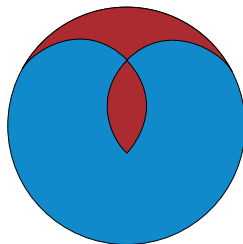


Авессалом Подводный

Серия «Высшие архетипы»

Часть 1

**ХОЛИСТИЧЕСКИЙ
АРХЕТИП:
целое и часть**



«Аквамарин»

Москва
2011

ББК Ю9 88

П44

П44 Авессалом Подводный «Холистический архетип: целое и часть». Москва, «Аквармарин», 2011 г. – 240 стр.

Серия «Высшие архетипы», часть 1.

Книги этой серии представляют собой оригинальный подход к современной практической психологии. Высшие архетипы лежат в основе человеческой психики, представляя собой ее фундамент и базисные энергии. Они группируются в замкнутые семьи, каждая из которых представляет собой особый взгляд на мир и особый способ подсознательного внимания человека.

Данная книга поможет читателю ответить на следующие вопросы:

- Как развить в себе систематичность мышления?
- Как разбираться в сложных вопросах?
- Как искать рациональное зерно?
- Как научиться правильно обобщать?
- Как отличить важное от неважного?

Редактор Мариана Шканчикова

© Авессалом Подводный

ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступление 3

Введение. Высшие архетипы и психология 13

Глава 1. Холистическая семья и ее проработка 42

Холистическая семья 42

Проработка Глобального архетипа 47

Проработка Локального архетипа 54

Проработка Холистического архетипа 61

Глава 2. Холистическая психология 90

§1. Индивидуальность 91

Мировосприятие 91

Мировоззрение 97

Концепция личности 100

Высшая жизненная цель и миссия 105

Бог и религиозность 109

Перевоплощения, карма и бессмертие души 113

Основные ценности 116

Жизненные цели и программы 120

Жизненные позиции 124

Этика: добродетели и пороки 127

Противоположности 132

Свобода и необходимость 135

Самооценка и самомнение 138

Слабые места и страхи 142

Время 145

Любимые сюжеты, герои, образы 148

Таланты и творчество 152

Инициатива и воля 155

Развитие 159

Энергия 163

Якоря 166
Застревание 170
Деятельность 173

§2. В социальной среде 177

Начальник 177
Подчиненный 181
В группе равных 184
Семья 188
Пара 192
Знакомство 196
Прощание 198
Комплименты и реакции на них 201
Жалобы и претензии 203
Речь 206

§3. Эмоции 210

Любовь 211
Гнев 213
Жалость 217
Беспокойство и тревога 220
Радость 223

§4. В материальном мире 225

Самочувствие 225
Ощущение внешнего мира 227
Еда 229
Внешний облик 232

Вступление

Предлагаемая вниманию читателя серия книг под названием «Высшие архетипы» была задумана автором как своеобразное введение в глубинную психологию. Она предназначена для людей, которые, не являясь психологами по образованию или основной профессии, тем не менее каждый день сталкиваются с многочисленными представителями человеческого рода и их проблемами и вынуждены так или иначе приспособливаться к одним людям и управлять другими, пользуясь при этом не вполне понятными им самим методами. Коммуникация или, проще говоря, человеческое общение настолько обыденно и привычно, что кажется непрофессионалу не содержащим никаких особых тонкостей и загадок. С другой стороны, высшие достижения профессионалов-психотерапевтов, бизнесменов, юристов, политиков, дипломатов в очень большой степени связаны с умением тонко подстраиваться и не менее тонко влиять на своих партнеров, пользуясь психологическими методами, большая часть которых постигается чисто интуитивно, а остальные не постигаются вообще.

Царские пути в подсознание. Основным достижением теоретической психологии XX века, связанным в первую очередь с именем Зигмунда Фрейда, было открытие *подсознания*, то есть скрытых от человека психических процессов, которые, однако, в значительной мере влияют на его мировосприятие, самоощущение и поведение. Конечно, нельзя сказать, что Фрейд первым открыл существование подсознания, но он, во-первых, сделал на нем большой акцент, то есть сказал

на весь цивилизованный мир: «Подсознание – ЕСТЬ!» – и был услышан, а во-вторых, исследовал и подробно описал пути, с помощью которых можно проникнуть в подсознание и что-то о нем узнать. Основным методом, которым пользовался при изучении подсознания основатель психоанализа, были свободные ассоциации, связанные с содержанием сновидений человека. Фрейд даже говорил, что сновидения – это царский путь в подсознание.

Этой же точки зрения придерживался самый знаменитый ученик Фрейда – швейцарский психолог Карл Юнг, которого можно считать предтечей *трансперсональной психологии*, интенсивно развивавшейся во второй половине нашего столетия. Юнг, изучая сны своих пациентов, натолкнулся на поразившее его обстоятельство, заключавшееся в том, что в этих снах встречались непонятные и неизвестные самим пациентам символы, весьма значимые и популярные в другие времена и в иных культурах. Отсюда Юнг сделал вывод о том, что через свою психику и подсознание человек, сам не ведая того, связан с другими людьми и культурами через *архетипы*, или первообразы, отражающие в личном подсознании основные и общие для всего человечества сюжеты, представленные в наиболее распространенных мифах, легендах и сказках. Юнг, вслед за своим учителем, также считал, что толкование сновидений – это царский путь в индивидуальное подсознание.

Уже во второй половине XX века наш современник чешский психиатр Станислав Гроф, изучая действие на психику своих пациентов сильного психотропного препарата ЛСД, столкнулся с такими эффектами их проникновения в глубины своей памяти и подсознания, которые показались ему и его последователям не сравнимыми даже с глубинным психоанализом. И, резюмируя достоинства своего метода, Гроф заметил, что

царский путь в подсознание – это ЛСД. (В последнее десятилетие на смену этому препарату, запрещенному в связи с негативными побочными эффектами, пришел более мягкий метод так называемого *свободного дыхания*, дающий похожие результаты проникновения в психику.)

Общим и для Фрейда, и для Юнга, и для Грофа, и для их последователей было стремление проникнуть в центр патологической программы подсознания, помочь пациенту увидеть и осознать подсознательный корень его психологических проблем, например, первичное травматическое переживание, реакцией на которое стали его актуальные проблемы. Такой подход к психотерапии можно назвать *хирургическим*, но он не является единственно возможным. Вообще, осознание глубинных противоречий и травм своего подсознания для большинства людей – чересчур болезненное переживание, к которому они психологически не готовы. Поэтому их подсознание сопротивляется подобному прямому вторжению как только может, причем хитроумию и эффективности этого сопротивления можно только поражаться. Более деликатным и вызывающим меньшее подсознательное сопротивление является *терапевтический* подход, когда психолог не стремится к тому, чтобы пациент осознал подсознательные корни и источники своих проблем, а взаимодействует с ними косвенно, идет окольными путями. Если этот подход оказывается успешным, то пациент плохо понимает, почему беспокоившие его симптомы ушли или ослабли, и роль терапевта становится неочевидной. Последнее обстоятельство во многом неблагоприятно для терапевта (во-первых, у него не возникает должного самоутверждения, а во-вторых, у клиента может возникнуть вопрос: за что же он платил деньги?), но благотворно для клиента, который не попадает в сю-

жет Беспомощной Жертвы, что неизбежно при любой видимо эффективной помощи.

Существует ли путь в подсознание, не связанный напрямую с осознанием травматических переживаний прошлого и других болезненных его зон? По мнению автора, таким путем является изучение *модальностей* (качественных особенностей) восприятия и поведения человека, соответствующих высшим, то есть наиболее абстрактным архетипам. Является ли этот путь царским, пусть судит читатель; дело автора – описать его и пройти по нему вместе с читателем до момента, когда наши дороги разойдутся, то есть до последней страницы этой книги.

Модальности. Изучение человеческой психики фактически еще только начинается, и в этом нет ничего удивительного, так как она является самым сложным из известных нам объектов Вселенной. Революционным открытием XX века была функциональная асимметрия головного мозга, то есть анатомо-физиологическое подтверждение существования двух принципиально разных видов мышления: логически-дискурсивного (левополушарного) и абстрактно-образного (правополушарного). В частности, левое полушарие сосредоточено на фокусе, логике, рациональном содержании и конкретном смысле, в то время как правое полушарие отвечает за фон, абстракции и иррациональные свободные ассоциации, составляющие единую картину. Казалось бы, эти роли одинаково важны; однако, это так лишь при рассмотрении обыденной жизни и мышления человека. При переходе к наиболее тонким и одновременно самым важным аспектам человеческой жизни, к тому, что отличает человека от животного и делает его самосознающим и духовным существом, способным на диалог с Божественным началом Вселенной, обнаруживается, что роль правого полушария резко возрастает: оно, по мнению автора,

отчетливо становится главным. Религиозная вера, духовные порывы, гуманизм не логичны, но образны, и рациональная мысль здесь хороша лишь при условии ее безусловного подчинения первично иррациональному единственному образу. Аналогичное явление наблюдается и при изучении человеческой психики и подсознания: самые фундаментальные их структуры лучше постигаются правым, нежели левым полушарием исследователя (если он, конечно, не левша). В частности, чем глубже в подсознание, тем большую роль приобретают вопросы «Как?» и «В каком стиле?» по сравнению с «Что?» и «В каком месте?». Для психики чаще важнее обстоятельства, оттенки, общий смысл, звучание, нежели конкретное действие, детали, точные отношения. Кроме того, психика чрезвычайно связна, и «свободные ассоциации», которыми пользовались Фрейд и Юнг, являются, по-видимому, не частным психологическим приемом, но фундаментальным механизмом связи различных сфер и областей подсознания. Эти ассоциации возникают по принципу общности некоторого качества, или модальности, которым обладают два в остальном никак не связанных друг с другом слова или образа.

Однако не все качества, или модальности, в равной мере важны для психики. Наиболее фундаментальными, на взгляд автора, являются те из них, которые постоянно присутствуют (в одном из своих вариантов) в ней всегда, причем чаще всего незаметно для человека. Эти модальности соответствуют высшим, то есть наиболее абстрактным архетипам, и способны самым причудливым образом налагаться друг на друга, образуя разнообразнейшие узоры и переплетения, очень индивидуальные для каждого человека. Можно даже сказать, что неповторимая психическая индивидуальность человека как раз и состоит в специфичной конк-

ретно для него игре высших модальностей, сопровождающей его обыденную (или необычайную) жизнь.

Психологическая одаренность человека в первую очередь определяется тем, насколько точно он умеет (чаще всего подсознательно) воспринять модальности окружающей его реальности и адекватно на них отреагировать. Сложность здесь заключается еще и в том, что эти модальности довольно быстро меняются, а реакция профессионала должна быть практически мгновенной. Но главная трудность состоит в преодолении жесткой фиксации модальностей, свойственной данному человеку, и не навязывании их партнеру. Человек, который грубо навязывает свои модальности окружающим, производит впечатление тирана, психологического грубияна, толстокожего носорога, жесткого эгоцентрика – притом, что сам по себе, внутренне, он может не соответствовать этим характеристикам; однако невнимание индивида к используемым им модальностям обществом не прощается. Наоборот, человек, искусно и тонко управляющий модальностями своего и чужого поведения, получает звания чародея, любимца общества, центра общественного притяжения, административного таланта, гения коммуникации и т. п.; и хотя его понимание окружающих может быть совсем не глубоким, интуитивно найденные им ключи открывают гораздо более тайные двери, чем он предполагает.

Предлагаемая вниманию читателя книга по замыслу автора совершенно практична: она дает возможность трудолюбивому и внимательному читателю не только ознакомиться с высшими архетипами на теоретическом уровне, но и научиться видеть их проявления в используемых им самим и окружающими людьми модальностях, а также самому использовать необходимые модальности даже в тех случаях, когда его подсознание против этого почему-либо возражает.

Высшие архетипы и психотерапия. Поиск актуальных для эпохи архетипов – задача антропологов, культурологов и поэтов; осмыслением и абстрактным описанием архетипов должны заниматься философы, а изучением их преломления в человеческой психике, подсознании и поведении – теоретическая и практическая психология. В этой книге автор рассматривает преимущественно этот последний аспект, то есть проявления архетипов в человеческой психологии и поведении. Некоторые из архетипов, рассматриваемых в предлагаемой читателю серии книг, уже известны читателю по книгам автора «Эзотерическая астрология» и «Покрывало майи, или Сказки для невротиков»; однако если там психологический анализ был лишь слегка намечен, то в этой серии автор поставил себе целью дать подробную, широкую и объемную картину проявлений архетипов в большинстве аспектов человеческого бытия.

Зачем это нужно? Дело в том, что абстрактно-философское описание высшего архетипа обычно очень просто – настолько, что его может понять первоклассник; но действие этого архетипа в конкретной ситуации внешнего или внутреннего мира человека заключается не в *содержании* соответствующего эпизода, а в его определенной окраске, или *модальности*, на которую человек, как правило, не обращает особого внимания, хотя для психики она играет первостепенную роль.

Многочисленные психологические проблемы и несовершенства связаны с неточным или откровенно неудачным использованием высших модальностей, причем нередко возникает впечатление, что за подобными ошибками стоит целенаправленная подсознательная сила, буквально заставляющая человека использовать неадекватные модальности откровенно во вред самому себе. Психолог фрейдовской или юнговской школы,

заметив это, попытается выяснить, каковы же внутренние причины подобных систематических искажений, выявить соответствующее детское переживание и т. д. Однако это, во-первых, не всегда возможно, а во-вторых, связано с преодолением большого подсознательного сопротивления: психика не одобряет прямого вторжения в ее интимные и болезненные места. В то же время подробное знание других, обычно игнорируемых человеком, вариантов восприятия и поведения, связанных с использованием иных модальностей, дает возможность существенной (и весьма глубокой) психокоррекции без поиска и исправления «истинных» причин невроза в понимании Фрейда или Грофа. В таком подходе есть свои достоинства и недостатки: он менее впечатляющ, нередко занимает существенное время и требует от клиента большой работы над собой. С другой стороны, он более «терапевтичен» и легче встраивается в непосредственную жизнь клиента; кроме того, при таком подходе излечение происходит как косвенный результат процесса обучения, что, по мнению автора, будет магистральным направлением психотерапии XXI века.

Модальности и свобода. Вопрос о внутренней свободе человека и умении «властвовать собою» тесно связан с его осознанием и владением модальностями своего внешнего и внутреннего поведения. Это очевидно даже в бытовом отношении: друзья и родственники чаще всего обижаются друг на друга не в связи с тем, *что* они друг другу делают, но по причине того, *как* они это делают. Просьба, выраженная тоном приказа; извинение, произнесенное в обвиняющей тональности; небрежно выраженное соболезнование – типичные причины обид, как кратких, так и долговременных. Однако внимательное наблюдение показывает, что подобные неадекватности, как правило, неслучайны, и, казалось бы, очевидная и несложная коррекция по-

ведения оказывается для человека психологически – по неясным для него самым причинам – необычайно трудным делом. Однако, справившись с ним, человек ощущает облегчение в своей жизни в целом, обнаруживая гораздо большую свободу переживаний и действий, чем имел раньше.

Цели. Подробно описывая уровни проработки вышедших архетипов и проявления соответствующих им модальностей на самом разном жизненном материале, автор преследовал три основные цели. Первая из них заключалась в том, чтобы дать читателю возможно более полное описание этих архетипов и их влияния на психику и поведение человека. Вторая цель состояла в том, чтобы помочь читателю правильно воспринимать людей, сильно отличающихся от него самого, и найти адекватные средства общения с ними. И, наконец, третьей, самой важной для автора, целью было составление *практического руководства для саморазвития*: читая приведенные описания, читатель, как надеется автор, не только узнает в них своих хороших знакомых, коллег и киногероев, но и получит ключи к выработке у себя самого соответствующих умений и навыков.

Если читатель поставил перед собой цель активного овладения предлагаемым материалом, то по прочтении каждого фрагмента описания архетипов данной семьи он может задаться следующими вопросами:

Какие из описанных модальностей наиболее свойственны мне, а какие – моим окружающим?

Какие из описанных модальностей непереносимы для меня, и какие – для моих друзей и врагов? Какой спектр модальностей для меня в принципе доступен, а какие я не использую никогда, и по каким соображениям? Серьезны ли последние, или являются лишь маскировкой чего-то более глубокого?

Какой спектр модальностей я допускаю для своих окружающих, и как он коррелирует со спектром, который я в принципе разрешаю себе? Фактически разрешаю себе?

После этого читатель может для каждой из описанных автором модальностей придумать жизненный пример, где она используется, и попробовать реализовать его на практике. Затем можно рассмотреть свой жизненный опыт под таким углом зрения:

Какие из трудных проблем могли быть обойдены или решены с меньшими затратами одним лишь тщательным подбором используемых вами модальностей?

Какие случаи искаженного и вовсе неправильного понимания вами человека или ситуации были связаны с неправильным пониманием модальности происходящего?

Автор не сомневается, что серьезные размышления на эти темы приведут читателя к неожиданным и далеко ведущим открытиям.

Введение

ВЫСШИЕ АРХЕТИПЫ И ПСИХОЛОГИЯ

Время и архетипы

Динамика времени определяется и выражается господствующими в обществе архетипами; смена времен означает смену архетипов или, по крайней мере, способов их проявления и акцентуации. Как правило, ведущие архетипы эпохи завуалированы и опосредованы социальными ритуалами и общепринятыми полусознательными представлениями, с которыми никто не спорит и даже не ставит их под сомнение – просто потому, что это не приходит в голову. Воздух, которым мы дышим, не является предметом обсуждения – до тех пор, пока он не меняет решительно своего химического состава, к которому нужно заново адаптироваться или, если это оказывается невозможным, качественно его менять.

Сейчас, однако, меняются не только формы социальной жизни больших коллективов – меняется сам человек, меняются архетипические варианты судеб индивидов и коллективов и становится несравненно более ясной сама природа человека как творения Божьего и Божественного инструмента воздействия на мир. Информация и техники, бывшие раньше в распоряжении узкого круга избранных, рассекречиваются и становятся доступными всем желающим – разумеется, теряя при этом первоначальную харизму и превращаясь из

последних в первые ступени Лестницы Восхождения, но все же открывая ее всем стремящимся.

Греческое слово *архетип* в переводе означает *первообраз*. С легкой руки знаменитого швейцарского психолога Карла Юнга оно вошло в западную культуру XX века в значении «универсальный образец», и хотя сам Юнг понимал архетип достаточно конкретно – как универсальный мифологический сюжет или символ, присутствующий в большинстве религиозных культур – впоследствии значение этого слова было расширено до представления об абстрактном символе, который может по-разному интерпретироваться в любых обстоятельствах, не теряя при этом своего основного значения.

Поиск и первичное описание ведущих (активных) архетипов эпохи – задача культурологии и философии, но без подробного изучения их влияния на психику отдельных людей и коллективов она не может считаться выполненной, так как именно в индивидуальной психике архетип проявляется наиболее развернуто и полно.

Архетипы и модальности. Архетип проявляется во внутреннем и внешнем поведении человека не напрямую, а через определенную модальность, то есть через определенное качество происходящих внутри и вне человека процессов. Люди зачастую не склонны обращать внимания на используемые ими и обращенные к ним модальности, интересуясь больше «существом дела»; однако для подсознания, а также для жизни человека в целом модальности играют не менее важную роль, чем осознаваемое «существо дела», окрашивая его в определенные тона и оттенки, которые, в конце концов, оказываются основным фактором, а то, что казалось сутью, во многом отступает на второй план или даже кажется вовсе несущественным. Одна из задач практического психолога заключается в том, чтобы помочь