек), как особый процесс созидательной деятельности (креативное действие) и как значимый социальный результат (креативный продукт). Подобно социокультурному феномену игры, феномен социальной креативности рассматривался с разных точек зрения и представлен во множестве определений. В середине XX века социальная креативность рассматривалась в первую очередь как возможность создания творческого продукта, результата, который может быть воплощен в материальной или символической форме, получает социокультурную оценку в обществе и может быть впоследствии коммерциализирован, представлен на конкурентном рынке. Однако, начиная с 60-х годов акценты смещаются. Ключевой смысл креативности все больше связывается с личностными и деятельностными аспектами — возможностью развития творческого потенциала и характеристик личности, способной

генерировать творческий процесс и создавать креативные продукты. Креативная личность и креативные действия рассматриваются как источники конструктивных общественных изменений и условия эффективной деятельности. Три основные характеристики креативности — новизна, отличие от уже существующего, и эффективность как соответствие запросам социальной жизни, - противопоставляют ее упорядоченной, повторяющейся, подчиненной стереотипам и поведенческим программам рутине повседневности. В этом контексте нам кажется значимым изучение игры как выхода из рутины и как источника и условия формирования социальной креативности. Именно игра в различных социокультурных воплощениях создает условия для формирования креативной личности, способной к креативному действию и созданию креативных продуктов.

Подходы к определению игры, сформулированные различными авторами с середины XIX века, резюмированы в наборе характеристик, описанных основоположником «лудологии» Йоханом Хейзингой, и развиты французским социологом Роже Кайуа. Каждая из этих характеристик может рассматриваться как особое условие, способное «игроизировать» практически любое действие, даже самое рутинное. Яркий пример трансформирующего воздействия игры на повседневную жизнь приводит отечественный психолог Д.Б.Эльконин. Пытаясь накормить завтраком дочерей-дошкольниц, и столкнувшись с решительным нежеланием девочек есть кашу, он предложил им игру в «Детский сад». В контексте изменившегося отношения к происходящему, как к игре, девочки не только быстро и с аппетитом съели только что отвергаемый ими в контексте «обычного домашнего утра» завтрак, но и «дежурили по кухне», активно демонстрируя заинтересованное сотрудничество с играющим «воспитательницу» отцом.

Рассмотрим подробнее характеристики игры, обуславливающие подобный эффект. В работе «Homo Ludens» Й. Хейзинга определяет игру как «свободную деятельность, которая осознается как «невзাপравду» и вне повседневной жизни выполняемое занятие, однако она может целиком овладевать играющим, не преследует при этом никакого прямого материального интереса, не ищет пользы, - свободной деятельностью, которая совершается внутри намеренно ограниченного пространства и времени, протекает упорядоченно, по определенным правилам ... » [Хейзинга, 1992, с.24]. Таким образом, можно выделить основные характеристики игры (более подробно их рассматривает французский социолог Роже Кайуа):

- свобода,
- обособленность в пространстве и времени,
- неопределенность исхода,
- непроизводительность,
- регулярность (подчиненность правилам),
- фиктивность (воображаемость, ирреальность).

В этих характеристиках проявляются противоречия, разрешение которых создает разницу между игрой и повседневной рутинной и проявляется во всем многообразии существующих игр. Прежде всего, это противоречия между *свободным выбором участия* в игре и *принудительностью правил игрового мира* (регулярностью). Вход в игру должен быть результатом личного выбора играющего человека, принуждение к игре разрушает ее. Эмоциональная, заинтересованная включенность в игру создает у игроков искреннюю мотивацию, заставляя их мобилизовать все силы и все внимание на совершение игровых действий и обуславливая получение удовольствия от игры. В то же время, войдя в символическое пространство игры, человек оказывается в

подчинении конкретных игровых правил, выполнение которых становится важнейшим условием существования игрового мира. *Обособленность в пространстве и времени* создает особую условную игровую реальность, относительно автономную по отношению к повседневной жизни. В то же время различные варианты игр отражают насущные проблемы повседневной реальности и предлагают прямые или косвенные возможности их решения (варианты отыгрыша социальных ролей, тренинг различных навыков, социально-психологическая компенсация, психологическое переключение и пр.). *Неопределенность исхода*, воплощенная, в частности, в равенстве шансов в ходе игры, создает у игроков повышенную заинтересованность в процессе и стремление к достижению игровых результатов. *Непроизводительный характер* игры предполагает, что, хотя в процессе игры и могут быть достигнуты определенные результаты, в том числе материальные, основной акцент игрового интереса должен быть направлен, прежде всего, на сам процесс их достижения. Несоблюдение этого правила превращает игру в принципиально иную, прагматическую, производительную деятельность, лишая ее «воображаемой» сущности. И, пожалуй, наиболее значимое противоречие - между регулярностью и фиктивностью, ирреальностью, отражающее специфический характер веры игрока в действительность происходящего. В ходе игры внимание игрока должно быть сконцентрировано на символическом игровом мире, оставив за его границами привычную, обыденную повседневность. Именно сила воображения делает игровые действия предельно серьезными, а игровой мир - «настоящим», позволяя игроку одновременно осознавать его как «условность» и проживать его как «реальность». Различные виды игр формируют специфические миры с разным уровнем сложности и набором целей и задач: от успешного



выполнения простой последовательности физических действий, до отыгрыша сложных комплексов социально-ролевых отношений. Тем самым, участие в игре, при соблюдении указанных условий, создает у человека специфический опыт, расширяющий границы возможного в контексте повседневной жизни и создающий условия формирования социальной креативности.

#### **Заключение**

Социальная креативность — комплексный социокультурный феномен, трудно поддающийся четкому определению и являющийся важнейшим условием развития общества. Современные подходы рассматривают социальную креативность прежде всего как возможность развития творческого потенциала и характеристик личности, способной генерировать творческий процесс и создавать креативные продукты. Одним из факторов, влияющих на формирование социальной креативности, является игровая деятельность. Базовые характеристики игры позволяют играющему человеку выйти за границы повседневной рутины и получить особый эмоционально насыщенный опыт, расширяющий границы привычных и стандартизированных социально-ролевых, деятельностных и познавательных возможностей, создавая тем самым условия для развития социальной креативности.

#### **Список литературы:**

1. Кайуа Р. Игры и люди. Статьи и эссе по социологии культуры. / Роже Кайуа; сост., пер. с фр. и вступ. С.Н. Зенкина. М. ОГИ, 2007. - 304 с.
2. Хейзинга Й. Homo Ludens. В тени завтрашнего дня: Пер. с нидерл./ Общ. ред. и послесл. Г.М. Тавризян. М.: Прогресс, 1992. - 464 с.
3. Эльконин Д.Б. Психология игры. 2-е изд. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. - 360 с.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ**

**В.Г.Бондаренко (Чандира), БПА**

Санкт-Петербург, Россия,

**Г.Э.Трахтенберг, БПА Москва**

### **МЕТАИСТОРИЯ, КАК ЧАСТЬ НАУЧНОЙ ПАРАДИГМЫ НОВОЙ ЭПОХИ**

Глобальные вызовы, с которыми встретилось человечество в начале третьего тысячелетия, требуют пересмотра господствовавших в недалёком прошлом, но уже явно устаревших взглядов на причины и движущие силы человеческой истории. В ответ на эти вызовы рождается **новая научная парадигма**, появляются новые подходы и оформляются новые направления в науке, как, например, трансперсональная психология. Одним из таких новых направлений и становится **метаистория**.

**Метаистория** является учением о ходе и смысле исторического процесса, его движущих силах и грядущих итогах и обозначает *«...принцип познания вещей и явлений в их историческом развитии в органической связи с порождающими их условиями. Метаистория предполагает такой подход к проводимым исследованиям, когда учитываются не только видимые предпосылки для создавшихся обстоятельств, но и их эзотерическая подоплёка»*. (<http://www.waylove.ru/a3933>). Термин введен по аналогии со словом **«метафизика»** (от греч. *мета* - за пределами, вне, после). Метафизика – это философское учение о сверхчувственных, т.е. недоступных опыту физического плана, принципах бытия.

**Научная парадигма** – (от греч. *παράδειγμα*, «пример, модель,

образец») — это совокупность фундаментальных научных установок, представлений и терминов, принимаемая и разделяемая научным сообществом и объединяющая большинство его членов. (<https://ru.wikipedia.org/wiki/>). По мнению американского историка и философа Т.Куна (1922 – 1996), развитие науки является скачкообразным революционным процессом, сущность которого также выражается в **смене парадигм** (см. «Структура научных революций». 1962). Смена научных концепций является одним из наиболее злободневных вопросов современной науки, а **смена всей парадигмы развития** является насущной задачей не только научного сообщества отдельной страны, но и человечества в целом. История человечества – это история регулярной смены парадигм.

В XX веке парадигма развития человечества рассматривалась с точки зрения концепций всемогущества науки, технического прогресса, исключительности и превосходства силы. Целью развития декларировалось удовлетворение всё возрастающих потребностей человека. Современная наука, вызвавшая научно-техническую революцию и ставшая в XIX-XX веках производительной силой, начинается с аналитического расчленения целостной картины мира. Это таит в себе опасность искажения реальной картины мира, отхода от взгляда на природу, как на единое целое, так как при исследовании отдельного фрагмента не учитываются в полной мере его связи со средой.

В XXI век человечество вступило в условиях глобального кризиса всей общепланетарной системы. Этот системный кризис затрагивает все стороны деятельности людей и все страны. В прошлом выход из подобных кризисов находился в обретении нового понимания устройства мира, в формировании **новой научной парадигмы**, на основе которой создавались новые технологии и новые социальные отношения, позволяющие

человечеству не только преодолеть кризис, но и подняться на новый виток эволюционного развития.

Новая научная парадигма XXI века основана на идее **синтеза**, на идее перехода **от дуальности к единству**, когда на смену принципу «ИЛИ – ИЛИ» приходит принцип «И - И», позволяющий решать противоречия, казавшиеся непримиримыми. Эта смена парадигмы касается всех сторон жизни человечества планеты Земля. Именно переход к новой парадигме позволит сознанию освободиться от оков хорошо усвоенных заблуждений, увидеть Мир таким, каков он есть в Действительности, и осознать единство Мира.

В настоящее время наука столкнулась с целым рядом проблем, исследовать и объяснить которые на базе существующей сегодня научной парадигмы она не может. Наиболее передовые представители академического сообщества начинают понимать необходимость объединения методов **академического знания** (научный эксперимент, наблюдение) с возможностями **внеаучных способов** исследования. *Вненаучное знание – это такой вид научной деятельности, в процессе которого учёные для получения новой информации используют не только методы и средства, допускаемые существующей на данный момент научной парадигмой, но и запрещённые ею возможности.* [http://evolution21.ru/scientific\\_paradigm](http://evolution21.ru/scientific_paradigm). Вненаучное знание стремится изучать мир всеми доступными для человека способами.

Сегодня научная картина мира стремительно меняется. Междисциплинарный **синтез** наук позволяет достичь наибольшей эффективности исследований. **Интеграция** различных подходов и методов в научно-исследовательской работе расширяет возможности получения новых знаний. Во всём мире проявляется всё больший (в том числе и со стороны учёных) интерес к универсальным Знаниям **Науки Вневременной Мудрости**,

передаваемым человечеству великими умами на протяжении многих тысячелетий истории. Эти знания положены в основу всех истинных религий, философских учений и этических норм.

Происходящая в настоящее время смена научной парадигмы обусловлена **сменой космических эпох**, во время которой происходят астрономические события, провоцирующие резкие энергетические и природные перемены на нашей планете. Мы живем в предсказанное великими пророками время, когда воедино сошлись окончания сразу нескольких циклов развития: **вселенского, галактического, солнечного, земного, человеческого**. Этот небольшой отрезок времени, которые в настоящее время переживает наша планета, называется в соответствующей литературе Великим Переходом и знаменуется событиями огромного масштаба и важности.

В основе существования Человечества и Вселенной лежит **Космический закон циклического проявления**, который выражается в наступлении особых космопланетарных сроков – **Эпох**. Самый известный из влияющих на сознание людей – это Великий Космический Цикл или Прецессия Оси, совершающийся приблизительно через каждые 26000 лет.

Производными от него являются 12 периодически повторяющихся Эпох, каждая из которых длится чуть больше 2000 земных лет и сопровождается одним из семи лучей (семь лучей - семь великих космических качеств энергии). Каждый луч воплощает идею. Лучи формируют модели, или прообразы мира, по которым создаются планетарные формы, и тем самым наделяют эволюционные процессы внутренним потенциалом.

В настоящее время происходит смена эпохи Рыб (6-й луч) эпохой Водолея (7-й луч). *«Влияние шестого луча служило тому, чтобы привлечь умы людей к идеалу, например, жертвенности или служения. ... Седьмой луч осуществит то, что провиделось и*

*то, что составляло идеалы предшествующего цикла активности шестого луча. Один луч prepares дорогу другому...». «...Вся история являет собой череду следствий тех воздействий, которые энергии или излучения (другими словами, лучи) оказывали на человечество на его многообразных стадиях эволюционного развития. Последние охватывают весь диапазон, все стадии первобытного человечества до нашей современной цивилизации; всё, что имеет место, является результатом циклического воздействия этих энергий на природу и ту её часть, которую мы называем человеческим царством.» (А.А.Бейли).*

Впервые **метафизическую** или иначе **трансфизическую** (*транс – сквозь, за*) **структуру** нашей планеты подробно описал русский поэт и духовидец Даниил Андреев (1906-1959) в главном труде своей жизни – книге «Роза Мира». Он же описал масштабную **трансфизическую** картину нашего мира, используя метаисторический **метод познания и метаисторическую терминологию**, которой сейчас пользуются те, кто продолжает исследование метаистории нашей планеты. Даниил Андреев описал иномерную и иноматериальную реальность, неразрывно связанную с плотью земной истории и с её смыслом. Его метаистория – это учение о ходе и смысле исторического процесса, его движущих силах и грядущих итогах.

Исследования метаисторического процесса, с одной стороны, субъективно, так как предполагает не только знание обычной истории, но и владение **трансперсональными** методами получения знаний и зависит от качеств самого исследователя. С другой стороны, процесс объективен, так как опирается на известные космические законы, циклы и ритмы, которые не зависят от субъективных трактовок и пониманий. Два этих способа познания не спорят, а взаимно дополняют друг друга, давая гораздо

более полную и точную картину исторического процесса, чем при использовании только одного из них.

Таким образом, **предмет метаистории** объединяет два способа получения знания: аналитический рациональный (академические научные методики) и синтетический интуитивный (трансперсональные методики), а также два вида знания: современные академические научные знания и космические Знания Вневременной Мудрости. Следовательно, метаистория является частью новой научной парадигмы, позволяющей включить в научный оборот те знания и методы, которые пока не приняты материалистической наукой.

В результате становится возможным переход к более целостному взгляду на историю нашей планеты и расширяется диапазон возможностей её изучения и осмысления.

Список литературы:

1. Андреев Д. Л. Роза Мира, М., 1991. «Прометей», 1991. 156 с.
2. Бейли А.А. Проблемы человечества. Судьба наций. М., 2013, «Амрита-Русь». 302 с.
3. Бейли А.А. Трактат о семи лучах. Т. 5 – Лучи и Посвящения. М., 2013, «Амрита-Русь». 744 С.
4. Курис И.В.. Трансперсональная практика в современном мире. // Вестник Балтийской педагогической академии, вып.105 – 2012 с.4-8
5. Лесовик Г. Б.. О научном и мистическом способе познания реальности. Журнал «Плеяды» [http://www.citarhis.ru/magazine/articles/science\\_n\\_mystic.html](http://www.citarhis.ru/magazine/articles/science_n_mystic.html)
6. Синельников Ф. Метаистория и метакультуры. Статья. <http://exitum.org/articles/metaistoria-i-metacultury/>
7. Что такое парадигма? Статья. Эволюция. XXI век. [http://evolution21.ru/scientific\\_paradigm/257\\_nauchnaya\\_paradigma/](http://evolution21.ru/scientific_paradigm/257_nauchnaya_paradigma/)

**Н.А. Бурановская, БПА  
Санкт-Петербург**

## **ГЕРМЕС И МЕХАНИЗМЫ ЛИМИНАЛЬНОСТИ**

**Аннотация.** Механизмы лиминальности лежат в основе всех социо-культурных и психических процессов. Это научное понятие носит междисциплинарный характер и используется в исследовательских целях во многих научных дисциплинах. Архетипическая фигура древнегреческого бога Олимпийского пантеона Гермеса воплотила в себе многоуровневый механизм лиминальности. В статье проводится анализ архетипа Гермеса с помощью первоисточника – Гомерова гимна, в котором зафиксированы становление и развитие механизмов лиминальности в социокультурном пространстве древнегреческой культуры, а также в коллективном бессознательном древних греков. Учитывая, что олимпийский миф лежит в основе становления европейской цивилизации, и связан с ее социокультурной идентичностью, архетипическое влияние олимпийского мифа на современное коллективное сознание Европы остается непреходящим. Осмысление и исследование механизмов лиминальности, представленных в архетипе Гермеса дает возможность глубже понять, а значит и анализировать процессы, происходящие в коллективном сознании современной Европы, и – шире – западноевропейской цивилизации.

**Ключевые слова:** лиминальность, обряды перехода, Гермес, трикстер, лиминальные функции, транзитные состояния, транзитные зоны, олимпийский пантеон, олимпийский миф, кадуцей, инициации, Аполлон, пороговые состояния, коммуникация, ритуал.

Понятие лиминальности ввел в научный обиход Арнольд ван Геннеп, французский антрополог, этнограф, фольклорист. Его классический труд «Обряды перехода» посвящен изучению транзитных состояний в ритуалах традиционных обществ. Проанализировав огромный массив ритуалов в культурах самых различных народов, ван Геннеп пришел к выводу, что ритуал перехода является неотъемлемой составляющей любого типа изменчивости – возрастной, социальной, религиозной и т.д. Эти транзитные состояния включают в себя три фазы. Сначала происходит отчуждение, сепарация от прежнего образа жизни и идентификаций, с ним связанных, затем наступает амбивалентная неопределенная лиминальная фаза, некая промежуточная зона, когда индивид находится в транзитном состоянии, полностью утратив связь с прежним образом жизни, социальным статусом, и затем наступает третья фаза, инкорпорация, когда индивид возвращается в общество в новом социальном статусе. В качестве примера можно привести возрастные обряды инициации мальчиков в мужчин, присущие всем архаическим сообществам, когда мальчики разрывают связь с матерью посредством ритуалов перехода, причем зачастую лиминальная фаза сопровождается тяжелыми физическими и психологическими испытаниями, цель которых – полностью разорвать прежние связи с детством. Как указывал сам ван Геннеп: «для группы людей, так же как для отдельных индивидов, жизнь состоит из удаления, отчуждения и нового объединения, изменения формы и кондиции, смерти и нового рождения. Жизнь – это действие и остановка, ожидание и перерыв, и снова действие, но уже в ином направлении» (1)

Термин «лиминальность» происходит от латинского слова *limen*, что означает порог, дверной проем. Таким образом лиминальные механизмы выполняют функцию порогов, транзитных зон, переходов, разделяющих и отделяющих

различные периоды как в жизни отдельного человека, так и в жизни сообществ, в социальных и культурных процессах. Благодаря своей универсальности термин приобрел междисциплинарное измерение, и употребляется в исследовательских целях в социологии, культурологии, психологии, антропологии и других дисциплинах. Так, американский антрополог Виктор Тернер объектом своих исследований сделал состояния и формы жизни «в пути». Он внес значительный вклад в понимание функционирования лиминальности и лиминальных сообществ как социокультурного механизма: «Свойства лиминальности, или лиминальных *personae* («пороговых людей») непременно двойственны. Поскольку и сама лиминальность, и ее носители увертываются или выскальзывают из сети классификаций, которые обычно размещают «состояния» и положения в культурном пространстве. Лиминальные существа ни здесь ни там, ни то ни се; они – в промежутке между положениями, предписанными и распределенными законом, обычаем, условностями и церемониалом. Поэтому их двусмысленные и неопределенные свойства выражаются большим разнообразием символов в многочисленных обществах, ритуализирующих социальные и культурные переходы. Так, лиминальность часто уподобляется смерти, утробному существованию, невидимости, темноте, затмению солнца или луны» (2)

В психологии лиминальность употребляется для обозначения порога между сознанием и бессознательным. «Сублиминальность» означает подпороговое состояние, то состояние, которое находится ниже порога сознательного восприятия. К примеру, переход от бодрствования ко сну, сумеречная зона между двумя этими состояниями будет лиминальной. С психологической точки зрения лиминальное состояние – это состояние, когда «Я» плавает, оно в состоянии дрейфа, границы размыты и легко пересекаются, в том

числе те границы, которые в бодрствующем состоянии являются запретными, нет четкой самоидентификации. Деформируется восприятие времени, прошлого и будущего. Поскольку смещается основа личности, то в лиминальном состоянии человек становится особенно внушаем, подвержен импринтингам, которые могут оказывать воздействие на всю жизнь. Сенситивность и динамичность психических процессов в лиминальном состоянии использовалась в ритуалах перехода. Так, Тернер отмечал, что пространство ритуала, в котором осуществлялся лиминальный переход, становилось сакральным. При этом тот, кто осуществлял управление ритуалом, контролировал границы сакрального пространства. Именно контроль за сакральным пространством, где лиминальное состояние также приобретало сакральное измерение, обеспечивал успешное завершение инициации. Ошибки в проведении ритуала вели к срыву инициации. И сакральному, и лиминальному присуща амбивалентность как неотъемлемый признак. Только благодаря амбивалентности возможна трансформация и выход в новое состояние.

Трехчастный цикл – предлиманальность, лиминальность и пост-лиманальность Юнг считал встроенной в психику человека. Этот цикл является основополагающим для всех типов культур и мифологических паттернов, конструирующих коллективное бессознательное человечества. За этим циклом скрываются архетипические глубины, непосредственно воздействующие на его проявление и реализацию.

Для понимания сути лиминальности нужно обратиться к архетипическому прототипу, в котором наиболее полно выражены механизмы лиминальности как процесса. Таким прототипом является божество Олимпийского пантеона Гермес. «Гермес - бог странников, границ и пограничных ситуаций, посланник между разными сферами; бог переходов от одной формы существования к

другой от жизни к смерти и от смерти к жизни, который в алхимии становится владыкой трансформации» (3) - так Мюррей Стайн, юнгианский аналитик, охарактеризовал Гермеса. Мюррей Стайн выбрал архетип Гермеса для исследования кризиса середины жизни как неизбежной лиминальной фазы в жизни человека. «Гермес, бог границ и пересечения границ, бог дорог по суше и по морю, бог таких культурных пространств как рынки и базары, где совершаются сомнительные сделки, представляет собой тип сознания, существующего исключительно в переходном времени и в переходном пространстве. Гермес – бог переходов, и переходы всегда совершаются через какой-то барьер. «Мир Гермеса», как называет Кереньи этот архетип, представляет собой «существование в потоке», и это еще одно определение переживания лиминальности. Один из эпитетов Гермеса – *stropheus*, т.е. петля, на которой вращается дверь; Гермес фиксирован в лиминальности, и мир Гермеса – это существование в лиминальности» (4).

Итак, Гермес присутствует всегда, когда мы входим в переходное, пограничное состояние. Для трансперсональной психологии исследование функционирования этого архетипического комплекса представляется крайне важным. С его помощью можно уяснить, каким образом сфера надличностного открывается и входит в визионерские переживания в измененных состояниях сознания. Архетипы неизменны и неизменяемы в психическом пространстве, они отражаются в глубинных слоях психики, воздействия и искажая порой собственные намерения человека. Будучи архаическими структурами, сформированными в коллективном бессознательном в «начале времен», они являются целостными амбивалентными конструктами, обладающими и позитивными и негативными аспектами. Являясь автономной частью психики, архетип одновременно представляет

коллективный опыт, и сам по себе является лиминальной зоной. В основе архетипических переживаний лежат аффективные состояния, выражающие жизненные и насущные потребности и стремления. Архетип несет в себе определенную опасность для психики из-за самоотождествления с ним и захваченности сознания его содержимым в ущерб собственной целостности человека.

Современная европейская культура сформировалась под влиянием двух мифов – библейского и древнегреческого олимпийского. Удивительно то, что культуре христианской Европы олимпийский миф оказался так необходим, что в итоге он стал органической и неотъемлемой частью ее социокультурной идентичности. Карл Кереньи, эллинист, филолог, один из лучших исследователей культуры Древней Греции был убежден в том, что античная культура стала для Западной Европы источником духовного оформления современной эпохи. Олимпийский миф был для самого Кереньи конкретной реальностью, существующей в «начале времен», и с тех пор оказывающий влияние на людей и судьбы мира. Бурное переживание олимпийского мифа западноевропейской культурой, представлено в гуманистической мысли, философии, политических институтах, изобразительном искусстве, архитектуре, театре, классическом образовании, музыке, спорте, психологии. Все это говорит о том, что олимпийский миф отразил подлинные реалии коллективного сознания европейцев. Примечательно, что Кереньи независимо от Юнга пришел к открытию архетипов, для него мифические образы отражали подлинные психические реалии коллективной души. Кереньи много сотрудничал с Юнгом, был одним из основателей Института Юнга в Цюрихе в 1948 году. Кереньи писал о греческих богах, как прообразах человечества (5)

Сюжеты олимпийского мифа повествуют о «начале времен», или о времени неолитической революции, которая произошла по реконструкции ученых в Малой Азии, в III-м тысячелетии до нашей эры. Главным событием этой революции стал переход от кочевого, охотничьего и собирательного образа жизни к земледелию. Богиня Деметра обучила людей искусству земледелия, за ним, в свою очередь последовало одомашнивание животных. Появившиеся излишки пищи, которые можно было накапливать, изменило стратегии размножения человека и это грандиозное событие отразилось в мифе о Ниобе и Лето. Они поспорили между собой, кто больше достоин почестей. Ниоба похвасталась большим количеством детей, тогда как у Лето их было всего двое – Аполлон и Артемида.. Лето пожаловалась на Ниобу своим детям, и они перебили детей Ниобы своими стрелами. Биолог Д. Жуков отмечает: «Биологическая мораль мифа очевидна: лучше иметь немного потомков, но более приспособленных к окружающей среде, которые в конкурентной борьбе будут побеждать более многочисленных, но хуже приспособленных особей» (6). Д.Жуков отмечает, что этот миф иллюстрирует переход от Р-стратегии, который заключался в том, чтобы производить как можно больше потомков, (например рыбы), но не тратить энергию на уход за ними, на К-стратегию, ориентированную не только на производство, но и заботу и уход за потомством, осуществлявшуюся и самкой, и самцом. За неолитической революцией последовал переход от матриархата, в котором главенствовал промискуитет (сожителство всех мужчин и женщин) и групповой брак, к патриархату, со становлением моногамной семьи, где отец был уверен в своем отцовстве, с его новыми законами преемственности поколений, новыми социальными ролями мужчин и женщин, а также двойной моралью, различной для мужчин и женщин. Так, женщина Древней Греции

была в итоге заперта в гинекее – женской половине дома, куда не было доступа мужчинам, кроме близких родственников.

Память о первобытном животном существовании была очень жива в коллективном сознании древних греков, и если Деметра подарила людям земледелие, то Гефест и Афина – различные ремесла и искусство строительства жилищ. Гомеров гимн зафиксировал революционный технологический переход от первобытного состояния к новому социальному укладу и изменению качества жизни, который был бы невозможен без эволюционного лиминального напряжения:

Муза, Гефеста воспой, знаменитого разумом хитрым!  
 Вместе с Афиною он светлоокою славным ремеслам  
 Смертных людей на земле обучал. Словно дикие  
 звери  
 В прежнее время они обитали в горах по пещерам.  
 Ныне ж, без многих трудов, обученные всяким  
 искусствам  
 Мастером славным Гефестом, в течение целого года  
 Время проводят в жилищах своих, ни о чем не  
 заботясь (7)

Переход из пещер в дома, также способствовал развитию биологической К-стратегии. Можно предположить, что интенсивность архетипических переживаний обусловлена в том числе тем, что они напрямую связаны с биологическими инстинктами и лимбической системой человека. Также отношения древнегреческих богов между собой, их отношения с человеком фиксируют те архаичные формы социального мироустройства, которые были характерны для перехода от родоплеменных образований к государству. В этом смысле рождение нового

божества всегда говорило о появлении новых управляющих и структурирующих социальное общежитие функций. Особенно того божества, которое входило в Олимпийский пантеон из 12-ти богов. У греческого бога нет никакого «детства». Рождаясь, он мгновенно проявляет свои силы, предназначение, место в олимпийской иерархии, и сразу же начинает функционировать. Для анализа процессов становления и развития функционирования социокультурных архетипов в коллективном сознании современной Европы в данной статье используется письменный первоисточник – Гомеровы Гимны.

Гомер повествует в гимне о рождении Аполлона: на острове Делос:

Схватки тотчас начались, и родить собралась богиня.  
 Пальму руками она охватила, колени уперла  
 В мягкий ковер луговой. И под нею земля улыбнулась.  
 Мальчик же выскочил на свет. И громко богини  
 вскричали.  
 Тотчас тебя, Стреловец, богини прекрасной водою  
 Чисто и свято омыли и, белою тканью повивши  
 Новою, сделанной тонко, - ремнем золотым закрепили.  
 Грудь своей не давала Лето златолирному Фебу:  
 Нектар Фемида впустила в нетленные губы младенца  
 Вместе с амвросией чудной. И сердцем Лето  
 веселилась,  
 Радуюсь, что родила луконосного, мощного сына.  
 После того, как вкусил ты, владыка, от пищи  
 бессмертной  
 Бурных движений твоих не сдержали ремни золотые,  
 Слабы свивальники стали, и все распустились завязки



Тотчас же Феб-Аполлон обратился к бессмертным богиням:

«Пусть подадут мне изогнутый луг, и любезную лиру.  
Людам начну прорицать я решенья неложные Зевса!»  
Молвивши так, зашагал по земле неисчетнодорожной  
Феб длинновласый, далеко стреляющий. Все же

богини

Остолбенели. И весь засиял, словно золотом, Делос.

(8)

Древнегреческий миф всегда дышит энергией тех сил, которые он поэтизировал и ввел в социокультурное пространство. Боги и их функции неизменяемы. Их статичность, укорененная в коллективной психике, гарантировала жизнеспособность и психическую устойчивость греческого полиса, объединяла в культурное целое различные территории Эллады. Приведенный отрывок Гомерова гимна показывает неразрывную связь природы, территории и социального закона, которые объединены внутренней целостностью. Все освящено. При рождении нового бога земля улыбается, остров Делос сияет золотом, закон, воплощенный в образе богини Фемиды, исключительно социального божества, ассистирующей родам, и проводящей ритуал подтверждения бессмертия Аполлона и его неизменяемых законотворческих функций, которые он понес «по земле неисчетнодорожной» - все это создает картину греческого космоса, который продолжает оказывать свое воздействие на современного европейского человека, наследника греческой культуры.

В гомеровом гимне о рождении Гермеса, новорожденный бог также мгновенно проявляет свои функции, ради которых он

появился на свет. Сын Зевса и плеяды Майи был зачат глубокой ночью втайне от всех, и когда подошло время –

Время пришло, - и свершилось решенье великого  
Зевса:

Сын родился у богини, - ловкач изворотливый, дока,  
Хитрый пролаз, быкокрад, сновидений вожатай,  
разбойник,

В двери подглядчик, ночной соглядатай, которому  
вскоре

Много преславных деяний явить среди богов  
предстояло.

Утром чуть свет родился он, к полудню играл на  
кифаре,

К вечеру выкрал коров у метателя стрел Аполлона. (9)

Рождение Гермеса - «решенье великого Зевса», возвещает миру о появлении и развитии в коллективной психике древних греков механизмов лиминальности, необходимых для того, чтобы все уровни античного социума были охвачены сакральной упорядоченностью, включая и те, которые обычно стояли вне закона, были на периферии профанного существования. С появлением Гермеса все меняется. Теперь нет ничего в пространстве между людьми и богами, что не было бы охвачено божественным вниманием. Функции Гермеса столь обширны, что для их реализации и надлежащего контроля он стал воплощением мгновенного действия. Особенное отличие Гермеса –отсутствие какого-либо временного промежутка между задуманным и сделанным.

Как за миганием глаза другое миганье приходит,  
Так у Гермеса за словом немедленно делалось дело.

К Гермесу и его лиминальным функциям вполне применимо понятие «вращения», (pivotement – полный оборот вокруг оси) введенное ван Геннепом – изменение сакрального на профанное и наоборот, в зависимости от ситуации. Вращение, по ван Геннепу, являлось неотъемлемым свойством ритуалов перехода, когда и отдельный человек, и социальные сообщества соприкасались то с сакральной, то с профанной стороной своего бытия.

Первое действие Гермеса – создание лиры из панциря черепахи, на которой он спел похвалу собственному рождению и своим родителям. Далее он ворует бессмертных коров Аполлона, прибегнув к хитрости, поскольку «мясца ему захотелось». Но приготовив мясо, «радостнодушный» Гермес не притронулся к нему, а принес в жертву, предварительно разделив на двенадцать частей – по числу главных божеств Олимпийского пантеона. При этом он принес жертву в том числе самому себе, поскольку ему предстояло войти в число этих двенадцати.

Очень хотелось Гермесу попробовать мяса от жертвы.

Хоть и бессмертен он был, раздражал его ноздри призывно

Запах приятный. Но дух его твердый ему не позволил

Жертвенной шеи попробовать как ни тянуло.

Здесь Гермес демонстрирует свою божественную сущность, которая не отождествлена с приобретаемыми объектами.

Принесенная жертва предназначена для установления новых связей и взаимоотношений, в данном случае с Аполлоном, и обозначения своего места в Олимпийском пантеоне богов. Когда взбешенный Аполлон пришел в пещеру, в которой родился Гермес, он устроил обыск, перевернув все вверх дном, но не обнаружив коров, стал угрожать Гермесу

Мальчик! Ты! В колыбели! Показывай, где тут коровы?

Живо! Не то мы с тобою неладно расстанемся нынче!

Ибо тебя ухвачу я и в Тартар туманный заброшу,  
В сумрак злосчастный и страшный, и на свет тебя не сумеют

Вывесть оттуда ни мать, ни отец твой великий.  
Будешь бродить под землю, погибших людей провожая.

В ответ Гермес дурачится, легко реагируя на гнев и угрозы Аполлона:

Видом твоих я коров не видал и слыхом не слышал.

И указать бы не мог, и награды не взял бы за это.  
Я ли похож на коров похитителя, мощного мужа?  
Нет мне до этого дела, совсем я другим озабочен:  
Сон у меня на уме, молоко материнское – вот что.  
Мысли мои – о пеленках на плечи, о ванночке теплой.

Кто бы нас не услышал, чего ради спор происходит.

Право, великое было бы то меж бессмертными  
 чудо,  
 Если бы новорожденный ребенок да выскочил за  
 дверь,  
 Чтобы коров воровать. Несуразную вещь говоришь  
 ты!  
 Я лишь вчера родился, ноги нежны, земля  
 камениста.  
 Хочешь, великою клятвой – отца головой  
 поклянуся,  
 Что и ни сам я ничем в этом деле ничуть  
 неповинен,  
 И не видал никого, кто украл. Да притом и не знаю,  
 Что за коровы бывают, одно только имя их слышал

Здесь Гермес предстает как трикстер и обманщик, потому что лиминальность в том числе нарушает и стирает границы установленных запретов, правил, обычаев. Тирада Гермеса насмешила Аполлона, и ввела в добродушное состояние, но тем не менее он строго ответил:

Черной ночи товарищ, вставай, покидай  
 колыбельку!  
 Почесть же эту, мой друг, и потом меж богов ты  
 получишь,  
 Будешь главою воров называться во вечные веки.

Аполлон повел новорожденного бога на суд к Зевсу перед всем собранием богов. По дороге Гермес продолжал дурачиться, громко портя воздух. Встав перед коленями Зевса, Аполлон объявил свою обиду. Гермес в ответ на обвинения ответил:

Зевс, мой родитель, всю правду как есть, от меня ты  
 услышишь!  
 Правдолюбив я, честен душою и лгать не умею.  
 Только что солнышко нынче взошло, как приходит  
 вот этот  
 В дом наш и ищет каких-то коров, и притом не  
 приводит  
 Вместе с собой ни свидетелей, ни понятых из  
 бессмертных.  
 Дать указанья приказывал мне с принуждением  
 великим,  
 И многократно грозился швырнуть меня в Тартар  
 широкий.

В этих строчках так и слышится шум агоры, рыночной площади в древнегреческом городе, месте общегражданских собраний, судебных разбирательств и административного управления.

Выслушав отпирания Гермеса, Зевс расхохотался, и велел вернуть коров Аполлону. Дело закончилось тем, что Гермес подарил Аполлону свою собственноручно изготовленную лиру, предварительно исполнив на ней славословия в честь богов:

И очень легко, как желал, успокоил  
 Сердце он сына Лето многославной, царя-  
 Дальновержца  
 Как тот ни был могуч. Положивши на левую руку  
 Плектром испробовал струны одну за другою. Кифара  
 Звук под рукою гудящий дала. Аполлон засмеялся,  
 Радуясь, в душу владыки с божественной силой  
 проникли

Эти прелестные звуки. И всею душою он слушал,  
 Сладким объятый желаньем. На лире приятно играя,  
 Смело сын Майи по левую руку стоял Аполлона.  
 Вскоре, прервавши молчанье, под звонкие струнные  
 звуки,  
 Начал он петь, и прелестный за лирою следовал голос.

Выступление Гермеса поразило Аполлона:

Что за искусство? Откуда забвенья забот с ним  
 приходит?  
 Как научиться ему? Три вещи дает оно сразу:  
 Светлую радость духа, любовь, и сон благодатный

Игра на лире и пение Гермеса произвели мгновенную  
 трансформацию в чувствах Аполлона:

Неукротимой любовью душа разгорелась Феба.

Он тут же простил кражу, и пообещал Гермесу дружбу,  
 покровительство, богатые дары, славу и высокое место в  
 Олимпийском пантеоне в обмен на лиру.

Сопровождаю и сам я божественных Муз  
 олимпийских,

Дело же их - хороводы, и песенный строй знаменитый,  
 Пышно цветущие песни и страстные флейт переливы  
 Но никогда ни к чему еще сердце мое не лежало  
 Больше, чем к этим деяньям искусным, явленным

тобою

Подарив Аполлону лиру, Гермес тем самым выявил  
 внутреннюю суть Аполлона, скрытую от него самого. Аполлон  
 оценил искусство игры на этом инструменте как «богогласное», и  
 поставил его выше искусства Муз, находившихся под его  
 покровительством. Гермес пообещал, что лира в руках Аполлона  
 будет «говорить обо всем хорошо и разумно». В этом сюжете  
 Гермес предстает как гений коммуникации благодаря функции  
 лиминальности. Свойства созданной им лиры (а греческие боги  
 умели создавать предметы, которые символизировали  
 функциональное предназначение того или иного бога, и потом  
 дарили их друг другу, устанавливая тем самым особые отношения  
 между собой) вызывать возвышенность духа, любовь, и  
 благодатный сон, были предназначены для того, чтобы создавать  
 особую атмосферу доверия и катарсиса на пирах, которые были  
 главным способом культурного времяпровождения греков и их  
 богов. Пребывание людей в атмосфере дружбы и возвышенности  
 породило у древних греков поговорку, описывающую это  
 состояние: «Гермес между нами».

Дружба была скреплена и подарками со стороны Аполлона.  
 Первым делом Аполлон подарил Гермесу своих коров и  
 «блистающий бич». Функции божественного пастушества обоих  
 богов говорят об их древнем происхождении. Подарив бич,  
 Аполлон отдал под управление Гермеса и диких, и домашних  
 животных:

Четвероногие все да пребудут под властью Гермеса!

Архаическая пастушья функция тесно связанная с темой  
 плодородия, стихийных сил земли, являлась вторичной для  
 Гермеса, и была делегирована им своему сыну Пану, козлоногому  
 божеству стад, лесов и полей. Близость Гермеса к миру мертвых

проявилась в Пане хтоническими чертами. Он наводил на людей панический (беспричинный) страх, наводил ужас на противников богов во время битв, помогая самому Зевсу, был судьей на пастушеских состязаниях. Но если природа и люди боялись Пана, то боги, давшие ему это имя, означавшее «понравившийся всем», веселились в его присутствии. Пан сам ценил вино и веселье, и к тому же, как божество плодородия с ярко выраженным эротическим началом, постоянно домогался и преследовал нимф.

Второй подарок Аполлона – золотой жезл, кадуцей, символ торговли и благосостояния, коммуникативной, трансформационной и посреднической сути Гермеса, а также его функций психопомпа, наводящего сон на человека, прикасаясь кадуцеем к его глазам, и проводника умерших душ. Аполлон утвердил за Гермесом власть быть посредником между миром живых и мертвых:

Быть лишь ему одному посланным безупречным к Аиду.

Кадуцей воплотил в себе все механизмы лиминальности:

Превосходным будешь посредником ты у меня меж людьми и богами.

Веры достойным моей и почтенным. Поздней тебе дам я  
Посох прекрасный богатства и счастья – трилистный, из  
злата.

Будет повсюду тебя этот посох хранить невредимым,  
Все указуя дороги к хорошим словам и деяньям,  
Сколько бы я их ни знал по внушению вещему Зевса

Впоследствии Гермес украсил кадуцей двумя переплетенными змеями. Увидев однажды двух борющихся змей,

он поставил кадуцей между ними, чтобы испытать его силу, и змеи навеки оплели кадуцей, став символом лиминального напряжения. Договор дружбы между Аполлоном и Гермесом был скреплен также взаимными клятвами не пересекать функциональные границы друг друга. Мир Аполлона – сфера чистого разума, идей, творческого вдохновения, науки, рациональности, остался свободен от влияния лиминального. Гермес дал клятву Аполлону

Не воровать ничего из имущества Феба,  
Не приближаться и к прочным палатам его. И ответно  
Клятву в союзе и дружбе принес Аполлон  
дальнострельный

В том, что милее не будет ему ни один из бессмертных,  
Ни человек, от Кронида рожденный, ни бог.

Так же Аполлон отклонил просьбу Гермеса о получении дара прорицания от Зевса. Аполлон оставался единственным богом, извещавшим волю Зевса через своих оракулов, единственным, кто имел доступ к уму и помыслам верховного олимпийца. Обозначив свои функциональные позиции относительно друг друга, боги

На многоснежный Олимп возвратились, в собрание  
бессмертных,

Лирою тешась. И радость взяла промыслителя-Зевса.  
Дружбу меж ними возжег он. И с этого времени крепко  
И нерушимо навеки Гермес возлюбил Летоида.

Союз Аполлона и Гермеса говорит о внутреннем и непротиворечивом психологическом родстве сакрального и профанного, об их близости и взаимозависимости, несмотря на

кажущуюся дистанцированность. Теперь для Аполлона Гермес - «златожезленный брат», в «богах божество-благодает». Многомерное «вращение» Гермеса обеспечивало связь между сакральным и профанным:

Дело имеет Гермес и с людьми, и со всеми богами.

Дальнейшее развитие лиминальных функций Гермеса эволюционировало в образе Гермеса Трисмегиста, трижды величайшего. Это синкретическое божество, в котором слились греческий Гермес и египетский Тот, стало богом мудрости, астрологии, магии, алхимии, подарившем людям письменность и науку чисел. Ему приписывается авторство Изумрудной скрижали, корпуса герметических текстов С раннего Средневековья вплоть до Нового Времени Гермес Трисмегист оставался богом алхимических трансформаций, владыкой философского камня. По убеждению алхимиков, в Изумрудной скрижали был зашифрован рецепт Великого Делания, ведущего к обладанию философским камнем, с помощью которого можно превращать металлы в золото, а также получить доступ к бессмертию.

Образ Гермеса с ягненком на плечах проник также и в христианскую иконографию как образ «пастыря доброго».

Еще одна лиминальная ипостась Гермеса проявилась в его сыне Гермафродите, матерью которого была Афродита. Миф гласит, что однажды юноша купался в источнике, и нимфа этого источника по имени Салмакида страстно влюбилась в юношу, но не получила взаимности. Тогда боги по мольбе нимфы соединили ее с Гермафродитом в одно двуполое существо. Интересно, что на уровне сознательной рефлексии нимфа получила отказ во взаимности, но бессознательное содержимое оказалось гораздо могущественней. Вода, как символ бессознательного, отразила

внутреннюю лиминальность сына Гермеса и Афродиты; присутствие в нем двух сил, которые стремились проявиться и соединиться. Эта архетипическая лиминальная фигура может внести некоторую ясность в понимание современных практик хирургической смены пола, принявших характер поветрия, а также в понимание таких распространившихся гендерных нарушений как транссексуальность, трансгендерность, бисексуальность, и примыкающих к ним ЛГБТ сообществ.

Архетипы обладают нуминозной мощью. Numen (лат.) – это божество, и его воля. Оно проявляется в бессознательном человека как сила, которой невозможно противостоять. Термин ввел в научный оборот немецкий теолог Рудольф Отто для определения и описания религиозных переживаний, Юнг далее использовал понятие нуминозного как проявление мощи архетипов в психике человека. Нуминозное переживание включает в себя лиминальность и проявляет себя через механизмы лиминального. Оно всегда несет в себе ядро скрытого смысла, нередко в паталогической форме. «Вращение» Гермеса в бессознательном ведет к таким переживаниям.

В наш информационный век вездесущность Гермеса, по мнению Дэвиса Эрика, автора книги о мифах техногнозиса, проявляется как глобальная сила: «Гермес олицетворяет еще и социальную часть психики, язык и коммуникацию. Он летает, «летучий как мысль», как образ бодрствующего сознания с его беспрестанно возникающими планами и импульсами, пробегающими по синапсам, с его болтовней и речевой перегрузкой. Гермес демонстрирует, что индивидуальное сознание не остров, а узел в тугом электрическом сплетении слов, образов, звуков и сигналов. Гермес повелевает вневременным миром информационного обмена...Гермес воплощает миф информационного века не просто потому, что он господин всякой

коммуникации, но потому, что он также покровитель technē. Это греческое слово означает искусность, или умение...Гермес-посланник помогает нам проследить могущественную архетипическую связь между магией, трюком и технологией» (10).

Неизменяемая, вечно юная архетипическая сущность Гермеса покровительствует сегодня Интернету, который вполне можно назвать его сетевым воплощением, манипуляциям массовым сознанием со стороны СМИ, и глобальной коррупции всех управленческих институтов мира. Гермес стал богом Экономики и она обрела черты трикстера, а его лиминальные функции востребованы как никогда.

Кадуцей Гермеса присутствует в геральдическом оформлении государственных служб нашей страны – Федеральной таможенной службы РФ, Федеральной налоговой службы РФ, Федерального фонда обязательного медицинского страхования. Гермес встречает и провожает путешественников на Московском вокзале Санкт-Петербурга, этом современном перекрестке всех дорог, а перекресток - место неизменного присутствия славного бога. Его статуя благословляет спешащих своим кадуцеем из ниш огромного, растянувшегося на полкилометра, нового торгового центра «Галерея», вход в который расположен рядом со входом-выходом вокзала.

Торговый центр – вот подлинный храм нашего времени! Он залит светом, устлан роскошными коврами из разноцветного камня, его высокие своды напоминают своды готических соборов, он устроен так, чтобы в нем можно было провести всю жизнь, отдав ему все силы и желания. О, Гермес! Ты владыка удачи, счастливых лотерейных билетов, процентных ставок, индексов ММБ и валютных курсов,

Ибо в удел тебе Зевсом дано всевозможные мены

Производить между смертных людей на земле  
многодарной

В заключение можно сказать, что лиминальные функции Гермеса столь обширны, что каждая из них достойна отдельного исследования. В частности, крайне интересным представляется вопрос о том, почему древнегреческий ум соединил в одном божестве сферы активной социальной коммуникации, экономическую деятельность, трикстерность, с чисто психическими, тесно связанными с глубинными уровнями бессознательного, такими, как сон и смерть.

#### Литература

1. Арнольд ван Геннеп. Обряды перехода. Систематическое изучение обрядов/ Пер. с франц.- М.: Издательская фирма «Восточная литература» РАН, 1999.- 198 с. (Этнографическая библиотека).

Ратиани Ирма. Теория лиминальности. Проблема антропологии и современного литературоведения // сб. Литература в диалоге культур.- Ростов-на-Дону, 2008. С.195-199

2. Тернер Виктор. Символ и ритуал. Глава 3. М.: Главная редакция восточной литературы. издательства «Наука», 1983.- 277 с.

3. Стайн Мюррей. В середине жизни. Юнгианский подход. Юнгианская психология. Издательство Копито-Центр, 2009. – 285 с.

<http://proflib.com/chtenie/81809/myurrey-stayn-v-seredine-zhizni-yungianskiy-podkhod-3.php>

4. Стайн Мюррей Там же

[http://rumagic.com/ru\\_zar/sci\\_philosophy/stayn/0/j2.html](http://rumagic.com/ru_zar/sci_philosophy/stayn/0/j2.html)

5. Кереньи Карл. Дионис. Прообраз неиссякаемой жизни: Пер.с нем. М.: Издательство Ладомир, 2007. – 319 с.
6. Жуков Дмитрий. Биология поведения богов и героев Древней Греции. С 73 – СПб: «Издательство Крига», 2015. – 248 с., 174 илл.
- 7 Гомер. Гомеровы гимны. Гимн XX. К Гефесту. Перевод с древнегреческого В.В. Вересаева.  
<http://ancientrome.ru/antlitr/homer/hymn/hephaest.htm>
8. Гомер. Гомеровы гимны. Гимн 1. К Аполлону Делосскому  
<http://ancientrome.ru/antlitr/homer/hymn/delos.html>
9. Гомер. Гомеровы гимны. Гимн III. К Гермесу.  
<http://ancientrome.ru/antlitr/homer/hymn/hermes.html>
10. Эрик Дэвис. Техногнозис: миф, магия и мистицизм в информационную эпоху. Издательство Ультра. Культура. 2008. – 480 с.  
[http://royallib.com/book/devis\\_erik/tehnognozis\\_mif\\_magiya\\_i\\_mistitsizm\\_v\\_informatsionnyu\\_epohu.html](http://royallib.com/book/devis_erik/tehnognozis_mif_magiya_i_mistitsizm_v_informatsionnyu_epohu.html)

**Курис И.В. , БПА  
Санкт-Петербург**

### **Архетипические соответствия в трансперсональной ментально-двигательной практике**

*(проект: Йога-Данс: диалог между телом и духом).*

#### **Аннотация.**

Предлагаемое сообщение представляет собой результат эмпирического опыта многолетней работы с экспериментальной группой Биоэнергопластика или Йога-Данс. Рассматривается содержание основных понятий; представлены авторские схематические рисунки (1-6, 9,10) и таблицы (3-4), их интегральность, взаимодействие и соответствия, проявляющиеся через работу с символом, как проявлением архетипа.

**Ключевые слова:** архетип, трансперсональная психология и транс-персональная, психотелесная (ментально-двигательная) практика Йога-Данс (Биоэнергопластика).

Понятие архетипа является одним из краеугольных камней трансперсональной психологии (ТПП). Фамилии З. Фрейда, К.Юнга, М. Элиаде и др. у всех на слуху (14, 15, 16). Это объясняется рядом факторов, присущим обоим понятиям, о чем будет речь ниже.

**Архетип** (от греческого *arhetypon*, *arhe* – начало и *typos* – образ) – ключевое понятие аналитической психологии Юнга. Главный вклад Юнга в культурологию состоит в том, что он вводит в научный оборот понятие коллективного бессознательного наряду с индивидуальным бессознательным и сознательными процессами. Под коллективным бессознательным К.Г. Юнг понимал «разум наших предков, способ, которым они постигали жизнь и мир, богов и человеческие существа». (Рис.1).

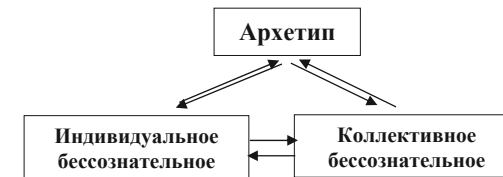


Рис.1

В своих работах К.Г. Юнг обосновывает положение об изначальных культурных истоках бессознательного, первичными формами которого выступают архетипы. *Архетипы* – это врожденные программы, универсальные образы поведения, символические образы, на основе которых формируются человеческое восприятие, мышление, воображение. Коллективное бессознательное в концентрированном виде зафиксировано в мифологии, народном эпосе, религиозных верованиях и обнаруживает себя в сознании индивида в виде эмоций и некоторых других психических явлениях, а также через



сновидения, художественное творчество. То есть, выходит на поверхность, направляя действия человека в определенное русло; Это и составляет юнгианский принцип целостности психики и личности (1, 17, 18), (Рис.2).

Одним из способов проявления архетипа является символ. Он же выступает в качестве инструмента передачи Знания. Именно поэтому, нам близка идея В.Налимова, в которой интеграция индивидуального и коллективного сознания рассматривается, как единое пространство Знания, которое вбирает в себя и культуру, и традиции, и тот духовный фон, без которого невозможно говорить о развитии личности, как глубокой внутренней практике – практике пребывания в расширенных состояниях сознания. (Цит. по статье Ж.Дрогалиной «В.В. Налимов и трансперсональная психология») (8, 10). На основе работы с символом, как одним из главных носителей Вселенского Знания, которое постигается и воспринимается на уровне внерационального Знания, выявлены архетипические соответствия, между различными составляющими трансперсональных практик. Они позволяют индуцировать глубокие трансперсональные переживания мистического и трансцендентного характера, способствующие позитивным личностным изменениям, личностному росту и самопознанию, расширяют практические возможности трансперсональной психотерапии в целом.

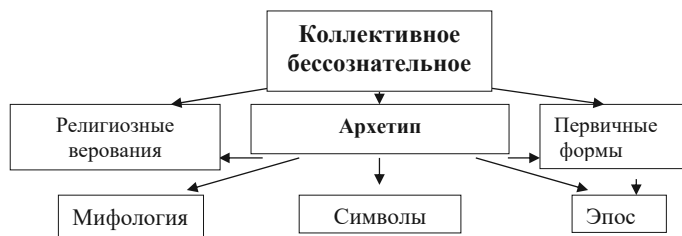


Рис.2 Круг понятий, связанных с архетипом

С позиции современной парадигмы, в основе которой лежит принцип целостности всех процессов, происходящих во Вселенной, мы можем в дополнение предложить определение *архетипа как энергоинформационного образования, проявляющегося в различных символах, имеющих как содержательную (информационную), так и количественную (энергетическую) характеристики* (Рис.3).

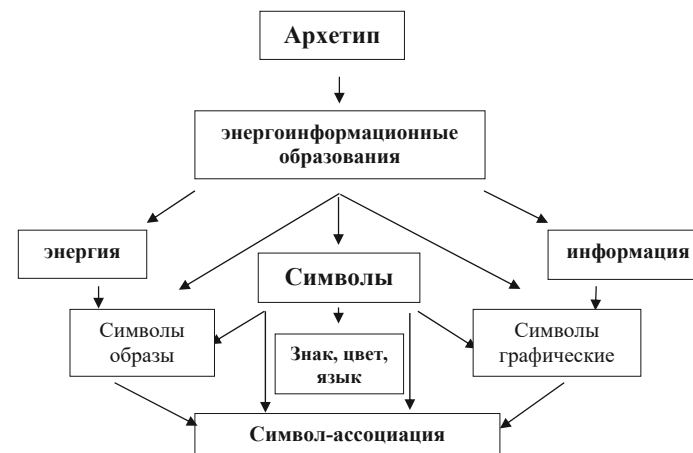
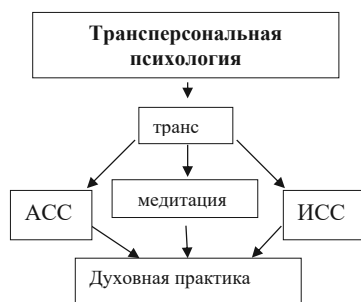


Рис. 3. Архетип как энергоинформационное образование

**Трансперсональная психология** – современное направление психологии, которое, изучает измененные состояния сознания (ИСС) расширенные и альтернативные (РСС, АСС), как **результат осознанной деятельности человека**. Само понятие «трансперсональное» происходит от латинских «транс» что означает «сквозь» и «через» и «персона» - «маска» и подразумевает выход за пределы обыденности – «сквозь, по ту сторону маски». Именно в этих состояниях каждый из нас может получить только свой неповторимый и не похожий (как нам кажется), на других опыт. Это опыт постижения мира, себя, опыт

мистический, опыт духовный. Понятие «**трансперсональное**» связано с «измененным состоянием сознания» и подразумевает работу в трансовых состояниях, как составляющую и результирующую трансперсональных практик (рис.4). В трансперсональной психологии, как правило, речь идет об осознанных практиках выхода в транс, в отличие, от наведенных, вызванных внешними воздействиями, а также сверхвысокими нагрузками, гипоксией и т.д. (2, 5, 6).

Одной из важных составляющих ТПП является **понятие индивидуации** (К. Г. Юнг, 1994), (18), которое предполагает совокупность психического, физического и духовного здоровья, наличие опоры, как основы **психической целостности** (рис.5).



**Рис. 4. Круг понятий трансперсональной психологии**



**Рис.5. Концепция принципа целостности**

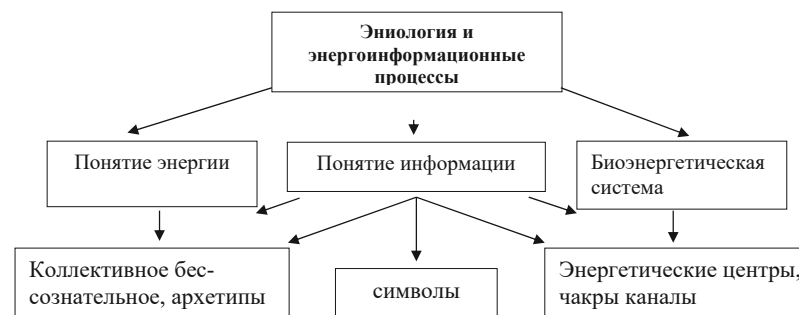
Её отсутствие порождает внутренний конфликт, который обуславливает психические и психосоматические заболевания. Психическая целостность, в свою очередь, невозможна без интеграции различных областей психики, на состояние которых

активно влияет трансперсональная ментально-двигательная деятельность (она же психодвигательная, или психотелесная).

Трансперсональные психотехнологии, и в особенности измененное состояние сознания (ИСС) невозможно исследовать без понимания энгерго-информационного аспекта этой практики. Мы опираемся на факт наличия энергоинформационного поля (ЭИП), его взаимодействия с энерго-информационной структурой человека через соответствующие центры, которые в индуистской традиции называются чакры (рис.6).

Сравнение обоих понятий «Архетип» и «Трансперсональная психология» позволяет сразу выделить общее:

- Коллективное бессознательное,
- Взаимодействие с Пространством
- Архетипы
- Мифы и символы
- Понятие энергии
- Понятие информации.



**Рис.6. Круг понятий, связанных с энергоинформационными процессами**

На самом деле пересечений значительно больше, но и то, что лежит на поверхности позволяет провести между ними соответствия.

ТПП - это целый пласт знаний, имеющий, на наш взгляд, ряд особенностей. Речь идет об особом виде Знания (внерациональном, иррациональном, метафизическом, нередко проявляющимся через архетипы и архетипические образы). Эти техники и методики позволяют индуцировать глубокие трансперсональные переживания мистического и трансцендентного характера, способствующие позитивным личностным изменениям, личностному росту и самопознанию. Они расширяют практические возможности ТПП и трансперсональной психотерапии в целом.

Личность в целом, или душа, как называет ее Юнг, состоит из нескольких дифференцированных, но взаимосвязанных систем. Наиболее важные: *эго*, *личное бессознательное* и его *комплексы*, *коллективное бессознательное* и его *архетипы*: «*Эго*», «*Персона*», «*Тень*» «*Анима*» и «*Анимус*», «*Мать*»-«*Отец*» «*Кора*», «*Дух*», «*Ребёнок*», «*Мана-личность*» и «*Самость*» (Табл.1).

Самость представляет собой сердцевину личности, вокруг которой организованы и объединены все другие элементы. Когда достигнута интеграция всех аспектов души, человек ощущает единство, гармонию и целостность. Таким образом, в понимании Юнга развитие *самости* — это главная цель человеческой жизни. (17, 18). В ТПП она соответствует психической индивидуации, включающей психическое, физическое и духовное здоровье.

Табл.1

## Архетип и его Содержание

Архетип	Содержание
« <i>Эго</i> »	субъект сознания, включает в себя память, волю, действия, всё, что относится к сознанию.
« <i>Персона</i> » « <i>Персона</i> »	функциональный комплекс, необходимый для адаптации человека во внешнем мире, представляет собой социальную роль, «маску», которую человек надевает в ответ на требования окружающего мира. « <i>Персона</i> » соотносится с понятием «личность» в классической Российской психологии.

« <i>Тень</i> »	содержит в себе всё, что человек отрицает в себе и, приписывая их другим людям, раздражается; негативные качества, которые не принимаются в обществе; однако, К.Г. Юнг подчёркивает, что « <i>Тень</i> » также представляет собой необходимую человеку здоровую инстинктивность.
« <i>Анима</i> »	бессознательная женская сущность мужчины. В своём положительном проявлении она позволяет мужчине развивать свою эмоциональную сферу, вступать в отношения с другими людьми, постигать природу женщины, развивает эстетический вкус, историзм; а в негативном – делает мужчину капризным, ревнивым, желчным, окружает его низменными людьми. « <i>Анима</i> » проецируется на женщин, с которыми мужчина вступает в эмоциональные отношения.
« <i>Анимус</i> »	бессознательная мужская сущность женщины. В своём положительном проявлении данный архетип делает женщину инициативной, стремящейся к знаниям, к реализации себя; в негативном - становится «священным убеждением», которое не учитывает индивидуальности женщины и регулирует её жизнь, заменяет сознательное рассуждение, заставляет женщину спорить, не приводя аргументов.
« <i>Мать</i> »	содержит одновременно всё, что относится, с одной стороны, к плодородным, магическим, таинственным, духовным, а с другой, к мрачным, отравляющим, опасным аспектам женско-материнского мира. Архетип « <i>Мать</i> » у женщин становится символическим только в ходе взросления женщины, в то время как у мужчин он связан с архетипом « <i>Анима</i> » и изначально идеализируется.
« <i>Кора</i> »	обозначает возрождение и является частью « <i>Анимы</i> » мужчины и составляющей частью верховной личности (« <i>Великой Матери</i> ») женщины.
« <i>Дух</i> »	обозначает мудрость, помогающая человеку найти выход из неразрешимой для сознания конфликтной ситуации; связан с отцовским комплексом и в положительном аспекте делает мужчину набожным, а женщину стремящейся к духовному развитию.

«Ребёнок»	является потенциальным развитием сущности человека, появляется в начале индивидуации, предвосхищая «Самость».
«Мана-личность»	представляет собой сверхъестественную силу и колдовские способности. В жизни он проявляется в качестве повышенного стремления или знания. У мужчин данный архетип представлен образом сильного мужчины, у женщин – Великой матери. Его осознание ведёт человека к «Самости».
«Самость»	целостный спектр психических явлений и выражает единство личности как целого. Как центральный архетип целостности человека, «Самость» включает в себя сознательные и бессознательные аспекты и все архетипы, представляя собой конечную цель индивидуации и регулирующий данный процесс центр всей личности

Понятиями «архетип» и «архетипический образ» пользовались К. Кереньи, М. Элиаде, Дж. Кэмпбелл и другие исследователи религии и мифологии. Давая максимально широкое понятие символа как "чувственное воплощение идеального", – Э. Кассирер в своём главном труде «**Философия символических форм**» (1923-1929) – обозначает как символическое всякое восприятие реальности с помощью знаков. Это позволяет ему систематизировать на основе единого принципа все многообразие культурных форм, т.е. понять культуру как целое (4,5,6). Этот подход очень близок к трансперсональному.

Архетип сам непосредственно никогда не может достичь сознания, но только опосредовано, с помощью символов. Именно через них архетипы находят свое отражение в научном и художественном творчестве людей. Архетипические образы обнаруживают себя через определенные символы в сновидениях («непроизвольных спонтанных продуктах бессознательной психики»), в фантазиях художественного и научного творчества, в иллюзиях и состояниях транса, в том числе, при расстройствах психики, (которые нередко присущи творческим натурам) (13, 14).

Юнг различает два типа художественного творчества в соответствии с разделением индивидуального и коллективного

бессознательного: **психо-логическое и визионерское.** Психологическое творчество основано на функционировании индивидуального бессознательного и отражает личностный опыт художника. Юнг низко оценивает результаты такой творческой деятельности. Визионерское же творчество – это «дар творческого» огня, присущий избранным людям, поскольку в нем решающую роль играет коллективное бессознательное, а это значит, что в процессе этого вида творчества через художника говорит весь совокупный опыт человечества, проявленный через символы - архетипы. Выходу на эти символы способствуют трансовые состояния. Понимание какой-либо символики – это погружение в культуру, в информацию, в профессию и т.д. То есть это погружение в Знание на уровне подкорки (11, 12, 17).

В своей работе «К вопросу о подсознании» (К.Г. Юнг, 1994) различает два вида символов: **«естественные» символы и «привнесенные культурой».** Первые возникают из подсознательного содержимого психики и представляют собой бесчисленные вариации основных архетипических (символических образов). Во многих случаях можно проследить их развитие вплоть до пракорней... С другой стороны, символы культуры обычно использовались для выражения «вечных истин» и до сих пор используются подобным образом во многих религиях. Пройдя через множество превращений и даже через долгий этап более или менее сознательной лепки, они стали коллективными образами, принятыми цивилизацией» - архетипами (1995, 1997). Примеры представлены в Табл.2.

Табл.2

Таблица соответствий между архетипами и руническими символами

Архетип-Символ	Определение	Графический рунический символ-архетип
<b>Анима:</b> Женщина, Дева Мария Мона Лиза	Бессознательная женская сторона личности мужчины	Беркана Лагуз
<b>Анимус:</b> Мужчина Иисус Христос Дон Жуан Герой	Бессознательная мужская сторона личности женщины	Альгиз Тюр
<b>Персона:</b> Маска	Социальная роль человека, проистекающая из общественных ожиданий и обучения в раннем возрасте	Перт
<b>Тень:</b> Сатана, Гитлер,	Бессознательная противоположность того, что индивид настойчиво утверждает в сознании	Перевернутый Манназ
<b>Самость:</b> Мандала	Воплощение целостности и гармонии, регулирующий центр личности	Ингуз, Гебо <b>мандала</b> и ее разновидности абстрактный круг, нимб святого, окно-розетка

<b>Мудрец:</b> Пророк	Персонификация жизненной мудрости и зрелости	Ансуз, Манназ
<b>Бог:</b> Солнечное око	Конечная реализация психической реальности, спроецированной на внешний мир	Ансуз, Соул, Эйваз

Они основаны на результатах многолетнего эксперимента занятиями Йога-Данс. Приведение представленных соответствий является результатом многолетних занятий авторской трансперсональной оздоровительно-развивающей технологией Йога-Данс или Биоэнергопластикой, в которых руническая практика является составной частью (табл.2).

Это экспериментальная авторская технология психотелесной работы с энергией, в которой обобщается опыт использования эзотерических знаний, преломленный через призму свободной релаксационной пластики. В этом процессе происходит взаимодействие энергий нескольких типов: энергии движения; энергии намерения: энергии рисунка и т.д. В её содержание входят:

- Ментально-двигательная практика йоги, а именно: упражнения, обучающие релаксации и оказывающие активное воздействие на психо-эмоциональную сферу, то есть развивающие и регуляционные;
- Специфическая двигательную деятельность, а именно йогический медитативный танец и спонтанное движение с применением мудр и хаст, способствующую расширению границ осознанности и выходу в трансовые состояния.
- Психотелесная деятельность в изменённых состояниях сознания.

Анализ основных рисунков, или универсальных графических символов, широко известных во всех мировых культурах, позволил

выделить из громадного числа шесть главных, которые непосредственно связаны как с энергетическими центрами, так и с их психо-эмоциональным воздействием. Так, например, один из самых «рабочих» рисунков - «**круг**» - символизирует красоту и силу, исходящую из чувства единения. Вспомним круговые танцы, желание посидеть в кругу. Ощущение силы исходит также из осознания силы Солнца, силы Земли и т.д. Примеров и ассоциаций можно приводить очень много. (Н.Дуглас и П.Слингер, 1998; Мэнли П. Холл, 1993; А.Голан, 1993;). «**Прямой крест**» символизирует силу и защиту; «**Андреевский крест**» - гармонию между мужским и женским началом и защиту, исходящую из чувства гармонии. «**Треугольник**» – символ равновесия. Это, прежде всего, связано с психо-эмоциональной сферой. Рисование этих символов в процессе выполнения даже самого простого движения оказывают соответствующий эффект и на человека, и на окружающее пространство. Многие из этих символов использовались с древних времен в системах психофизической подготовки. Например, треугольник – в йоге - «Триконасана», (Б.К.С. Айенгар, 1992, 1998; М.Бхандари, 1986 и др.); круг и его производные – восьмерки, практически во все системах восточных единоборств; прямая линия – это основа работы над осанкой (Г.Адамович, 2000; Н.И. Кудряшов, 1997; И.В. Курис, 1996, Т.Эндрюс, 1996 и др.). Круги (в том числе, повороты вокруг себя) являются основой суфийских вращений. С них начинаются широко известные тибетские упражнения, описанные П.Кэлдером (2003) (4, 5, 6).

Все сказанное позволяет утверждать, что работа с символами в Йога-Данс (Биоэнергопластике) является одновременно проработкой архетипов как индивидуума, так и группы в целом. Графические символы пронизывают Йога-Данс по вертикали и горизонтали. Это исходит из её содержания, в которую входят:

практика йоги (асаны и ментально-медитативная работа), **мудры и хасты** для одной и обеих рук, как специфические виды практики йоги, а так же использование древних графических символов – **рун** (Рис.7).

В таблице 3 представлены варианты работы с базовыми архетипами Природы в Биоэнергопластике.

Мудры и хасты – особые фиксированные положения пальцев рук и кистей. (более подробно см. книги автора: «Мудры и хасты в нашей жизни»)(4).

Руны, как древнее эзотерическое Западно-Европейское знание, относящееся к традиции древних друидов, скандинавов и германцев представляют собой графемы (рис.7, 8), которые можно прорисовывать посредством движения тела и отдельных его частей. Рунические символы рассматриваются специалистами как архетипические, с чем трудно не согласиться *Архетип является цельной, амбивалентной структурой, имеет позитивный и негативный аспекты. Односторонний образ (к примеру, обладающий только светлой или только темной стороной) не может быть архетипом. Однако, как мы знаем, руны являются как раз амбивалентными (двойственными) структурами, имеющими как положительный, так и отрицательный аспекты.* (18,19).

В таблице 3 мы предлагаем соответствия между архетипами и рунами, которые предложены неизвестным автором, опирающимся на работы В. Косарева, а так же обобщенными результатами авторских разработок на основе Йога-Данс.

Табл. 3

## Варианты интегральной работы с архетипами Природы

Архетип Природы	Руна	Энерг. центр	Тип упр.	Хасты
Земля	Йеро, Уруз Вуньо, Беркана, Ингуз, Отал.	Муладхара	Силовые + хасты	Мусти
Вода	Лагуз, Перт Эйваз, Лагуз, Перт, Хагалаз, Иса.	Свадхистана	растягива ния+ хасты	Карката,
Огонь	Манас, Феу, Турисаз, Райдо, Каньо, Наутиз, Альгиз, Соулу,  Тейваз, Манназ.	Манипура	скручива ния+ хасты	Шива-Линга, Симкха Мукха
Воздух	Ансуз, Гебо, Эваз.	Анахата, Вишуддха	Тонко- скоордин ированны е	Алападма, Катакамукха, Ваджра-хаста, Шанкх

В контексте данного сообщения Й-Д можно рассматривать как:

- Психо-телесно-энергетическую практику, поскольку все виды психофизических упражнений находятся в прямом соответствии с биоэнергетической системой человека.
- Как трансперсональную практику, в которой все виды деятельности, структура занятий, построение движений и их последовательность направлены на моделирование измененных и расширенных состояний сознания в различных

режимах, способствующих расширению восприятия окружающего мира; расширению границ психофизической и психо-энергетической устойчивости.

Посредством двигательных действий Биоэнергопластика или Й-Д позволяет не только диагностировать свой архетип. Начнем с того, что понятие К.Юнга **коллективное бессознательное** имеет свое явное проявление в движениях тела. При этом мы можем совершенно четко дифференцировать его через базовые движения ритуалов, национальных танцев, или его ритмической структуры. Не говоря уже о звуковой основе: мелодии, пении и т.д. В то же время, нужно помнить о том, что двигательные действия, в свою очередь, способны оказывать не прямое воздействие на психофизическое состояние личности, что особенно ярко проявляется в спонтанном танце. Это позволяет **корректировать** через осознанное движение, как свой базовый архетип, так и архетип, доминирующий в данный конкретный момент времени. Исходя из присущего человеку базового архетипа, его двигательные действия, жесты - характеризуются индивидуальными особенностями. Например, для человека, имеющего лидерские качества (что близко архетипу «Герой») характерна свобода и раскованность движений, легкость невербальной коммуникации, прекрасная двигательная и пространственная координация. Ярко выраженный женский архетип (**anima**) характеризуется, как правило, пластичностью и гармоничностью движений и т.д. Соответственно, мужской (**animus**) – характеризуется более жестким графическим рисунком, силовым характером, возможно, некоторой агрессивностью и т.д. В индийской традиции это четко проявляется в понятии Ласья и Тандава, характеризующих, соответственно женское и мужское начало в танце.

Главная особенность работы с архетипом в психотелесной практике заключается в том, что в системе **движение-символ-архетип** понятие **Символ** в равной мере относится и к движению, и к архетипу. А к руническому символу – еще в большей степени. Таким образом, мы можем говорить об амбивалентности данной практики: то есть, осознанное движение может корректировать психофизическое состояние с одной стороны, а проявление базового и доминирующего архетипа в конкретный момент в движении и пластике позволяет корректно работать с ним, с другой.

В Биоэнергопластике или Й-Д как практике психофизической регуляции (ПФР) мы опираемся на авторскую систему, основанную на морфологической (строение тела) и психо-энергетической характеристиках, которые соответствуют астрологическим характеристикам с одной стороны, и собственно инструментарию, в котором, на основании этих данных определяются пропорции между типами упражнений, составляющих банк психофизических упражнений (ПФУ).

На основе рунических символов мы имеем возможность через психо-двигательные практики Й-Д подготовить наиболее комфортное пространство для осознанного выхода в транс. Это позволяет выходить в глубинное бессознательное и работать со своими субличностями, и ментально, и посредством двигательного действия.

Основным инструментарием, на который мы опирались, в данном случае являются **руны**, а так же **базовые пространственные (универсальные) символы Вселенной, необходимые для организации пространства при работе в трансовых состояниях**. Безопасность процесса обеспечивается работой с универсальными графическими символами, которые по

состоянию и содержанию соответствуют архетипам, связанным с балансом, Гармонией и Защитой.



**Рис.7. Базовые универсальные графические символы, используемые в биоэнергопластике.**



**Рис.8. Некоторые рунические символы, используемые в биоэнергопластике**

Это объясняется тем, что характер линии движения тела и пространственный рисунок являются важнейшими характеристиками любого двигательного действия, независимого от уровня осознанности. В этом контексте знание об архетипах и возможность работы с ними в трансовых состояниях может открыть совершенно новые горизонты, как в групповой, так и в индивидуальной работе.

Из всего многообразия графических символов, на основе эмпирических данных, мы выделили несколько групп, имеющих универсальное значение и способствующих выстраиванию



внешнего и внутреннего полевого пространства. Эта работа может проходить в 3-х состояниях: статическом, динамическом и статико-динамическом. Каждое состояние имеет свою внутреннюю дифференциацию.

### 1. Статическое (имеется в виду статическое положение тела):

- пассивное восприятие различных видов искусства (визуальное, слуховое, ментальное)
- активное действие: созидательная творческая деятельность (в том числе, визуализация)
- созерцательное – ментальная практика:
- пассивная - на самонаблюдение;
- созерцательно-активная - на представление.

Объектами концентрации внимания (КВ) являются цвет и различные графические символы, в том числе, и рунические. Это особые знаки, имеющие сакральный смысл. (В настоящее время они широко используются в творчестве архитекторов, художников, дизайнеров и т.д.) Данные символы, особенно те, которые относятся к универсальным, выстраивают особое пространство. Оно способствует выходу в транс со всеми вытекающими отсюда последствиями. С помощью картин-символов мы можем создавать внутреннее и внешнее полевое пространство, которое способно влиять на психо-эмоциональное состояние человека на уровне подсознания.

2. Динамическое состояние предполагает в данном случае релаксационное движение в системе «Биоэнергопластика» (Йога-Данс), которая является интегральной трансперсональной практикой и основана на символике изначально. Посредством движений тела, построение и рисунок которых исходят из графических знаков и соответствующих ему психофизических и биоэнергетических качеств, создается новая сложная многоуровневая пространственная структура.

3. Статико-динамическое состояние – это совокупность 2-х состояний: статическое-расслабленное (*пассивное*) имеется в виду активная ментальная практика; и статическое-расслабленное (*активное*): статико-динамическое – базовая статическая поза + движения, относящиеся к тонкой моторике и или работа с соответствующими звуками.

Развитие геометрических очертаний привело к возникновению символов, которые стали одновременно универсальными и специфическими средствами выражения определенных понятий (М. Холл, 1992, М. Элиаде, 1998, Энциклопедия Тантры, 1997). К. Юнг в своих работах пользуется словом «архетип» для обозначения тех универсальных символов, которые обладают наибольшим постоянством и действенностью, максимальным потенциалом для эволюции в направлении от низшего к высшему. В работе «О психической энергии» Юнг конкретно называет это: «психологическим механизмом, преобразующим энергию в символ» (К.Г. Юнг, 1991)...

Они основаны на результатах многолетнего эксперимента занятиями Йога-Данс. Приведение представленных соответствий является результатом многолетних занятий авторской трансперсональной оздоровительно-развивающей технологией Йога-Данс или Биоэнергопластикой, в которых руническая практика является составной частью (табл.2).

Это экспериментальная авторская технология психотелесной работы с энергией, в которой обобщается опыт использования эзотерических знаний, преломленный через призму свободной релаксационной пластики. В этом процессе происходит взаимодействие энергий нескольких типов: энергии движения; энергии намерения; энергии рисунка и т.д. В её содержание входят:

- Ментально-двигательная практика йоги, а именно: упражнения, обучающие релаксации и оказывающие активное воздействие на

психо-эмоциональную сферу, то есть развивающие и регуляционные;

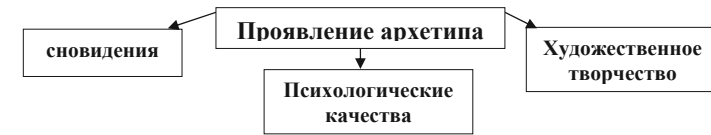
- Специфическая двигательную деятельность, а именно йогический медитативный танец и спонтанное движение с применением мудр и хаст, способствующую расширению границ осознанности и выходу в трансовые состояния.
- Психотелесная деятельность в изменённых состояниях сознания.

Они основаны на результатах многолетнего эксперимента занятиями Йога-Данс. Приведение представленных соответствий является результатом многолетних занятий авторской трансперсональной оздоровительно-развивающей технологией Йога-Данс или Биоэнергопластикой, в которых руническая практика является составной частью (табл.2).

Это экспериментальная авторская технология психотелесной работы с энергией, в которой обобщается опыт использования эзотерических знаний, преломленный через призму свободной релаксационной пластики. В этом процессе происходит взаимодействие энергий нескольких типов: энергии движения; энергии намерения: энергии рисунка и т.д. В её содержание входят:

- Ментально-двигательная практика йоги, а именно: упражнения, обучающие релаксации и оказывающие активное воздействие на психо-эмоциональную сферу, то есть развивающие и регуляционные;
- Специфическая двигательную деятельность, а именно йогический медитативный танец и спонтанное движение с применением мудр и хаст, способствующую расширению границ осознанности и выходу в трансовые состояния.

– Психотелесная деятельность в изменённых состояниях сознания.



**Рис.9. Проявление архетипа**

С этой позиции максимально высокой активностью обладают архетипы «Эго», «Персона», «Анимус», «Мана-личность», «Самость», «Тень». Архетипы «Мать», «Кора» и «Анима», являющиеся основой гуманности и нравственности ассоциируются с символами гармонии, умиротворения, баланса. Исходя из этого утверждения, а также из своего эмпирического опыта, мы предлагаем следующие соответствия, представленные в таблице 4.

Табл. 4

**Ассоциативные соответствия между архетипами и графическими символами**

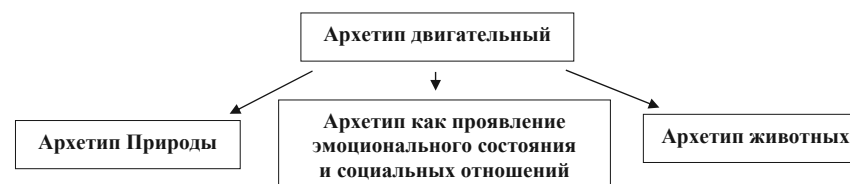
Архетип	Графический символ	Руна-символ	Базовая хаста
<b>Эго</b>	Круг, прямая линия, столб	Манназ,	Ваджра
<b>Персона</b>	В зависимости от психотипа	Манназ	Патака
<b>Анимус</b>	Квадрат, прямоугольник, с вершиной вниз, треугольник, с вершиной вниз	Тюр, Иса, Турисаз прямой	Мусти, Сикхара, Шива Лингам
<b>Анима</b>	Круг и его производные, волна, треугольник, с вершиной вверх	Перт – прямой и обратный, Лагуз, Турисаз обратный	Карката, Алападма, Катакмуха, Лакшми

<b>Мать Отец</b>	Столб, песочные часы + графические символы «Анима» и «Анимус»	Беркана, Альгиз, Отал	Хасты, относящиеся к эмоциональному центру
<b>Мана-личность</b>	Круг, квадрат в круге, столб,	Беркана, Тюр, Ансуз, Иса, Эйваз,	В зависимости от ситуации
<b>Кора</b>	Волна, спираль	Лагуз, Перт	Лола хаста + Хасты, относящиеся к эмоциональному центру
<b>Тень</b>	В зависимости от психотипа	Перевернутые руны	В зависимости от ситуации
<b>Самость</b>	Круг, квадрат в круге	Ингуз, Гебо, Эйваз,	В зависимости от ситуации

В данном контексте мы обращаем особое внимание на слово «ассоциативные», поскольку и архетипы, и руны, как архетипические символы очень объёмны и многозначны по своему содержанию.

Особую роль играют символы в практике йоги, восточных единоборств, современных психотелесных практиках, а так же в восточной танцевальной культуре, которые сохраняют архетипическую символику, идущую из глубины веков. Так, например, широко известные мудры и хасты – это символический, невербальный язык, но при этом очень выразительный (Рис.11, 12.). В Йога-Данс это возможность через движение прорабатывать определенные архетипы, которые с одной стороны дают внутреннее освобождение от множества проблем, накопленных конкретным человеком и приобретение новых возможностей для

самореализации. Наш многолетний эмпирический опыт показывает, что это не просто красивое движение, но и инструмент выхода в особое состояние сознания, в котором Человек способен раскрыть себя совершенно в новом неожиданном для себя качестве, прочувствовать и проработать в себе новые архетипические образы и соответствующие им качества.



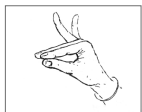
**Рис.10. Проявление архетипа в движении**

Одной из важных составляющих Й-Д является сакральный спонтанный танец. Само понятие интерпретируется как «самопроизвольность», «действие, возникающее вследствие внутренних причин, без непосредственного воздействия извне». С позиции Биоэнергопластики этот танец - энергетический. Символы танца, двигательные архетипы, вместе с музыкой несут в себе исцеляющую и трансформирующую силу. Но это не выброс энергии, который часто ошибочно определяют как самовыражение. Это нечто другое. Это одна из форм взаимодействия с энергией окружающего пространства через психо-телесную пластику. Слово «сакральный» означает не просто тайный; оно подразумевает также и сокровенный, а значит хранимый внутри. Сакральный спонтанный танец – априори архетипичен. Нередко он инициирует выход на архетипы, которые находятся на уровне бессознательного, и уже этим оказывает глубокий терапевтический эффект. Танец подчиняется энергии Вселенной и в определенном смысле отражает её состояние в каждый момент времени.

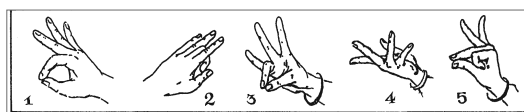
Фундаментальные символические формы движений в течение тысячелетий являлись для наших предков проводниками в мир духовного (1, 7, 13).

Что же при этом дает нам символ? Учитывая, что он нередко входит в инструментарий многих практик, человек, работая с ним и осознанно, и на подсознании, выходит сразу на несколько уровней работы с собственным **Я**. В первую очередь, это касается сакральной геометрии. Такие фигуры как **круг, квадрат, треугольник, прямая линия, спираль и их производные** служат основой для создания гармоничного пространства. В нем есть место и креативности, и спонтанности, с одной стороны, и определенным рамкам, обеспечивающим нашу безопасность, с другой. Эти рамки – своего рода ограничения – проявляются в каком-либо материале. То есть, они не ограничивают творчество, они связаны с ним и именно через него реализуются в конкретные результаты. Поэтому сакральный спонтанный танец является уникальной практикой самопознания и самотрансформации, выполняя одновременно медитативную, терапевтическую и целительную функцию.

Как правило, символ имеет двойную, а то и тройную проявленность через материал, который может что-то символизировать: цвет, объем (в основе которого лежит простая геометрическая фигура), а так же собственно содержание. И любая трансперсональная практика, она же - эзотерическая – это возможность открыть в себе самом истинный смысл того знания, которое его окружает. Строго говоря, человек настолько завязан на символы в обыденной жизни, что воспринимает это как должное.



**Катакамукха**



**Шанкх**

1. Вариант Джнани мудра, для самоуглубления (вход энергии)

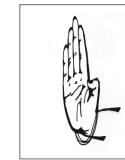
2. Вариант Джнани мудра (для общей концентрации внимания)

3. Трипатака (выход энергии)

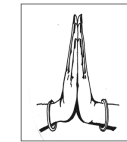
4. Алападма – цветок лотоса

5. Бхрамара – шмель

**Рис.11. Базовые хасты, используемые в Йога-Данс (женские)**



Патака



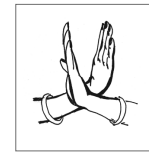
Анджали



Зуб дракона



Мусти



Свастика

**Рис.12. Базовые хасты, используемые в Йога-Данс (мужские)**

И если в танце он несет в основном сугубо содержательную функцию, то в различных направлениях йоги, в том числе, Йога-Данс, интеграция тонкой моторики с техниками дыхания, мантрами и асанами создает условия для выхода в ИСС-РСС, нередко моделируя пространство для выхода в пространство архетипа, а так же для безопасного пребывания в ИСС.

Ментальное и пространственное построение (в, том числе и визуализация) архетипических сакральных геометрических фигур способствует не только достижению особого состояния сознания, но и обеспечивает состояние гармонии и баланса в процессе пребывания в ИСС. Это очень важный фактор безопасности. В дополнение к этому, с геометрическими символами легко работать, так как они достаточно просты и знакомы каждому. Их легко визуализировать в базовых практиках самонаблюдения и представления. И в этом случае они выступают как объекты

концентрации внимания (КВ) для разнообразной работы с Ментальным Экраном.

### Заключение

Таким образом, соответствия в системе **символ-архетип** в ТПП могут нести различные функции, в зависимости от самого процесса:

- подготовки пространства для выхода в ИСС (что проявляется, как правило, в психотелесной практике)
- при выходе на архетипический уровень
- как содержание трансперсонального опыта, который несет конкретную смысловую информационную нагрузку.
- Трансперсональная Практика Йога-Данс (Биоэнергопластика) имеет созидательный, лечебно-оздоровительный и развивающий характер. Кроме того, она позволяет создавать полевые структуры направленного действия: гармонизирующего, активизирующего, созидającego, творческого и т.д.
- Осознанная ментально-двигательная деятельность, основанная на представленных соответствиях в системе **символ-архетип** направлена на процесс созидания и гармоничного взаимодействия с тонкими планами является духовной практикой.

Архетипические соответствия в Трансперсональной психологии позволяют:

- раскрыть и усилить творческий потенциал
- использовать в личностной и духовной трансформации как позитивный опыт (инсайт, прозрение), так и негативный.

Погружение в символ-архетип – это погружение в метафизику, это расширение осознанности в трансовом опыте, а значит – выход на новые Знания, новые состояния, новые переживания, которые помогают человеку лучше и глубже познать себя и выйти на высшие уровни самореализации, то есть достичь

состояния психической индивидуации и выйти на архетип САМОСТИ.

### Список литературы

1. Аналитическая психология: Прошлое и настоящее./ К.Г. Юнг. С. 27.
2. И.В.Курис. Тезисы к докладу на VII Всемирный КОНГРЕСС МУФО-2015 «Оригинальный характер арт-трансперсонального взаимодействия методов организации пространства».
3. И.В.Курис. Мудры и хасты в Вашей жизни. С-Пб, 2007, 2014, 60 с.
4. И.В. Курис ТАНЕЦ В БИОЭНЕРГПЛАСТИКЕ (трансперсональный опыт исследования), Изд. БПА, С-Пб, 2010, 150 с.
5. И.Курис. Биоэнергопластика. Опыт постижения. – М. Изд. «Велигор», 2012, - 303 стр.
6. А. Лосев. Проблема символа в реалистическом искусстве. М, Искусство, 1976, стр.55
7. В.В. Налимов Спонтанность сознания: Вероятностная теория смыслов и смысловая архитектура личности. - М.: Прометей, 1989. - 288 с.
8. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. Тексты. М.: МГУ, 1982, стр. 108-117.
9. Ж. Дрогалина «В.В. Налимов и трансперсональная психология». Вестник БПА, №80, СП-б, 2008, стр.7-14. В.В. Налимов и трансперсональная психология. Вестник БПА, №80, СП-б, 2008, стр.7.
10. Философия культуры. Становление и развитие. — СПб.: Издательство “Лань”, 1998. — 448 с.
11. HYPERLINK"http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D1%80%D0%BE%D0%BF"
12. Культурология: Учебное пособие. / Под ред. проф. Г.В. Драча. – М.: Альфа, 2003. – 432с.

13. Хьелл Л., Зиглер Д. Теория личности (основные положения, исследования и применение). – СПб. Питер Пресс, 1997. – 608с. – (Мастера психологии).
14. Холдер А. Фрейдовская теория психического аппарата // Энциклопедия глубинной психологии. Т. 1. М., 1998, стр. 226-265.
15. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. М.: Наука, 1989, 456 с.
16. Юнг К.Г. Воспоминания, сновидения, размышления. – М.: ООО «Изд-во АСТ-ЛТД», Львов: «Инициатива», 1998. – 480с. (Классики зарубежной психологии).
17. <http://www.jungland.ru/node/1599#51> О.С. Гринько «Архетипическое начало символа»:
18. [http://www.rusnauka.com/13\\_NMN\\_2011/Philologia/3\\_86520.doc.htm](http://www.rusnauka.com/13_NMN_2011/Philologia/3_86520.doc.htm)
19. <http://kosarev.press.md/Runesmenu.htm>
20. <http://oracle.ucoz.ru/forum/12-294-1>

**Ю.Ф. Савельев, БПА  
Санкт-Петербург**

### **О МЕТОДАХ БИОСЕНСОРНОГО ЗВУКООБРАЗОВАНИЯ**

Оберегать здоровье позвоночника надо с рождения. В контексте этой статьи следуют следующие постулаты здоровья:

- Собственное здоровье – это, прежде всего, здоровая спина, позвоночник.
- Духовное здоровье и взаимосвязано с физическим здоровьем и влияют друг на друга. При этом музыке отводится главенствующая роль. Духовность воспитывается с раннего детства через музыку и звукообразование, пение.
- Все люди рождаются здоровыми.
- Ребенку кто-то должен петь: мама, бабушка.

- Фонограммы с качественным музыкальным и вокальным материалом (но не радио, не телевизор).
- Совместное пение способно соединить детей разного возраста между собой и детей с родителями.
- Пение – это дыхательная гимнастика, естественное оздоровление, повышение иммунитета от всех болезней.

Пение народных песней, фольклора открывает пространство славянской культуры. Звук идет от сердца естественно и сильно. В прошлом пение сопровождало крестьянские работы, праздники, обряды, звучали колыбельные. Народные песни - это живые витамины культуры.

Голосом можно передать тончайшие оттенки душевного состояния человека. Так что же такое человеческий голос?

Возможно, кто-то сейчас подумает: «Что такое голос, объяснять не надо – это знает всякий». Так? Но слово это имеет не одно значение. Голосом музыканты называют отдельную партию в хоре, ансамбле, оркестре. Но чаще всего голосом называют звуки, производимые голосовым аппаратом и служащие для общения между людьми. Голоса бывают разные: речевые, певческие, шепотные. Все они в свою очередь характеризуются глубокой индивидуальностью.

Технику биосенсорного звукообразования не освоить вот так, просто читая книжки или статьи по теме. Отчасти потому, что жаждущему научиться этому искусству не хватает самих представлений о таком пении, а отчасти, и потому что в практике обучения важен посторонний контроль. Но, прежде чем говорить о технике биосенсорного звукообразования на основе горлового пения, рассмотрим вопрос о звуках, из которых состоит наш голос.

Можно выделить три звуковых этажа, краски, которых смешиваются и превращаются в единый голосовой поток:

средний этаж – бурдон, звук, получаемый посредством смыкания или вибрации голосовых связок;

верхний этаж – обертон («над» тон), получаемый посредством вибрации головных резонаторов; нижний этаж – унтертон, при котором вибрируют мягкие ткани гортани.

Все эти тоны суммируются, затем к ним примешиваются вибрации всего тела, и после того, как звук выходит наружу, он сталкивается с внешней средой, которая имеет свои акустические свойства.

Такое пение, получившее название, как «обертонное горловое пение» встречается в культурах многих народов мира; у современного слушателя оно в большей степени ассоциируется с шаманами и тибетскими монахами.

Впрочем, для всех вокалистов рекомендуется использовать хотя бы хоомей (один из стилей горлового пения) в качестве элементов распевки, так как тембр в результате таких упражнений обогащается обертонами и становится более насыщенным.

Техника наиболее простого и базового стиля обертонного горлового пения – хоомей.

При его исполнении преимущественно звучит естественный голос, к которому добавляются обертоновые украшения, извлекаемые с помощью верхних резонаторов. Для того, чтобы извлекать подобные звуки, для начала нужно разогреть голосовой аппарат с помощью пения простых протяжных гласных: ааа, ооо, ууу, эээ, иии... Старайтесь посылать голос в определенную точку, которая находится далеко от вас. Например, если стоите у окна, выберите дерево или окно дома напротив. И пойте. Не бойтесь громкости, ведь вполголоса вы себя не натренируете.

Чтобы овладеть техникой хоомей на основе биосенсорного звукообразования, следует научиться расслаблять нижнюю челюсть и раскрывать ее так, чтобы найти нужный угол. При этом

происходит сосредоточение внимания не на горле, а на корне языка.

Тут есть хитрость: если вы слишком сильно опустите нижнюю челюсть, то передавите горло, а если слишком мало, то звук будет плоский и зажатый.

Нужный угол находится только на практике. И снова начинаем петь гласные звуки, параллельно ищем нужное положение языка. Главное, чтобы было удобно!

Может чесаться нос, губы – это нормально. Есть и более низкие по регистру техники горлового пения, но это более сложная и отдельная тема.

Хоомей могут петь как мужчины, так и женщины; что касается других стилей – в плане доступности для женского организма они более сложны.

Шаманы, живущие в Сибири, не рекомендуют женщинам постоянно практиковать более сложные стили горлового пения, по регистру сравнимые с мужскими, потому что это ведет к изменению гормонального баланса. Например, были сведения, что певица Пелагея хотела у них научиться этому, но они отказали ей, объяснив, что пока она не состоялась как мать, лучше не заниматься шаманскими техниками пения. Но в плане отдельных вокальных упражнений использование хоомей очень даже полезно для развития голоса.

#### **Роль движения на занятиях биосенсорного звукообразования.**

Развитие чувства метроритма в музыке связано с мышечными ощущениями и с движениями. Полезны под музыку маршировки, хороводы, элементы гимнастических упражнений.

Особенно, форма тактирования сильной и слабых долей связанная с двигательной реакцией – движение глаз, головы, поворот тела, движение всей руки и кисти рук.

### Роль дыхания на занятиях биосенсорного звукообразования

Огромную роль в звукообразовании играет певческое дыхание: естественное, глубокое, ровное. Одним из важных условий является правильная установка: прямое, без напряжения положения торса и головы, расправленные плечи, бодрая осанка;

Не следует опускать или запрокидывать голову назад. При правильной певческой установке значительно улучшается качество певческих навыков. Целесообразно чередовать пение сидя и стоя, а также с простыми движениями корпуса, головы, взмахивание рук, кистей, легкое сгибание коленей. Все это делается в такт музыки.



### Как устроены голосовые органы человека.

Основу их составляет диафрагма - мускульно-сухожильная перегородка, (грудо-брюшная преграда) отделяющая грудную полость от брюшины. Диафрагма является живым фундаментом для целого и совершенного инструмента. Диафрагма, это мощный мышечный орган, прикрепляется к нижним рёбрам и позвоночнику. Во время вдоха мышцы диафрагмы сокращаются, и объём грудной клетки увеличивается. Но мы не можем почувствовать диафрагму, т.к. её движение при дыхании и голосообразовании происходит на подсознательном уровне.

Грудная полость, защищённая рёбрами и грудными позвонками, содержит жизненно важные органы- лёгкие, сердце, дыхательное горло, пищевод.

Лёгкие – как настоящие органые меха, участвуют в звукообразовании, создавая необходимый поток воздуха. Из лёгких воздух поступает в бронхи, тонкие и похожие на ветви дерева. Потом они объединяются вместе и образуют трахею, которая идёт вверх, вертикально.

Трахея - состоит из хрящевых полуколец, она довольно подвижна, и соединена с гортанью.

Гортань выполняет тройную функцию - дыхательную, защитную и голосовую. Её остов составляют хрящи, которые соединены между собой суставами, связками, и мышцами, за счёт чего обладают подвижностью. Самый большой хрящ гортани- щитовидный, и его размеры определяют величину гортани. Для низких мужских голосов характерна крупная гортань, выступающая на поверхности шеи в виде кадыка. Верхнее отверстие гортани, так называемый вход в гортань образуется подвижным гортанным хрящём – надгортанником. При дыхании гортань свободна, а при глотании свободный край надгортанника наклоняется назад закрывая отверстие гортани. Во время пения вход в гортань прикрывается надгортанником. Гортань имеет свойство быть весьма подвижной, в основном, в вертикальной плоскости.

В середине гортань сужается, и в самом узком месте располагаются две горизонтальные складочки, или - связки. Отверстие между ними называется голосовой щелью. Над голосовыми связками располагаются – желудочки гортани, над каждым из которых находится складка, параллельная голосовым связкам. Верхние желудочковые складки называются ложными и состоят из рыхлой соединительной ткани, желёз и слабо развитых мышц. Желёзы в этих складочках обеспечивают увлажнение голосовых складок, что очень важно для певческого голоса. При звукообразовании голосовые складки соединяются или



смыкаются, и щель закрывается. Связки покрыты плотной тканью перламутрового оттенка. Связки могут изменять свою длину, толщину, и колебаться по частям, что придаёт голосу певца разнообразные окраски, богатство звука и подвижность.

Звук, резонирует в полости над гортанью, в глотке. Глотка довольно объёмна, неправильной формы. Глотка отделяется от нёба, так называемой, нёбной занавеской. Маленький язычок в задней части нёба, словно образует двойную арку. Размеры глотки могут изменяться от движений нёбной занавески и языка. Так же для правильного звукообразования имеет большое значение артикуляция. Строение голосового аппарата имеет индивидуальные особенности в каждом отдельно взятом случае. Поэтому педагогический подход к каждому вокалисту так - же очень индивидуален. При работе с певцом, учитываются в первую очередь физическое состояние голосового аппарата, физиологическое строение и личностные особенности певца, психологическое и эмоциональное состояния. И на основе полученного представления составляется индивидуальная программа.

Итак, голосовой аппарат – это система органов, служащая для образования звуков голоса и речи. К нему у человека относятся: органы дыхания, гортань с голосовыми складками, артикуляционный аппарат и резонаторы.

Органы дыхания (их строение и функционирование, за исключением подробностей, имеющих отношение к гортани, нами уже изучались), создающие воздушное давление под голосовыми складками, – источник звуковой энергии.

**Над своим голосовым инструментом необходимо поработать, если:**

- Вам не понравилось звучание своего голоса,

- Вы боитесь публичных выступлений, высказывать свою мысль в широком кругу,
- Вас просят повторить сказанное,
- У вас есть акцент,
- Десятиминутный непрерывный разговор дает болевые ощущения в горле,
- Вы не можете контролировать голос, произнося длинные предложения,
- Взгляд ваших слушателей начинает блуждать через короткое время,
- Вы вынуждены объяснять, что занимаете руководящую должность, так как по голосу слушатели этого не понимают,
- Ваша солидная внешность и юный голос не соответствуют друг другу.

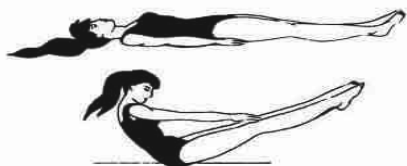
### **С чего начать**

Первоочередная задача в работе с голосом — постановка правильного дыхания. Начать надо с упражнений для диафрагмы, которая обеспечивает силу и выразительность голосу.

Только тренированная диафрагма и эластичные капилляры способны заставить работать грудную клетку: расширяться и растягивать в полную силу легкие, доносить кислород и жизненную энергию до всех органов и клеток.

#### **1. Тренируем диафрагму: Упражнение «Лодочка».**

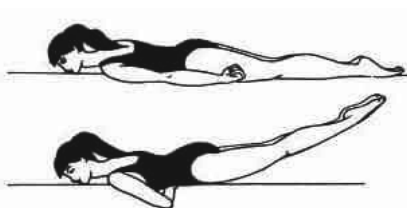
Исходное положение — лечь на спину, на твердую поверхность, руки кладем вдоль тела. Тело расслаблено. Поднимаем одновременно на 10-15 см от пола (или на ту высоту, которая выполняема) спину и прямые ноги (носочки вытянуты). Руки вытягиваем параллельно полу, касаемся ног ладонями в области колен.



Задерживаемся в этом положении как можно дольше, до ощущения усталости. Вернувшись в исходное положение, расслабляемся.

**Важно:** нельзя перенапрягаться. В первый день сделайте «Лодочку» один раз. Увеличивайте количество упражнений постепенно. Не стоит делать подряд больше 10 раз.

#### Упражнение «Кузнечик».



Исходное положение – лечь лицом вниз на жесткую поверхность. Ноги сомкнуть вместе, положить вдоль тела руки, пальцы рук сжать в кулаки.

Делая глубокий вдох, заводим кулаки под низ живота, задерживаем дыхание. Во время задержки дыхания отрываем от пола прямые ноги, поднимаем их как можно выше, опорой служат кулаки.

Если это вариант упражнения для вас сложен, то выполняйте облегченный: поднимайте ноги поочередно.

Поднятые ноги удерживаем до появления чувства усталости. Занимаем исходное положение, расслабляемся.

**Упражнения** нужно начинать выполнять один раз в день, увеличивая количество постепенно, довести до десяти. Главная задача — не перенапрягаться. Эти упражнения позволят диафрагме обрести тонус для полноценного дыхания, нормализуют работу ЖКТ, тренируют брюшной пресс, способствуют уменьшить в области живота жировые отложения.

Очень полезна дыхательная гимнастика, она помогает не только овладеть возможностями голоса, но и победить многие заболевания.

#### Упражнения для силы голоса.

Гортань опускается, как при зевке, в трех последовательных положениях:

- зубы сжаты и закрыт рот,
- зубы сжаты и открыт рот,
- рот открыт.

При этом рука находится на груди, чтобы мы могли почувствовать вибрацию грудной клетки. Другая рука активна — жестикулируем, помогая себе произносить слова. Проговариваем слова медленно, нараспев, ощущаем силу и глубину собственного голоса:

А: Алла, Аллилуйя, Анна, агу, ага, алое, агония, аминь, аул, аналой, аум.

У: Угу, уголь, уния, умный, юный, юнга, юла.

ОЭИ: Эмма, Элла, Оля, Ольга, Инга, Иглы, ИГЛЫ! – придыхание-ИНГА!

М: Монна, манна, мама, муму, Мила, мыло, мина, мимо.

Н: Нума, Нона, Нана, Неля, Нелли.

Л: Лола, лань, Лама, лунный.

Г: Галлон, гармония, гамаюн, галлы, гуманный, гунны, гули-гули, гуга.

**Упражнения для улучшения артикуляции и дикции.**

Основой разборчивости и четкости речи является дикция. Чистоту и ясность произношения обеспечивает правильная работа артикуляторного аппарата, а именно его подвижных частей — губ, языка, неба, глотки, нижней челюсти. Они должны быть эластичны, подвижны и управляемы. Даже если нет явных изъянов в речи, работа над дикцией принесет ощутимую пользу, она является продолжением тренировки дыхания.

Читаем с карандашом.

Карандаш или винную пробку зажимаем между передними зубами. При этом рот приоткрыт, язык не касается пробки (карандаша), зубы обнажены. Произносим те звуки, при проговаривании которых губы не включаются в движение: к, г, гь, кь, й, нь, н, ль, л, дь, д. Далее соединяем их с гласными.

Берем любую книгу и читаем вслух несколько страниц в этом неудобном положении. Повторять необходимо ежедневно. Положительный эффект замечается быстро.

Упражнения с разными сочетаниями звуков:

Например: повторяем быстро кпти-кптэ-кпто-кпта-кпо-кпту-кпты, затем ктпи-ктпэ-ктпа-кпто-кпту-кпты и так далее сочетая с разными гласными (ктпи-..., кпти-..., тпки-..., птки-...).

Те же действия проделываем для согласных Б Г Д, Ж Р Л, М Р Л в сочетании их с звуками гласными Ы О Э И А У.

Выпишите те звуки, которые с трудом поддаются вашему произношению (например, р, ц, л). Составьте предложения со словами, в которых эти звуки повторяются часто. Повторяйте эти предложения ежедневно.

Произносите сначала беззвучно, а затем с голосом гласные: иииии, ёёёёё, ооооо, яяяяя, ааааа. Рот должен быть открыт широко, челюсть опускается вниз свободно.

Читайте любимые стихи, выговаривая и напирая на звуки яяяяя, ааааа, иииии, эээээ, ёёёёё.

Проговаривайте скороговорки-языковертки: вначале — медленно, затем - быстро, четко и ритмично:

Например:

- Уточка-вострохвосточка вывострохвостила вострохвостят.
- Регулировщик лигуриец регулировал в Лигурии.
- Горихвостка-гори-хвосточка выгорихвостила горихвостят.

- Шилоклювка-шилоклю-вочка вышилоклювила шилоклювчат.

- А мне не до недомогания.
- Брит Клим-брат, брит Глеб-брат, брат Игнат — бородат.
- Тщетно тщится щука ущемить леща.
- Нес не нес, а до нас донес.
- Разнервничавшегося конституционалиста нашли акклиматизировавшимся в Константинополе.
- Везет цапля чушку с щучкой на санках.
- Велика куча не надокучит.
- Рододендроны из дендрария.
- То то, то другое, то то, то другое, то египетским богом там кажется дятел.

Вспомним бабушкин метод: берем в рот грецкие орехи и разговариваем, читаем вслух минут по 20 каждый день. Вспомните фильм «Я самая обаятельная и привлекательная» с Ириной Муравьевой в главной роли. Вот она там таким же способом развивала свою речь. Главное - следует слоги проговаривать четко.

### **Тренировка нижней челюсти.**

Заниматься следует перед зеркалом, в упражнениях должны участвовать только артикуляционные органы, а лоб, нос и глаза — неподвижны. Делайте упражнения плавно и не спеша.

Опускаем нижнюю челюсть на два пальца и в этом положении удерживаем ее, считая до пяти. Рот медленно закрыть.

Опускаем нижнюю челюсть и медленно двигаем ею влево и вправо.

Опускаем нижнюю челюсть и медленно выдвигаем ее вперед и возвращаем в исходное положение.

### **Тренируем мышцы языка.**

Малоподвижный и вялый язык часто приводит к потере разборчивости речи, она становится смазанной и невнятной. Сверните язык трубочкой. Высуньте язык изо рта как можно дальше и подвигайте им влево, вправо, вниз и вверх. Оближите языком все внутри рта, как будто наводите уборку, проникая в самые дальние уголки. Поцокайте языком, плотно прижимая его к небу и затем резко опуская.

Все упражнения производите качественно, но без излишнего напряжения.

### **Тренировка губ.**

В исходном положении закрыт рот, мышцы нижней челюсти расслаблены. Поочередно поднимайте и опускайте верхнюю и нижнюю губы, десны при этом не видны, а мышцы лица спокойны.

Оттягивайте уголки рта в стороны, а затем вытягивайте губы вперед трубочкой. Сначала имитируйте, далее произносите звуки у – и.

Множественно произнесите сочетания губных согласных бм, мб, мп, пм и губно-зубных мв, ем, вб, бв и др. Массируйте губы: нижними зубами верхнюю, а верхними — нижнюю.

Вытягивайте губы трубочкой и двигайте влево-вправо.

### **Тренировка мышц глотки.**

Сначала мысленно, потом шепотом, далее вслух поочередно произносите звуки «и», «у». Повторять не меньше 10-15 раз.

Это упражнение развивает подвижность гортани: произнесение гласных звуков «и» гортань принимает самое

высокое положение, а фонация «у» опускает ее в самое низкое положение. Зубы сомкнуты, всасывайте воздух. Губы вытянуты вперед, всасывайте воздух.

Имитируйте жевательные движения при открытом и закрытом рте — во время упражнения энергично сокращается мускулатура гортани, мягкого неба, глотки, губ и языка.

### **Вырабатывание звонкости и «полетности» голоса.**

Исправить глухое звучание вашего голоса помогут упражнения для верхних и нижних резонаторов. Тренируем верхние резонаторы:

Сидя или стоя сделайте через нос короткий вдох. Одновременно, с закрытым ртом и без напряжения, произнесите «н» или «м» с вопросительной интонацией. Постарайтесь почувствовать вибрацию в области верхней губы и носа.

Сделайте глубокий вдох. Выдыхая, произнесите «бонн», «донн» или «бимм». Последнюю согласную проговаривайте протяжно, добейтесь ощущения вибрации в области верхней губы и носа.

Вдохните глубоко. Выдыхая, произносите протяжно слоги «момм», "мимм", "нинн", "нунн", "нанн" и др.

Сделайте глубокий вдох. На выдохе произносите сначала коротко, а далее протяжно любой из открытых слогов: му-муу, мии-мии, мо-моо, но-ноо, ни-нии и др.

Тренируем нижние резонаторы (гласные «у» и «о» проговаривайте протяжно и наиболее низко): В положении стоя положите на грудь руку. Сделайте зевок с закрытым ртом, гортань зафиксируйте в нижнем положении. Выдыхая, произнесите «у» либо «о», постарайтесь почувствовать вибрацию грудной клетки. Если не получается, можно вибрацию вызвать искусственно, легко постукивая рукой по груди.

В положении стоя положите на грудную клетку руки. Наклоняясь вперед, выдыхайте и произносите длительно и протяжно гласные «у», «и».

В положении стоя, руки на груди произносите на выдохе «окно», «око», «олово», «мука» или «молоко».

В завершение статьи позволю себе процитировать слова Хазрат Инайят Хана: *«Тот, кто владеет своим голосом — владеет собой. Тот, кто владеет собой — свободен. Выбор свободного человека — безграничен. Поэтому, открой свой голос, и позволь себе быть свободным!!!»*

#### Список литературы.

1. Егорычева М. - Упражнения для развития вокальной техники
2. Морозов В.П. Тайны вокальной речи. – Л., 1967.
3. Музыкальная энциклопедия в 6 т. – М., 1973 – 1982.
4. Румер М. А. Начальное обучение пению. – М., 1982.
5. Свядоц А.М. Неврозы. - М.: Медицина, 1982. - 368 с.
6. Семке В.Я. Ипохондрические состояния в общесоматической практике. - Томск: Изд-во Томского ун-та, 1991. - 168 с.
7. Смулевич А. Б. Психогенные заболевания // Руководство по психиатрии.
8. Чишко О. - Певческий голос и его свойства
9. Юссон Р. Певческий голос. – М., 1974.
10. Responory // The New Grove Dictionary of Music and Musicians. London, New York, 2001.
11. Bailey T. Antiphon and Psalm in the Ambrosian Office. Ottawa, 1994.

## ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО

**В.Г. Бондаренко, БПА  
(Чандира)**

### СТИХИ РАЗНЫХ ЛЕТ

#### Переживание Инициации

Творящий звук меня в себя вобрал  
И вынес вверх, в прозрачные слои,  
Где совершали свой незримый бал  
Эфирные творения Земли.

И я рассыпалась на звуки и тона,  
Которые, как на палитре, в цвет  
Переводили те звучанья на  
Язык созвездий, Солнца и планет.

Они кружились, словно мотыльки,  
Переливаясь радужным огнём,  
Они прозрачны были и легки  
И заполняли радостно объём,

В котором звон, как колокол, гудел,  
Выстраивая звуки в хоровод.  
Звук создавал движенье и предел  
Пространства раздвигал. Сверкал, как лёд,

Переливаясь сотнями огней,  
Он чистые нанизывал тона  
На струны солнечных, земных и лунных дней –  
Там были вместе лето и зима,

И яркость электрических свечей,  
И лунный перламутровый полёт,  
И глубина космических ночей,  
Откуда начинался разворот

Тех красок дивных. Мириады их  
Откликнулись на этот чистый звук,  
Вращался мощно он во мне – и вот затих

У каждой клетки оказался свой -  
Единый звук соткал в пространстве  
нить,  
Собрался в капельки с высокой  
частотой  
И продолжал во мне, как в целом,  
жить.

Он состоял из цвета и тепла  
Хрустальных бусинок, проникших в тонкий срез, -  
Вибрация звенящая стекла,  
Вдоль каждой клетки проводя замес,

Всё очищая звоном хрусталя,  
Всё омывая светом и огнём,  
Творилась я, как в древности Земля,  
Где всё напоминает нам о Нём,

О Том, кто этим звуком мировым  
Творит огни Вселенных из ночей,  
Кто Словом стал вначале. Мы равны  
Галактикам и атомам. Ключей

Он связку создал из небесных струн,  
Натянутых, как на гитаре, в ряд,  
Гармонией звучащих точных рун,  
Наладив тот, космический, расклад.

А капельки звучания текли,  
Из света превращаясь в теплоту  
И становясь частичками Земли,  
В неё впитавшись точностью структур,

В себе хранящих память о делах

Космических, об идеале сфер  
И тел Платоновых. Вибрация плыла,  
Выстраивая из себя пример

Гармонии тех линий мировых.  
А отголосок, уходящий вверх,  
Во мне звучать остался. Он не стих,  
А дал телам их истинный размер.

А слышимый вонне звучащий ряд  
Звенеть продолжил тонкою струной,  
Настроенной на тот, творящий, лад,  
Который стал созвучен мне самой.

И он живёт теперь, как камертон,  
Я на него нанизана, как свет,  
Невидимый для глаз – но вижу звон  
Небесных сфер и их звучащий цвет!

2003

23 февраля

\*\*\*\*\*

Человечество – это четвёртое царство,  
Что живёт на четвёртой Земле,  
Начинает движение с низкого старта,  
Что даётся на этой меже

Между плотным и тонким, конкретным и зыбким,  
Между ясным и всё ж - непростым...  
Вырываемся мы из космической зыбки  
В мир Гармонии, что не делим,

Неразъёмен, текуч, неразрывен и тонок  
Мир, в котором мы вместе – одно.  
И земли Человечество – это ребёнок,  
Заглянувший в большое окно,

Где творятся Миры, где рождаются Судьбы,

Где Вселенский масштаб Бытия,  
В Мир, в который мы вместе когда-то прибудем,  
И где все мы – большая Семья.

Скоро вместе откроем заветную дверцу -  
И вернёмся все вместе домой,  
Это место, что Дух наши Души венчает,  
Где нас ждёт, кто зовётся - Господь!

2013

13 июля

\*\*\*\*\*

Осмысленность земного Бытия  
Осознаётся нами шаг за шагом –  
Так чаша, полная волшебного питья  
Не осушается одним единым махом:

За шагом шаг, и за глотком– глоток,  
Сопоставляя запахи и вкусы,  
Рассматривая сорванный листок  
Или на нитку собирая бусы,

Мы постигаем, как устроен Мир  
И что диктуют нам Его Законы,  
О чём писали Пушкин и Шекспир,  
О чём молчат таинственно иконы.

Как проступают к нам сквозь плотности завес,  
Сквозь весь накал сценического действия  
Те смыслы, что спускаются с небес,  
Чтоб различали гений и злодейство.

Есть смысл во всём – и нам дано постичь  
То чудотворство жизни человеческой,  
Нам данной, чтобы Истину постичь,  
Её озвучив правильною речью.

Здесь Слово облачается во плоть,

И что мы написали – то и случилось,  
И в нас самих рождается Господь  
Сквозь страхи, боль, печали и усталость.

Устроен Мир по принципу часов –  
Все пригнаны колёсики друг к другу,  
Мы видим стрелки - но открой засов  
И посмотри, как движется по кругу

Вселенная, в которой смысл – Любовь,  
В которой мы, бессмертные частицы,  
Осознаём движение Миров  
И вкус Любви, к которой причаститься

Дано нам всем, пройдя сквозь темноту  
Неведенья, невиденья, незнания,  
И ощутить у сердца – теплоту  
Великого Божественного Знания.

9 октября 2013

\*\*\*\*\*

Минуты Познания ни с чем не сравнимы -  
В них есть Глубина и вселенский Покой,  
Торжественность Правды и музыка Гимнов,  
Как будто стоишь над великой рекой,

Что катит веками могучие воды,  
Наполнена таинством древних Эпох.  
И что ей какие-то краткие годы,  
И что ей печаль твоя или восторг?

Ни с чем не сравнимы Познания минуты:  
Когда утихает вопросов фонтан –  
Души углублённой касается Мудрость,  
В тебе открывая Любви Океан.

11 июля 2013

\*\*\*\*\*

Мой Мир невероятно населён –  
В нём мирно уживаются стихии,  
Посланцы разных рас, любых племён –  
Готова посвятить им всем стихи я.

Я так люблю божественность их форм,  
Их разноликость и разноязычье!  
Они во мне поют, как мощный хор,  
Природы воспевающий величье.

От гор – до трепетанья мотылька,  
От вечности вселенской – до мгновенья,  
Им пишет славу всем моя рука,  
Перо макая в чашу вдохновенья.

Люблю я всех проявленных богов,  
И – непроявленность потенции единой,  
Нет для меня условности оков –  
Достойны все торжественности гимнов.

Мне близок их божественный союз –  
Всех форм Земли, от мала до велика.  
Свой стих вплетая в хороводы муз,  
Хочу сплести венок из всех религий

Мне нравится и лик святых икон,  
И гордый профиль греческого бога,  
Меня манит высокий Геликон,  
И звёздная прозрачная дорога.

Меня ведёт по мифам и мирам  
Моя Любовь, мой поводырь бессменный.  
И я пою хвалу любим богам,  
Проявленным на полотне Вселенной.

Их породила всех одна Любовь,  
Один Источник Вечности великой -

Я чувствую в себе земную кровь,  
Разлитую по жилам всех религий.

И я в себе могу соединить,  
Что мнилось нам века противоречьем,  
Разматываю Ариадны нить  
Осознанной ритмической речью.

Мой Мир невероятно населён -  
Богатством форм, проявленностью звуков...  
В нём каждый, кто живёт, соотнесён  
С Божественностью истинной науки.

Пришла пора открыть бесценный клад,  
Накопленный за прошлые эоны,  
И осознать, как дышат в такт и в лад  
Проявленных творений миллионы!

27 марта 2002

**А.А. ГРАНАТОВА (Гаганова), БПА Москва**

### **НОВОАФОНСКАЯ ПЕЩЕРА: МЕЖДУ АДОМ И РАЕМ**

*Люди всегда винят обстоятельства в происходящем. Я не верю в обстоятельства: те, кто преуспел в этом мире, - это люди, прилагающие усилия, чтобы найти нужные им обстоятельства, а если они их не находят, то создают сами.*

**Бернард Шоу**

#### **Между адом и раем.**

От сталактитов падают причудливые тени. Кап, кап, кап! С карстовых сводов, ритмично стекает вода. Каждый шаг повторяет эхо. Пещера - огромным локатором отражает чувства и мысли, резонируя с тревогами и мечтами. Свод пещеры высок. Воздух



прохладен и влажен. Каменный купол, - как космический свод. Где ты? На земле, под землей? Наяву ли, во сне? Это не рай и не ад. Это мир с признаками того и другого. "Скажи мне, как ты чувствуешь себя в карстовой пещере, и я скажу, что происходит в твоей душе." Мы спускаемся в земные недра, раздираемые множеством противоречий, реальных и мнимых. Впрочем, изломы и повороты дают жизненную активность. От высокого к низкому, балансирование над пропастью, хождение по краю. То взлет, то падение. Между адом и раем.

При входе в пещеру тебя встречают две фигуры, видимо, сошедшие с небес или древних фресок. Одна тень напоминает ангела с развернутыми крыльями, опирающегося на меч, утверждая победу добра над злом. На противоположной стене, - распласталось перепончатокрылое гигантское существо, подобное Вампиру или Сатане.

Трепетно проходишь мимо теней Ангела и Дьявола. Шагаешь в пугающую неизвестность. Все, что невозможно идентифицировать со знакомым образом, распаляет воображение и рождает болезненные страхи. Но всегда ли такая стратегия перспективна? ...

#### **Мост над пропастью.**

Медленно, осторожно, шаг за шагом, вступаешь на мост, протянутый над черной бездной. По металлическим поручням стекает влага. От фигур, вступивших на мост, сгорбленных из-за непрерывного пристального смотрения себе под ноги, тянутся тени. Они уныло скользят по шероховатой стене вдоль пропасти, и кажутся опирающимися на невидимые посохи.словно в Чистилище движется череда грешников. Вступая на скользкий мост, слыша гул металлических решеток под ногами, ты невольно оборачиваешься, готовый проститься с прежним миром. Со своей прежней жизнью. А может быть, и с прежним собой? За тобой –

череда теней, идущих в неизвестность. Десятки, сотни тел, - давят на тебя плотным потоком. Назад дороги нет. Дорога над пропастью развернута лишь в одном направлении. Холодная, опасная, глубокая Река Времени течет лишь в одну сторону.

Пройдешь ли над пропастью целым и невредимым? Мост над бездной - обостряет чувство опасности. Кто не испытывал подобные чувства? Но всегда ли стресс разрушителен? Это определяется не столько самой стрессовой ситуацией, сколько реакцией на нее.

Стрессовая ситуация не разрушает организм. Нередко именно стресс помогает мобилизовать внутренние ресурсы организма. Так побеждают рак. Так выигрывают войну.

Стресс является основой для роста. Развитие ребенка - это постоянный стресс перехода от одной возрастной стадии, к другой, от кризиса к кризису. Стресс выводит эволюцию человечества на качественно новый уровень. Успешно преодоленная экстремальная ситуация наполняет организм запасом прочности и веры.

#### **Бездонная черная пропасть.**

Что собой символизирует бездна? Слова "проПась" и "пропАсть" пишутся одинаково. *Бездна*, - куда страшно упасть, потому что она *без дна*. Символ бесконечного страдания. Опасливо смотришь под ноги, тщательно соизмеряя каждый шаг со своими возможностями, то балансируя, то цепляясь за скользкие перила.

Под ногами зияет бездна - катастрофические ошибки, однажды совершив которые, навсегда лишаешь себя перспективы. Черной бурлящей рекой kloкочут пороки и искушения, ошибочные решения и роковые события, способные разрушить твою жизнь полностью.

Возрастные, творческие и прочие психологические "кризисы" подобны мосту над пропастью: будет ли совершен переход к новому уровню личностного развития? Или же, панический страх

перехода через мост обернется инфантилизмом и беспомощностью?

И коль уж в этой пещере происходит встреча человека самого с собой, то и покидает он, проходя над пропастью, - себя прежнего. Душа, как змея вылинивает из старой шкуры, обрастая новой кожей. Процесс болезненный. Но - необходимый для роста.

### **Встреча со своим злейшим врагом.**

Покинуть себя, прежнего, - значит, отказаться от всего, что тебе мешает счастливо жить, двигаться вперед, что наполняет душу страданием. Желая избавиться от страданий, мы собираем все внутренние силы и резервы, чтобы сделать невозможное- подняться над собой, выпрыгнуть из оболочки, приносящей душевную боль. Поскольку этот путь личностного роста повышает энергетику, - то он нередко становится и двигателем социального успеха. Именно так, измученные провинциальной нищетой, криминалом, бесперспективностью, "люди из глубинки" штурмуют и "завоевывают" столицы. Именно так активные, но невостребованные в своей стране профессионалы эмигрируют за рубеж в поисках лучшего "места под солнцем". Социальные достижения становятся следствием повышенной активности.

Именно страдание побуждает влюбленного предпринимать активные действия, стремясь к единению с любимым. Любовь - понятие чувственное, а не рациональное. Это та степень чувства, когда оно достигает иррациональной силы, - аффекта. Самая дежурная характеристика любви: "я не могу без него (без нее ) жить". Почему? Потому что с ним (с ней) - такая степень счастья, что без него (или без нее) отсутствие этих райских ощущений воспринимается как страдание.. Вот тогда и появляется жертвенное служение другому, и теряется инстинкт самосохранения, когда хочется на пути к единению с любимым горы свернуть. И в этом случае подгоняет и подхлестывает страдание... *и надежда.*

Страдание - стимул к действию. Мизантроп Артур Шопенгауэр, назвавший существующую реальность "наихудшим из миров", так и утверждал: главным стимулом к любому действию является желание избавиться от мучения и страданий, которые тебя сопровождают.

Но всегда ли двигаешься только "от противного"? Отнюдь. Движение возможно и в сторону желанной цели. Двигаться вперед, - значит, значит идти к себе, будущему. Это означает, что, продвигаясь над пропастью, грозящей роковой опасностью, надо преодолеть и победить самого себя. Для движения вперед требуется наибольшая для многих из нас "жертва" - отказ от комфорта. Отказ от привычного уюта во имя чего-то нового, - непростая победа. И этот путь через мост, - над пропастью, сковывает тебя страхом.

Приходит на ум *японская притча*. "Почему лишь единицы из самураев способны преодолеть этот мост в горах?"- Спрашивает ученик Сэнся. И Учитель отвечает ему: "Понимаешь, там, посреди моста каждого человека поджидает чудовище. Не всякому удастся его победить!". - "Но что это за чудовище, и чем оно страшно для истинного самурая, о, Учитель?"- "Для каждого, кто идет по мосту, навстречу выходит *свое чудовище*". И вступает молодой самурай на мост, ведущий в горах над пропастью, и держит свой меч наготове, дабы поразить им страшного зверя, и так доходит до середины моста. И тут видит: что-то движется ему с противоположной стороны навстречу. Но где же когтистые лапы, огнедыщающие головы, и перепончатые крылья? Нет их. Похоже, что это и не чудовище и не зверь вовсе. Двухное существо с человеческой головой приближается к смельчаку все больше и больше. И наступает миг, когда изумленный самурай понимает: на этом мосту он встретил самого себя".

Мост преодолен. Последний шаг по гулкому металлу. Вступив на каменную площадку, со всех сторон освещенную блуждающими

желтыми огнями, ты чувствуешь себя циркачом, сумевшим выполнить опасный трюк. Но циркачество - это искусство для зрителя. Здесь же, в Новоафонской пещере, происходит преобразование тебя самого. На площадке, окаймленной мерцающими янтарными огоньками, ты бросаешь взгляд в свое прошлое, и прощаешься с самим собой, - прежним. Отсюда открывается дорога вперед.

### **Темный лабиринт заблуждений.**

На смену мосту над пропастью приходит новое испытание. И главное в испытании - *непредсказуемость*. Требуется чутко улавливать и просчитывать возможность удара, боли, травмы. Испытание в том, чтобы пройти по сталактитовому лабиринту с низкими сводами. Не видя перед собой открытого пространства, ты думаешь лишь о том, как бы увильнуть, избежать столкновения с очередным каменным исполином, угрюмо и межвежато нависшим над дорогой.

Алгоритм движения придумать невозможно. Приходится продвигаться на ощупь, заменив зрение тонким слухом и обостренной интуицией. Как выбрать верное направление? Ты вспоминаешь, что где-то, в Тронном карстовом зале есть водопад. Что все темные подземные реки текут в Изумрудное озеро. И ты прислушиваешься. Пробираешь идти на шум воды, как на невидимую, не осязаемую, но все же реальную цель. И так, ориентир, цель движения, "*маяк*" - *необходим*, иначе блуждание по лабиринту становится изнуряющим и бессмысленным. Нужна не просто абстрактная цель, а визуализированный *образ цели*. Без детализации и конкретики воображение не сможет создать образа цели, ее мыслеформы...

В сталактитовом лабиринте ты пытаешься выйти на верный путь. Но в том-то и сюрприз, что единственно правильного пути

нет: если один поворот открывает пространство, поднимая над головой сталактитовые наплывы, но следующий за ним, напротив, пригибает к земле, заставив пробираться ползком, измочив ноги в каменном "молоке". И - наоборот. Это- лабиринт, пестрящий тупиками и развилками, как реальная жизнь.

### **Марафон под каплей - закалка выносливости.**

Как ни просчитывай шаги, а все равно на голову будут течь с потолка капли "сталактитового молока". Можно сойти с ума от их методичного стекания за шиворот. Ты понимаешь, что стрессоустойчивость, - основа достижения всякой долговременной цели. Без умения терпеть дискомфорт, а то и боль от падений, успеха не будет. Стратегия марафона определяется (нет, не деньгами, да и откуда в карстовом подземелье деньги?) а твоей психологической выносливостью. Побеждает не тот спортсмен, который никогда не падает, а тот, кто умеет всякий раз подняться на ноги. Человек растет под гнетом обстоятельств... *или ломается*.

Ты стремишься к максимальной свободе, к независимости от обстоятельств. Однако, это оказывается невозможным: частокол тонких, белесо-бурых сталагмитов, похожих на весенние грибы-строчки, никуда тебя не пустит. Независимость – это возможность двигаться в том направлении, куда тебе указывает структура личности: иерархия мотивов и ценностей. Здесь, на полянке "каменных грибов" ты стараешься идти по своему вектору, а не так, как позволяют древние кальцитовые наросты. Медленно продвигаясь извилистыми шагами через сталагмитовую полянку, ты нащупываешь методом проб и ошибок тот единственно верный путь, который позволяет тебе удерживать верный *вектор движения*. Так же и в жизни: для движения вперед приходится выбирать то одну, то другую тактику. Но нередко мы предпочитаем неизведанному пути пробуксовку в знакомом болоте. Новое всегда

сопряжено с риском потерь и ошибок. Именно поэтому "привычка свыше нам дана. Замена счастию она".

### **Дорога без цели - ловушка**

Любому испытанию приходит конец. Сталагмитовый "лес" начинает расступаться. Теперь уже нет над головой тяжело давящего, карстового свода. Открывается широкий путь между сталактитовых глыб, - серых влажных гигантов, похожих на добродушных моржей.

Вглядевшись в темноту проемов, можно увидеть в глубоких нишах каменной террасы кости древних животных. Как они забрели сюда? Чем были привлечены? Простым ли любопытством? Бегством ли от дождя, холода и хищников? Банальной ли бескормидцей, поиском пищи? Была ли у них цель, или же они проникли в пещеру по наитию? По собственной или же, по чужой воле?

Обманчивой оказалась "защита" каменных сводов пещеры, - смертельный капкан для несчастных животных, наивно зашедших в темный тоннель древней горы. Возможно, - именно за спасением. Слишком глубоко проникли первобытные звери в подземную неизвестность, не имея четкой перед собой цели движения. Пробираясь по сталактитовым лабиринтам, они бродили под низкими сводами в сердце горы, - бродили по кругу, спотыкаясь об одни и те же камни, и тогда врата сталактитового "подземного замка" навсегда захлопнулось за ними, закрыв им путь к свету и спасению. *Путь, не имеющий цели, - ловушка.* Эволюция личности, - это прежде всего – развитие сознания. Обогащение его новыми смыслами. Пройдя по широкой дороге глубокого тоннеля, ты чувствуешь, что проникаешь прямо в Сердце Горы.

### **Тронный зал, сверкающий хрусталем**

Наконец-то ты можешь уверенно двигаться, не боясь поскользнуться. Тронный зал карстовой пещеры, - просторный и светлый. Аккустика - великолепна. Кажется, что пещера повторяет эхом не только твои слова, но и мысли. И вспоминается кинофильм "Сталкер" А.Тарковского: "главное-то не в том, что в этой волшебной комнате твоё желание исполняется, а в том, что - *самое сокровенное желание.* О котором ты, может быть, и сам не подозревал, и за которое тебе стыдно будет".

Тронный зал у каждого из нас - свой, ибо понятие счастья и успеха- субъективны, относящиеся к области чувственного восприятия мира. Площадка огромного зала, декорированного гирляндами сталактитов, с искрами хрусталя и металла, - символизирует Триумф Достижения. Это - тронный зал для самораскрытия творческого потенциала. Остановись, мгновенье? Австрийский психолог Виктор Франкл в своей книге «Человек в поисках смысла» заметил: "Не стремитесь к успеху любой ценой — чем больше вы фиксированы на нём, тем труднее его достичь. Успеха, как и счастья, нельзя достичь, они приходят сами собой... как побочный эффект усиленной направленности человека на что-то большее, чем он сам". В этом - великий секрет самореализации. Сверхцель, сверхзадача - это задача не для себя одного, она выходит за пределы эгоистичного самосознания. Когда ты думаешь о том, как что-то позитивное, созидательное и ценное сделать для других людей, для человечества, как во Вселенной что-то "оставить после себя", то и в своей личной карьере ты достигашь успеха.

### **Сталактитовая шкатулка идеальных сокровищ.**

На выходе из пещеры вы пройдете мимо глухой серой стены, за ней - надежно закрытый от человеческих глаз зал. Там, где, как утверждают ученые, предположительно зарождаются маленькие

сталактиты. В этот зал запрещено ступать ногой человека. Говорят, запретный зал, - самый прекрасный из всех. Зарождающиеся сталактиты подобны самоцветной россыпи драгоценных камней. Но это всего лишь легенды, в которых самоцветный зал подобен драгоценной шкатулке, где сиреневые аметисты, голубые топазы, желтые цитрины, зеленые хризолиты, красные гранаты и розовые турмалины собраны в одно прозрачное ожерелье. Но говорят также, что это ожерелье не для человека. Тот, кто попытается себя украсить им, уже никогда не выйдет на живой свет. Он проведет всю свою жизнь в толще горы, и кости его будут погребены под плитами кальцитовых террас. Говорят, что именно здесь и обитает Душа горы, которая иногда выходит на свет к людям, в образе огненно-золотой саламандры, с бриллиантовой диадемой на голове. Как тут не вспомнить легенды о Хозяйке Горы, - покровительнице творчества, художественно изложенные Павлом Бажовым? "Хозяйка и спрашивает: Ну, Данило-мастер, выбирай - как быть? С невестой своей пойдешь - все мое забудешь, здесь останешься - ее и людей забыть надо". В это дилемме заложен глубокий смысл: творческое мастерство, достигшее художественного совершенства нередко сопровождается социальной изоляцией, мизантропией, одиночеством.

Для полнокровной, колоритной и насыщенной жизни нужны компоненты реальности. Оставляя мир идеальной красоты глубоко под землей, ты идешь к солнечному свету, туда, где счастье и радость перемешаны с болью и страданием. Где творческий потенциал не раскрывается без преодоления рискованного пути над пропастью. Где важны интуиция, разум, воображение и воля. Где человеческое мышление и воображение создают параллельный мир, с его счастьем и несчастьем, с его ложкой дегтя в бочке меда.

\*\*\* 2014-2016гг, Абхазия, Новый Афон -

Москва

А.М. Романова, БПА  
Киев, Украина

### ТРАНСПЕРСОНАЛЬНОЕ ТВОРЧЕСТВО, «ДАР БОГОВ», или просто «поток любви»...

...Поездка в Крым – всегда праздник... Мы приехали в великолепный древний город Феодосия. В переводе с древнегреческого его название звучит как «дар богов». Вот только, времени на его посещение очень мало (всего один день) а посмотреть хочется, как можно больше...

Конечно, быть в Феодосии и не посетить музей Айвазовского - невозможно... Музей потрясающий... эти величайшие картины не сравнить ни с чем... Но речь пойдет не об этом. В нем есть и Волошиновский зал. Мы не знали, а точнее, не помнили, что 28 мая – день рождения Максимилиана Волошина – одного из величайших Поэтов прошлого века. А вот и великолепный сюрприз... мы попадаем на встречу, посвященную памяти Поэта и Художника, критика, искусствоведа, путешественника, мистика. После просмотра экспозиции мы выходим на улицу. Ведь нужно успеть еще в музей А.Грина. И вот тут происходит нечто необычное... Пройдя несколько шагов, я чувствую, что меня начинают душить слезы и понимаю, что нужно вернуться... и тут ко мне приходят несколько строк нового стиха... «Застыли сказы с Вашим ликом...» (Нового?!) И тут, в памяти всплывает мое посещение Дома-музея Волошина в прошлом году в Коктебеле... Да... эти несколько строк появились тогда. Я ведь, не только о них начисто забыла, но и о самом факте их появления не помнила... Не буду рассказывать о литературном вечере. Он был прекрасен, и оставил самое благостное впечатление, но то, что произошло со мной после него – это настоящий подарок...

Бывают такие трансовые состояния, в результате которых, выходишь на очень высоки информационно–энергетические слои... Не могу толком даже описать сам процесс, как это происходит... (при чем, всякий раз это немного по-разному...)

Я не поэт, в классическом понимании этого слова, все те стихи, которые приходят ко мне – это Дар свыше... можно сказать и «Дар Богов»...

Иногда, это происходит в результате общения с конкретным человеком (не обязательно при личной встрече, а достаточным условием является просто контакт на сайте) иногда – после посещения определенных мест, иногда эту способствует музыка... Источник вдохновения может быть самым разным... Но сам «механизм» того, как это происходило всегда ускользал от меня.

И вот еще один сюрприз, который стал своего рода откровением... Раньше я никогда не понимала, и не представляла себе, что же, на самом деле происходит, кто дарит мне стихи, подогревая «поэтический дар» который, я до сих пор не считаю «своим»... И вот, неожиданно, пришло некое «осознание» происходящего во время творческого порыва... (понятно, что это дано только в меру границ моего собственного понимания и осознания происходящего...) Хотя, скорее всего, мое осознание и чувство – лишь некая «поверхность», представляющая только небольшие фрагменты общего «панно гигантской мозаики»...

Здесь можно вспомнить замечательную книгу Даниила Андреева «Роза Мира». В связи с этим в памяти всплывает слово СИНКЛИТ... *В европейской эзотерической традиции - это эгрегоральное информационно-энергетическое самостоятельное образование, основу которого, составляют Души ушедших Просветленных, а так же Великих творческих людей: Поэтов, Композиторов, Ученых...* (Д.Андреев «Роза Мира»)

*Входя, путем медитации, в трансовое состояние человек может выходить на более высокие информационно-энергетические слои. Эти слои существуют независимо от нашего сознания (и подсознания)... В частности, и на тот информационный уровень, на котором и находится Синклит.*

Схематично, для меня это выглядело так: медитируя, человек выстраивает энергетическую вертикаль, которая является не чем иным, как каналом связи Проводимость и ширина этого энерго-информационного канала, зависит от определенных параметров всех наших 7 тел - начиная от физического и заканчивая монадическим). Ментальный план, в свою очередь, тоже состоит из 7 подпланов (Диссертация В.Г.Бондаренко). Но чаще всего, обычные, не подготовленные люди, могут дотягиваться только до нижнего ментального подплана. (чем ниже подплан, тем грубее тонкая материя, из которой он состоит, тем примитивнее мыслеформы) (Это в принципе неверно. Ширина и проводимость каналов связи, существенно зависит от уровня развития и состояния всех наших тел. Проводимости могут препятствовать множество различных факторов, начиная с болезней физического тела, и заканчивая различными мыслеформами, устойчиво обосновавшимися в нашем сознании, такими, как, например, догмы... В основном, все информационно-энергетические потоки, приходящие к нам, начиная с уровня СИНКЛИТА (и выше) достигают высшего (самое малое среднего) ментального плана. Для того, чтобы пробиться этому информационному ментальному потоку необходимо преодолеть: сверху вниз: ментал – астрал – эфир, чтобы, наконец, пробиться к физическому телу и дать ему тем или иным способом все это выразить. Идеальный вариант, конечно «абсолютная проводимость», которой, конечно же не существует... Ведь от принятия «мысли» (т.е. ментального потока в чистом виде) необходимо, чтобы выстроилась некая «цепочка»:

образ – эмоция – физическое проявление. Лично у меня, этот образ ассоциируется с «чертежом, или принципиальной схемой», эмоция – с тонкой энергией, выполняющей, если можно так выразиться, роль «наполнителя». И вот тогда, происходит некое «внутреннее чудо» образ, как бы становится «осязаемым» для меня самой. Возможно, здесь и срабатывает то самое «критическое накопление массы», когда происходит, образно говоря, «квантовый скачок», который проявляется в виде стихов... Хотя, лично для меня это, как некий процесс «рождения»... Вот эта ИДЕЯ и закрепленная на бумаге, или в файле на компьютере (конкретный носитель, в данном случае значения не имеет). Я поняла, что побудительной причиной может быть все, что угодно: стихи, научная гипотеза, картина, скульптура, танец, музыка... Но в любом случае, - это, конечно, всегда – ТВОРЧЕСТВО. Ибо, взаимодействуя, таким, образом, с высшими слоями на уровнях Сознания и Подсознания, мы не просто предаем то, что услышали свыше, но и, преломляя Идею в чистом виде через себя, создаем нечто новое, чего еще не было раньше. И хотя мы знаем, что «Все новое – это хорошо забытое старое», справедливо и другое утверждение: «Нам не войти дважды в одну и ту же реку!».

Например, вот что возникло после прочтения текста Илианы

«Ночь полной Луны»

Вглядись сквозь зеркало Луны

На ночи черном небосводе -

В немой завесе тишины,

Тебе покажут путь к Свободе!

Врата, что манят в древний Храм,

Где в камне – Жизни воплощенье,

По стеклам, словно по коврам –

Пройди в покой Предназначенья...

С цветка тычинок твой Огонь,  
Сойдется в Луч средь Тьмы забвенья,  
Чтоб в идеале стать Собой,  
Забыв амбиций упоенье!  
То - ритуал святой любви,  
Что хастами, впечатан в танец,  
Свое желанье назови,  
С Пути времен снимая глянец...  
Врата замкнулись меж миров,  
Там Творчества Огонь танцует  
Раскрепощая от оков  
Нам Силу, что теряем все...  
Дай новым Знаниям запрос –  
Постигнешь Истину Вселенной!  
То в восхожденьи луч возрос –  
Трезубцем Шивы - Символ древний!  
Служенье на твоих плечах,  
Чтоб сохранив, умножить Силу  
Как Бог, Вселенную создав,  
Изменишь мир необратимо!  
Пускай захочется уйти –  
И с Богом принять единенье –  
Но знай, иного нет пути,  
Как выполнить Предназначенье!

Изменяющаяся вибрационная составляющая, обязательно провоцирует трансформацию всех объектов, попадающих в ее поле действия. Если это перевести на знакомый «технический язык», можно сказать, что *«изменились аэро и гидро-динамические характеристики пространственно-временного континуума»*. Ведь и само время – тоже величина не постоянная. Следовательно, в других условиях, необходимо «рассчитать и создать» новую оптимальную форму, которая будет соответствовать новым внешним условиям. (Все выше приведенные объяснения – весьма

условный схематичный аналог, предельно упрощенный для нашего понимания). На самом деле, этот процесс намного сложнее и не однозначнее... Простыми «ментальными формулами и расчетами» здесь ни как не обойтись («нижний ментал» уж точно не справится). Вот тут и включается так называемое «трансперсональное сознание»... Вот здесь, в моем ассоциативном ряду всплывает еще один образ: «Алхимия»... и в данном случае, стихи, подобно «золоту», появляются там, где это, как мне кажется, даже не могло бы произойти... Они пишутся «сами собой». Я поняла, что это, в данном случае, процесс сотворчества человека с Душами свыше, с нашими Учителями, с Синклитом, и так далее... После возвращения из Феодосии я просто проснулась ночью и уже не смогла сдержать тот самый «поток любви» Высших Сил к Человечеству.

### ПОСВЯЩЕНИЕ МАКСИМИЛИАНУ ВОЛОШИНУ.

Застыли скалы с Вашим ликом,  
 Как моря тайная печать!  
 А взор Царицы луноликой  
 Улыбку будет излучать!  
 Ваш дом всегда гостеприимен,  
 И собирает до сих пор,  
 Поэтов рифмами своими,  
 Их песней, остужая спор,  
 Откликнется нам звонким эхом,  
 И улыбнется Кара-Даг...  
 Он полон памяти Поэта!  
 А слава будет жить в веках...  
 Воспели Вы его красоты,  
 То помнит благодарный Край,  
 "Мария Ave", слышим ноты...

Их смысл для нас – почти что Рай!  
 Крым Вашей памятью отмечен,  
 В волне - Великих голоса...  
 Был Одиссеей его "предтечей",  
 Там - вход в Аид и Небеса...  
 То Мастерское посвящение,  
 Прозреньем станет тайный дар  
 Несу я камень в подношение,  
 Чтоб Силу подарить словам!

### Список литературы

1. Даниил Андреев. Роза Мира. Москва. «Руссико». 1991. 286 с.
2. В.Г. Бондаренко (Чандира). Диссертация на соискание ученой степени Гранд доктора философии в области педагогических наук «Исследование метаистории, как трансперсональный опыт»
3. <https://www.stihi.ru/2016/05/30/9445>.

**Т.Р.Сойдла, БПА  
 СПб, Россия**

### МАКАБРИЧЕСКИЕ СКАЗКИ

Пляска смерти, Макабр (фр. *Danse macabre*, итал *Danza macabra*) — популярный аллегорический сюжет в живописи и литературе Средневековья.

Макабрические сказки Сойдла Т.Р. опубликованы в 19 выпусках Живого журнала (<http://dino-soidla.livejournal.com/> , от <http://dino-soidla.livejournal.com/6484.html> Макабрические сказки

-1

до <http://dino-soidla.livejournal.com/12301.html> Макабрические сказки-19).



Все герои (кроме ветки миндаля) вымышлены. Любое сходство с реальными людьми (насекомыми, динозаврами, растениями) является не более чем совпадением.

### ЦИТРОНА

Какая красивая ветка миндаля! Поднимаю.

Дело происходит в горах, близ города Д. Я стою рядом с УАЗиком моего друга Григория Ивановича.

Кто-то как будто шепчет: – Ты убил. Убил меня.

Вздрагиваю от неожиданности. Этот голос! Нет, не голос, а мысль, звучащая в моей голове. Кроме меня это вроде никто не слышит. И никто кроме меня не смотрит на ветку, которую я держу в руке. Садимся в машину.

Еле двигая губами, шепчу в ответ: – Нет! Нет! Ты не права. Тебя сорвал кто-то другой. Ты лежала на обочине. Я поднял тебя, чтоб любоваться.

– Любоваться... Так и быть, любуйся. Но, по-моему, ты врешь.

УАЗик возвращается в город. Я держу в руках ветку, сидя на заднем сиденье.

– Как тебя зовут. – Цетерена. – Можно, я буду звать тебя Цитроной? Цитроной Мандель.

– Почему бы и нет... (Пауза) Смешно... Я умираю, а мне смешно.

– Расскажи о себе. Расскажи свою историю.

– Моя история это я сама. Смотри на меня и ни о чем не думай. Вот и вся моя история. (Пауза). А как зовут тебя?

– Дино.

– Опять врешь. Это не твое настоящее имя!

– Откуда ты знаешь.

– Мы знаем очень много, но нам нельзя говорить.

– Кто это мы? – Мы, зеленые. – Растения? – Да, так говорите вы, животные.

– Один ноль в твою пользу. Но скажи, что вы, зеленые, можете знать, если растете все время на одном месте.

– Мы часть этого мира и знаем целое, а вы умудряетесь жить отдельно, мир сам по себе, вы сами по себе. И знание приходится добывать, пробуя и ошибаясь.

И вообще, как можете что-то знать вы, если все время носитесь как угорелые, никогда не останавливаетесь, чтобы как следует думать о том, что находится перед вами?

– Два ноль. Ты права, нам все время чего-то хочется. Нет нам покоя.

– Вот тебе и захотелось общаться с умирающей веткой.

– Прости.

– Это ты прости меня. Я злая. Не хочу умирать.

– Расскажи еще что-нибудь о себе.

– Не надо ничего рассказывать. Просто смотри. Молчи. Вам надо расти еще миллионы лет, чтобы начинать понимать нас, зеленых.

– Почему же вы нам не объясните? Нам..., животным. Помогите понять вас!

– Во-первых, это почти невозможно. А во-вторых – запрещено.

– Кем? – Этого я не должна говорить. Я и так сказала слишком много. Слова не объясняют. Они порождают новые слова. Порождают непонимание и смерть.

– Если так, то почему нарушаешь запреты.

– Я умираю, хоть отведу душу перед смертью... А, может, я не права, надо было просто убить тебя. Тоже неплохое развлечение напоследок.

– Ха! Ты просто не сможешь.

– Хочешь, покажу? (Пауза)

– Нет, лучше не надо... Но все-таки как?

– Я бы вызвала кое-кого. Осы помогают нам бороться с прожорливыми гусеницами. Я знаю все их сигналы. Могла бы вызвать ос-убийц. (Пауза).

– Удивительные вещи. Ты умная... Но наверно самые умные среди зеленых, это секвойи? Которые за свои тысячи лет жизни увидели так много всего?

– А разве столетние старики самые умные среди людей? Хотя молодые секвойи и впрямь не дураки.

Длинная пауза. Разговор себя незаметно исчерпал.

Присутствие ветки вытесняет весь остальной мир... Остается нечто доселе не знакомое, но очень важное. Погружаюсь в пространство свежести, красоты и чистоты.

Ни слов, ни мыслей.

\*\*\*

Меня прерывает тревожный шепот без слов.

– Выброси меня. Быстрее. Я вызвала ос.

– Что-что? Как ты могла.

– Могла... Не обижайся! И ничего не спрашивай. Пришлось...

Где-то в листьях пряталась оса. Она взлетает.

Отбиваясь от осы, выбрасываю ветку, она остается лежать в середине дороги, в пыли, под палящим солнцем...

Я ничего не сказал на прощание Цитроне.

– Чего это ты взял и выбросил такую красивую ветку, – говорит мой друг Григорий Иванович. Попросили бы у администратора вазу, бросили бы в воду аспирин. Она бы держалась еще несколько дней.

– И впрямь глупо, отвечаю я. – Не знаю, что на меня нашло.

## БАЛКАНЫ НА НАШЕМ БАЛКОНЕ

Наш балкон выходит на улицы Макса Потрошителя и Энди Щекатило. Немного неудобно, но, как говорят по телевизору наши властители дум, никогда не надо стесняться всемирной истории. Мы и не стесняемся. Мы тут живем.

На самом деле такие названия улиц появились недавно, после ареста в соседнем государстве одного из наших серийных убийц. Царь Салтан тут же сделал серика сенатором-корреспондентом, потом, для демонстрации правильной исторической перспективы, велел переименовать несколько улиц в столице. (Раньше они гордо носили имена забытых всеми зарубежных коммунистов.)

Надо признаться, тогда шуму было много. Громкий получился проект.

Но вернемся к будням. Вы наверно не знаете, что говорит стенка стенке на подобном перекрестке? Думаете: встретимся на углу? Как бы не так. Нам доподлинно известно, что после смерти Макс, мизогинище с берегов туманного Альбиона и Энди, Ростовский микрофил, друг друга на дух не переносят. Откуда мы это знаем? Дело в том, что их тени часто появляются на балконе нашей квартиры.

Мы влипли в эту историю, так как, в отличие от большинства жителей нашего дома, их видим. И это серикам льстит. Виноваты в этом мы сами, так как по собственной доброй воле занимались разными метафизическими упражнениями, открывали третий глаз, отпирали астральный слух. На наше счастье с обонянием мы не преуспели. (Этот намек на толстые обстоятельства вы скоро поймете.)

Наверно и к соседям серики тоже иногда заходят, но так как ворота восприятия у них наглухо приварены, интерес к ним у наших героев давно пропал.

Вначале мы, конечно, боялись, что они нас в один прекрасный день (скорее в одну ужасную ночь) зарежут. Но, похоже, что мы не относимся к их целевой аудитории. У нас они просто проводят время: лениво ругают правительство, а в перерывах грызутся между собой.

Каждый из них застолбил часть балкона, выходящий на улицу собственного имени. Там они сидят высоко над уличной толпой, невидимые большинству людей. Сидят как два Мефистофеля, то демонически ухмыляясь, то по-старчески засыпая и издавая громкий астральный храп.

В районе семи вечера, когда мы с женой обедаем, они тоже привычно занимают места за столом. Раньше мы раскладывали к их тарелкам специальные неострые ножи. Но эта предосторожность оказалась лишней. Они (по крайней мере, при нас) не двигают материальные предметы, а извлекают из ножа и вилки их энергетическую суть, используют ее для разрезания запаха пищи, и уверенно раскладывают полученные нежные прозрачные кубики по эфирным тарелкам. Ножи-вилки в их руках не дрожат.

Чаще всего за столом серики молчат, но иногда на них нападает болтливость. Тогда берегись. Они могут говорить без умолку до первых петухов. Ведь между нами принято, что они уходят сами. Да и куда нам деваться? Когда мы идем в другую комнату, они просто следуют за нами.

Мы пробовали их перехитрить, и как-то вечером, когда по косвенным признакам нас ожидала ночь терзаний, пригласили к себе в гости соседа Петухова. Увы, серики оказались нечувствительны к семантике, имя Петухова у них явно не связывалось с вестником утра. Наш метафизический мухлеж провалился с треском. Энди и Макс, никуда не спешили, не видимые Петухову, они развалились на диване, шептались и

похикивали. А Петухов, оказавшийся патологическим болтуном, к тому же алкоголиком, заливался хриплым соловьем до утра. Мы с женой еле выжили.

Если в квартире серики вели себя все-таки более или менее цивилизованно, то на балконе они вскоре начали настоящую балконную (а по свирепости, пожалуй, балканскую) войну друг с другом.

Самым невинным развлечением были астральные подножки, когда нога то Макса, то Энди удлинялась и оказывалась на чужой территории. Не знаю, как они этого достигали, но время от времени они оба спотыкались о недружественные ботинки, падали, чертыхались и в результате производили адский шум. Мы вздрагивали. При этом обучаемость у них была нулевой. На следующий день все повторялось.

Также они каким-то образом устраивали на чужой стороне балкона то ли птичий парламент, то ли базар астральных стервятников, которые притаскивали с собой добытые где-то в провинции дурно пахнущие души гнилых интеллигентов. (В столице этого товара практически не осталось.) К счастью мы не владеем ясно-обонянием, Макс и Энди же сами явно страдали, и притаскивали откуда-то вентиляторы ауры.

Также серики сумели каким-то образом вовлечь в свои игры детей верхних соседей, которые стали бросать на наш балкон всякие гадости. То на Максову, то на Эндиеву половину. Чаще на Максову.

После каждой удачно проведенной военной операции Энди сладострастно вздыхал и хрипел: – мне бы супчика с потрошками. Макс, который явно был в стрессовой ситуации менее вербален, отвечал то красноречивым взглядом, то неприличным жестом. Но не только этим. Где-то он достал астральную бутылку эфирной

валерьянки и вылил содержимое на часть балкона, где обитал Энди.

После этого тонкоматериальные коты с ужасными голосами не давали ни нам, ни серикам спать в течение нескольких дней и ночей подряд. Вскоре у котов началась диарея, и это добило бедного Энди. Он явно обладал повышенной чувствительностью.

Во время обеда он вдруг, ни к селу, ни к городу, мрачно изрек: – Жить невозможно. Англичанка гадит и гадит.

Вилка Макса застыла в воздухе. Это был удар под духовный дых!

– Как ты меня назвал? – Ты слышал.

– За англичанку ответишь, сказал Макс и шумно покинул квартиру. Энди ухмылялся. Хорошая шутка! Отвел душу! Его настроение и аппетит улучшились на глазах.

После этой истории наших сериков около недели не было ни видно, ни слышно. Мы даже вымыли балкон, и жизнь как будто вернулась в обычное русло. Надолго ли?

И предчувствие нас не обмануло, однажды вечером они снова возникли за столом. Но в каком они были виде!

– Где это вы так отметили друг друга? – не выдержал я.

– Это не мы, это нас, ответили они хором.

Оказалось, что когда они отправились после ссоры выяснять отношения, их выследили ортодоксальные энтузиасты с освященными бейсбольными битами. Только каким-то чудом им удалось прикинуться пожарными шлангами и избежать второй смерти.

Сейчас они зашли прощаться с нами, так как решили свалить в Лондонград, где по астральным слухам жизнь после смерти сейчас является менее опасной.

Мы ахали и охали вместе с ними, всплескивали руками и качали головами. Но удерживать их не стали.

Когда они исчезли, мы вздохнули с облегчением, но не могу сказать, что совсем успокоились. Ведь историческая память никуда не делась.

Обновить бы... эту самую память, что ли?

С другой стороны, судьбы наших судеб – народ мрачный и находчивый, и кто знает, какие еще сюрпризы они готовят для нас в будущем. Так что пусть лучше все остается так, как оно есть.

### ЦАРЬ-ПАУК

Два года назад ушел от власти оловянноглазый Дамнос, мне 107 лет, я не богат, не здоров, но все еще жив. При помощи друзей стал недавно владельцем крохотного магазина Подвал знаменитостей. Продаю «факсимильные» копии мебели, одежды и всевозможных бытовых мелочей, принадлежавших великим и популярным людям. Обзавелся достаточно большой базой данных. Издал каталог. Если покупатель победнее, тут же печатаю пластмассовые копии на 3D принтере. А кому подороже, заказываю нечто из более благородных материалов в театральных мастерских. Клиентов немного, особенно богатых, но на жизнь хватает. К тому же над магазином у нас с женой маленькая квартира. Все под рукой. Дом на тихой улице, старый, облицованный гранитом, рядом растут столетние деревья. Lazy man's heaven, мечта мелкого бизнесмена-гедониста с упором на слове мелкий.

\*\*\*

А оригиналы берете на комиссию? – спрашивает посетитель со злобной крысиной мордочкой, в бонтон мышинного цвета костюму. Он единственный клиент за сегодняшний день, хотя время уже приближается к обеду.

Оригиналы? Это серьезно. Угощаю клиента чаем и бутербродами с икрой. Настороженно злобное выражение понемножку исчезает с его лица.

– Что же вы предлагаете?

– Трон царя-паука.

– А саркофага фараона-скорпиона у вас нет? – приходит в голову глупая шутка. Но нет, есть клиенты, с которыми не шутят. Мой визави как раз из таких. И дело явно не шуточное.

–Того самого мифического то ли серого кардинала, то ли истинного тайного правителя Оловодья в нулевые годы?

...Я имею в виду легенду о юноше, которому в детстве сломали руки и ноги. Конечности срослись неправильно, а сам он зарос черными жесткими волосами и приобрел внешность паука – при необыкновенно остром и беспощадном уме. Он якобы правил страной из секретных подвалов Зимнего дворца.

– Его самого, и, уверяю вас, не более мифического, чем мы с вами. Но, как вы понимаете, дело более чем деликатное.

– Полагаю, что деньги вам нужны сразу.

– Нет, конечно – нет. Спешу успокоить вас, наш интерес к делу не является коммерческим. Наверно можно было бы сказать, что нами двигают некоторые идеи. Но рассказать о них я затрудняюсь. Вы понимаете..., мысль изреченная... К тому же правила, запреты... Да и вам небезопасно быть в курсе слишком многого. В любом случае о покупателе можете не беспокоиться, он у нас есть. Нам просто необходимо законно оформить передачу имущества.

– Вы не являетесь собственником трона?

– Что вы. Не имею чести. Я посредник. Но адвокат царя-паука завтра принесет вам корректно оформленный пакет документов.

– Адвокат царя? Он жив?

– Царь вошел в махасамадхи несколько месяцев тому назад, но его воля фиксирована одной из старейших и солиднейших адвокатских фирм. И покупатель абсолютно в курсе. Он не будет задавать вам никаких лишних вопросов. А с вас требуется только оформление актов купли-продажи. И, конечно, молчание. Это будет в ваших же интересах.

Договорились на 10 часов утра на следующий день. Холодок страха,... но мне не терпелось видеть легендарный предмет. Рассмотреть, потрогать, даже понюхать.

Однако моим мечтам не суждено было сбыться. Нет, нет, не то, что вы думаете, со стороны клиента не было никакого подвоха.

Просто трон (который числился как «кресло ортопедическое класса люкс») был упакован в несколько слоев полупрозрачной пленки. Мне померещилось, что на троне находится какое-то маленькое тело, сжатое массивными паучьими конечностями. Не может быть... Впрочем, не мое дело.

Пока мы с женой оформляли документы при помощи бухгалтера-робота, прошли 10 минут. Вот звонок в дверь. Какой ужас. Перед дверью толпилось несколько десятков крупных черных пауков.

– Это ритуальная служба, вы не обязаны пускать их до появления покупателя, – шепнул посредник. Но я уже открыл дверь. Толпа пауков, отчаянно толкаясь, но не трогая меня, ворвалась в магазин. У трона они замерли и образовали полукруг. Они тихонько скрипели и распространяли сильный запах, от которого у нас с женой волосы встали дыбом.

Тут подоспел и покупатель, неодобрительно посмотрел на пауков, но вслух не сказал по этому поводу ни единого слова. Мы быстро оформили документы, я принял банковский чек, ожидавшие за дверью грузчики вошли, подняли трон и водрузили

его на безводительский электро-катафалк Тесла. Покупатель вел протокольную съемку.

Пауки дисциплинированно покинули магазин и выстроились за катафалком. Кто-то тронул меня за локоть. – Это вам, – прохрипел седой, одетый в какое-то подобие гражданского костюма, паук, протягивая не очень толстый конверт.

Меж тем, кавалькада двинулась. Пауки, зацепившись друг за друга, образовали шар, который покатился за катафалком и с легкостью догнал машину. Пауки мгновенно облепили кар, и он взвился к редким облакам. С непостижимой скоростью черная точка исчезла в зените.

– Это похороны великой души паучьего народа, – промелькнула мысль. – Кем бы он ни был для людей, но для пауков его карьера, его жизнь будут предметом гордости на сотни и тысячи лет. Фактический царь величайшего государства на земле, повелитель живых существ совсем иной культуры. Карьера достойная Иосифа Прекрасного в Египте, который, кстати, тоже в какие-то моменты был монстром еще тем, например, когда превратил египетский народ в рабов фараона.

Я открыл конверт. Там было несколько объемных фотографий крупного черного паука с множеством бусинок-глаз. Так и есть, настоящий паук. Получается, что юноша со сломанными руками-ногами – это легенда, хотя может быть и основанная на случайной игре форм на какой-то нечеткой фотографии, ... как лунный человек или лицо на Марсе. Слыл самородком-калекой, оказался инородцем. Какая разница..., он проводил традиционную оловодскую политику. Неприятно? Что делать... Неразборчивая подпись внизу фотографии. Неужто «Иосиф»? Какой из... ? Тьфу, померещилось.

Под фотографиями лежали несколько хрустящих бумажек со сложными символами, чем-то напоминающие сертификаты

внешпосылторга. В самом низу был спрятан полиэтиленовый пакетик с несколькими черными волосками очевидного происхождения.

– Это история, – подумал я.

Тут внутренний бизнес-голос, похожий на шелест купюр, стал рассуждать о том, что факсимильные копии волосков царя имели бы хорошую рыночную перспективу. Я попросил его замолчать.

Еще несколько месяцев я боялся появления непрошенных гостей. Но никто не пришел. Операция явно была проведена безупречно.

Жена настояла на том, чтобы паучий конверт исчез из дома. Я положил его в арендованную банковскую ячейку. Передать в архивы? Разве что в архивы барона Мюнгаузена. Все знают, что правда бывает неправдоподобной, но не настолько же...

Истории царя-паука суждено остаться легендой. Ужасной легендой? Даже не знаю. Мне почему-то кажется, что это не он узурпировал власть, а вакансия на роль монстра в начале прошлого века узурпировала его. Дала неслыханную власть, но также сломала жизнь. Когда я думаю о нем, мной овладевают, мягко выражаясь, смешанные чувства: и ужас, и жалость и восхищение.

Есть многое на свете, друг Горацио...

## ИНФОРМАЦИЯ, НОВОСТИ, РЕКЛАМА

### Поздравления от БПА

#### Поздравляем

**Бондаренко Валентину Григорьевну (Чандиру)** с защитой диссертации на звание доктора Философии в области психологии (2015 г.) и с защитой диссертации на звание Гранд-доктора Философии в области психологии (2016 г.), а так же, с присуждением звания профессора МУФО.

**Елистратову Дину Юрьевну (Одесса)** с защитой диссертации на звание доктора Философии в области психологии (2015 г.).

**Гаганову Анну Анатольевну (Гранатову) – Москва** – с защитой диссертации на звание доктора Философии в области филологии, психологии и социологии (2016 г.) и вступлением в члены БПА.

**Трахтенберга Геннадия Эммануиловича, Москва** – профессора МУФО, члена МВУС со вступлением в члены БПА.

Мы надеемся на ваше активное участие в жизни нашей организации и по мере сил делать все для развития трансперсональной психологии в Санкт-Петербурге, России и на международном уровне.

\*\*\*\*\*

#### **XV ежегодная конференция Ассоциации Трансперсональной Психологии и Психотерапии**

#### **«ИСКУССТВО И ТВОРЧЕСТВО: трансперсональные горизонты»**

8-9 октября 2016 года, 10:00 – 22:00

*Москва, Московский Институт Психоанализа (МИП)  
Кутузовский проспект, 34, стр. 14*

#### **Сквозные темы конференции:**

- Жизнь как творчество
- Язык мифа: архетип, символ, история
- Искусство в импровизации
- Визионерское искусство
- Безумие и творчество
- ИСС и искусство
- Магический театр сознания
- Транс, инсайт, мистический опыт
- Языки творчества в трансперсональном опыте
- Развитие творческих способностей
- Терапия искусством
- Сновидения и творчество
- Карты экстаза, радости, любви, милосердия, равновесия
- Игры мужского и женского: многообразие наслаждения
- Алхимия экстаза: жертва, сублимация, творчество
- Творчество как экстатический опыт

#### **Цель конференции:**

Помочь преодолеть страх перед творчеством и снять психологические преграды, мешающие раскрытию творческого потенциала.

Познакомить с тем, как понимают творчество различные духовные традиции.

Научить активизировать интуицию и ресурсные состояния бессознательного.

Дать энциклопедию творческих методов решения проблем.

Помочь полнее познакомиться с внутренним источником творчества.

#### **Структура конференции:**

Пленарные выступления и методические секции.

Дискуссии, “круглые столы”.

Практические семинары (workshops).

Заключительный концерт.

**Среди выступающих:**

- Александр Гиришан (мастер танцевально-двигательной терапии)
- Виктор Петренко (член-корреспондент РАН, профессор факультета психологии МГУ)
- Вадим Демчог (актер и режиссер магического театра сознания)
- Алексей Белокуров (художник body-art, play-back театр)
- Бронислав Виногородский (ведущий эксперт по даосизму в России)
- Вера Сажина (шаманка, певица)
- Вилли Мельников (поэт и полиглот)
- Владимир Козлов (д.пс.н. профессор, академик, основатель интегративной психологии)
- Владимир Майков (руководитель школы духовно-ориентированной психологии и психотерапии МИП)
- Галина Шибаева (к.пс.н., мастер ребефинга)
- Геннадий Бревде (к.ф.н., специалист по юнгианскому анализу)
- Герман Карельский (к.ф.н., президент АТПП)  
Евгений Пустошкин (психолог, исследователь интегрального подхода)
- Елена Грабарь (коуч, руководитель Академии ментальной эволюции человека)
- Ирина Зингерман (к.п.н., психолог)
- Ирина Кулик (арт-критик, искусствовед)
- Ирина Курис (д.п.н., профессор, академик БПА и МУФО, руководитель трансперсональной психологии СПб)
- Марина Белокурова (психолог)
- Наталья Ивановская (архитектор)
- Сергей Летов (музыкант-импровизатор)
- и другие...

**Запись и регистрация:** Алина 8(967) 296-22-88  
alinapetrovich93@gmail.com

**Интернет-поддержка:** www.transpersonal.ru, www.terton.ru

**Стоимость участия** 3000 рублей (1500 рублей в день).  
Члены АТПП – 2000 рублей (1000 рублей в день).  
Студенты МИП – бесплатно.

\*\*\*\*\*

**СПРАВКИ ОБ АВТОРАХ**

**Сойдла Тыну Рихович** - (Санкт-Петербург), Доктор биологических наук, генетик. Соучредитель и действительный член Российской Ассоциации Трансперсональной психологии и психотерапии (АТПП); Член Президиума АТПП. Автор более 20 трансперсональных эссе, опубликованных в международных журналах. Основные темы: материальные корреляты памяти и сознания; музыка, литература и искусство как носители трансперсонального опыта; персональная мифология. Член редколлегии журналов Journal of Transpersonal Psychology, Journal of Mind and Behavior, член редакционного совета проекта «Тексты трансперсональной психологии». Персональная страница: [www.dino32.narod.ru](http://www.dino32.narod.ru)

-----

**Курис Ирина Викторовна**, С-Пб, К.п.н., Гранд-доктор философии в обл. педагогической психологии, Профессор БПА и МУФО. Член МВУС, Гранд-мастер Йога-Данс. Официальный тренер Европейской Трансперсональной Ассоциации (ЕВРОТАС), Член Президиума АТПП, руководитель отделения Трансперсональной психологии БПА. Президент Северо-Западного регионального отделения трансперсонального сообщества.

[https://vk.com/public53502853?z=album-53502853\\_173942651](https://vk.com/public53502853?z=album-53502853_173942651)

[www.bioenergoplastika.ru](http://www.bioenergoplastika.ru) E-mail: [kurisira@gmail.com](mailto:kurisira@gmail.com)



**Бондаренко Валентина Григорьевна (Чандира)** – Гранд-доктор философии, Профессор МУФО, Член МВУС, Член Союза писателей России, Член-корреспондент БПА, Лауреат международного конкурса (ЮНЕСКО-АППОЛОН) 2015 Лауреат Премии Золотое Перо России

<http://www.stihi.ru/avtor/chandira> E-mail: [chandira15@mail.ru](mailto:chandira15@mail.ru)

**Геннадий Михайлович Бревде** – БПА, (Санкт-Петербург), кандидат философских наук, сертифицированный психотерапевт Европейской Трансперсональной Ассоциации, член Президиумов Российской и Европейской трансперсональных ассоциаций, официальный преподаватель Европейской Ассоциации психотерапии, декан Восточноевропейского факультета Международного Института Исследования Сознания и Психотерапии (Фрайбург, Германия).

[www.brevde.com](http://www.brevde.com) E-mail: [brevde@gmail.com](mailto:brevde@gmail.com)

**Гаганова Анна Анатольевна (Гранатова)** - Москва, - доктор философии в области филологии, психологии и социологии. Член Союза Писателей России, Член Союза журналистов России, Член общества по изучению культуры США (журфак МГУ), член БПА.

**Савельев Юрий Федорович**, С-Пб, Гранд-доктор философии, Дипломант 1-й степени конкурса ЮНЕСКО; Полный профессор МУФО и Оксфорда; Член БПА. Мастер дыхательных психотехник; Остеопат; Художник; Путешественник.

Контакты: т. 8 (911) 955-14-98 или [sauf47@mail.ru](mailto:sauf47@mail.ru) E-mail:

**Трахтенберг Геннадий Эммануилович** – Москва, проф.МУФО, член МВУС, Лауреат международного конкурса «Бизнес-администрирование и Экологическая безопасность в современном мегаполисе» (ЮНЕСКО-АППОЛОН) 2015.

**Царева Анна Владиславовна**, С-Пб, социолог, кандидат экономических наук, доцент факультета социологии Санкт-Петербургского государственного университета. Область научных интересов: современные информационные технологии, социология Интернета и виртуальной реальности, игры и их социокультурная роль в современном мире.

E-mail: [art-comm05@yandex.ru](mailto:art-comm05@yandex.ru)

**Елистратова Дина Юрьевна**, Одесса, Украина – юрист-психолог, доктор философии в обл. психологии, специалист в области Гештальт терапии по работе с кризисными ситуациями. Член БПА. Исследователь медитации творчества.

E-mail: [dina\\_elistratova@ukr.net](mailto:dina_elistratova@ukr.net)

**Левицкий Аркадий Давыдович**, Москва, психолог, психотерапевт, доктор астрологии РАС (Российский Астрологический Совет), Член БПА, автор книги «Астрология с человеческим лицом»

[www.noo-therapy.ru](http://www.noo-therapy.ru) @: [levitsky@list.ru](mailto:levitsky@list.ru), [levitsky.a@gmail.com](mailto:levitsky.a@gmail.com)

**Алфеева Евгения Олеговна**, С-Пб. Член БПА, трансперсональный психолог; психолог-консультант; сертифицированный тренер по холотропному дыханию; психолог психотравматолог; изучаю шаманизм, в частности традиции племени Шипибо и Мочика Перу, работа с растениями силы; член трансперсональной ассоциации России; проходит курс по повышению квалификации по специальности юнгианский психоаналитик.

E-mail: [alfeevi\\_o\\_e@mail.ru](mailto:alfeevi_o_e@mail.ru)

**Богданович Виталий Николаевич**, С-Пб. врач, психолог высшей категории, писатель. Действительный член БПА, руководитель авторской школы «Осознание» исследователь в области малых и сверхмалых полей и взаимодействий, Автор и

создатель многочисленных тренингов. Действительный член Ассоциации трансперсонально психологии.

**www <http://osoznvanie.ru/> E-mail: [KBVB@list.ru](mailto:KBVB@list.ru)**

**Бурановская Наталья Анатольевна.** Санкт-Петербург. Историк, культуролог. Член Балтийской педагогической Академии, по отделению трансперсональной психологии. Член Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии.

E-mail:

**[isidu@yandex.ru](mailto:isidu@yandex.ru)**

**Романова Алина Михайловна** – Киев, Украина. Выпускница МА «АУРА», мастер Рейки, мастер массажа. Исследователь трансперсонального творчества и медитативного опыта.

**<https://www.stihi.ru/2016/05/30/9445> E-mail: [giyan@i.ua](mailto:giyan@i.ua)**