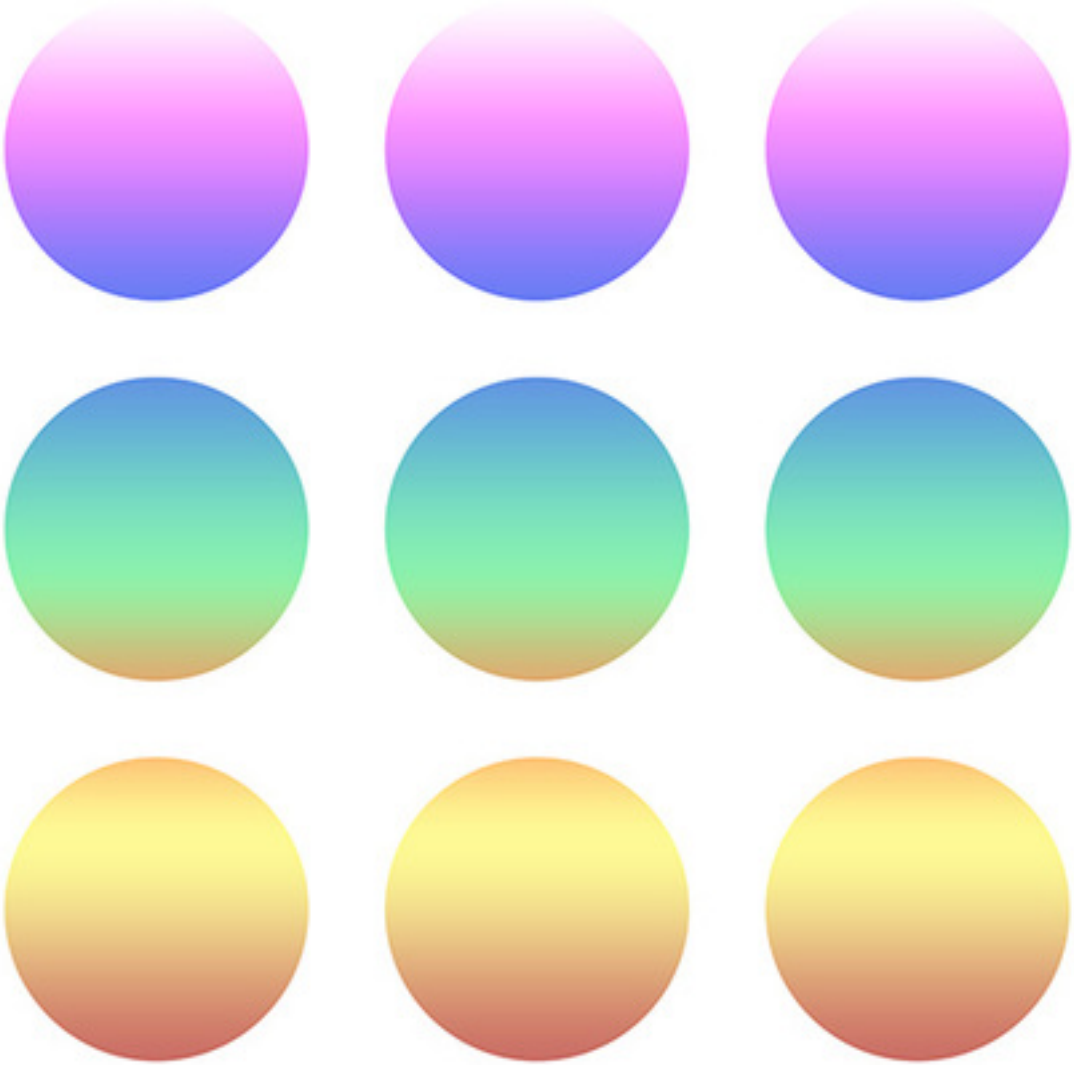
Кен Уилбер

Интегральная духовность



Новая роль религии в современном
и постсовременном мире

Кен Уилбер

Интегральная духовность. Новая роль религии в современном и постсовременном мире

Текст предоставлен правообладателем.
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9237035
Кен Уилбер Интегральная духовность. Новая роль религии в современном и постсовременном мире: ООО «Ориенталия»; Москва; 2013

Аннотация

В данной работе Кен Уилбер, известный своим многогранным подходом и способностью к максимально простому изложению сложных вопросов, предлагает новаторский взгляд на роль науки, религии и духовности в современном мире. Обращаясь к широкому спектру источников (от самих духовных традиций до последних открытий в естественных и гуманитарных науках), при помощи интегрального подхода автор стремится ответить на вопросы поиска места духовности в повседневной жизни, доказательства существования Духа, стадий духовного развития, роли медитации и созерцательных практик, восточных и западных подходов к религии.

Содержание

Обращение к читателю 5
Введение в интегральный подход 7
Краткий обзор 7
Интегральная, или всеохватная, карта 8
Что такое ИОС? 9
Состояния сознания 10
Стадии, или уровни, развития 11
Эгоцентризм, этноцентризм и мироцентризм 13
Линии развития: что-то у меня получается хорошо, а что-то – не очень… 15
Интегральная психограмма 17
Какой тип: мальчик или девочка? 20
Больной мальчик, больная девочка 24
Три в одном 25
Сознание и комплексность 27
А теперь: вот как это собирается всё вместе 28
Применение ИОС 36
Интегральная медицина 36
Интегральный бизнес 37
Духовность взаимоотношений и социально значимая духовность 38
Интегральная экология 38
Практика интегральной жизни 38
Итоги и заключение 40
Глава 1. Интегральный методологический плюрализм 42
Горизонты проявления 47
Интегральная математика изначальных перспектив 49
Интегральная постметафизика 51
Великие традиции разбились о табу на (меж)субъективность 55
Общее описание интегральной эпистемологии 57
Глава 2. Стадии сознания 58
Горизонт зоны 2: научное исследование внутренних измерений 59
Историческое (и современное) значение структурализма 63
Другие внешние подходы к верхне-левому квадранту 66
Уровни и линии сознания 67
Потоки и спирали повсюду 70
Как соотносятся друг с другом различные линии 74
Джеймс Фаулер: стадии веры 80
Глава 3. Состояния сознания 81
Феноменология, чувственный опыт и состояния сознания 82
Тренируемые состояния: созерцательные и медитативные состояния сознания 86
И вопрос на миллион звучит так… 91
Глава 4. Состояния и стадии 92
Зоны 1 и 2: дзен и спиральная динамика 93
Конец ознакомительного фрагмента. 94

Кен Уилбер
Интегральная духовность. Новая роль религии в современном и постсовременном мире

Посвящается Колину Бигелоу.

Можно сказать, Ваджрапани от Манджушри.

Проект осуществлён при поддержке Издательства и Центра практик «Открытый Мир» www.openw.ru

Интернет-портала «Сообщество Интегрального Мира» www.integralportal.ru

Интегрально-информированной инициативы Ipraktik www.ipraktik.ru

Отдельная благодарность за помощь Олегу Линецкому, Максиму Голубю и Нелее Мариевской, а также всем членам российского интегрального сообщества, внёсшим свой вклад в реализацию данного проекта.

© Ken Wilber, 2006

© ООО «Ориенталия», 2013

Обращение к читателю

За последние двадцать лет получил известность и широкое признание совершенно новый теоретический подход к организации мира и нашей активности в нём. Речь идёт об интегральном подходе, который в настоящее время находит применение во многих областях человеческого знания: в бизнесе и медицине, психологии и юриспруденции, политике и теории устойчивого развития, искусстве и образовании. Благодаря тому, что интегральная концепция претендует на целостность и всеохватность, у каждой использующей её дисциплины появляется возможность преобразовать себя наиболее целостным, эффективным и продуктивным способом. Но такое преобразование происходит не потому, что эти дисциплины получают какое-то новое содержание: сам по себе интегральный подход ничего не добавляет в них, он просто показывает границы их собственного применения, которые, как правило, не столь обширны и всеохватны, как интегральный подход. Именно это и является тем руководящим принципом, который обещает поистине революционные преобразования, по крайней мере, в некоторых областях человеческого знания.

А что если мы применим интегральный подход к духовности? Именно это и является темой настоящей книги.

Тема эта по своей природе столь серьёзна, а её различные ответвления имеют столь колоссальное значение и масштаб, что мне с самого начала хотелось бы избежать плачевной участи задохнуться в тисках этой серьёзности. Вот почему я решил избрать другое направление – в сторону лёгкости и даже некоторой фривольности. Но, полагаю, это единственный способ обращаться с темой, которая содержит в себе не что иное, как предельный интерес к таким спорным понятиям, как Бог и Дух, спасение и покаяние, греховность и искупление, иллюзия и пробуждение. Лёгкость прикосновения – это и мудрое настроение, и блеск изящества.

Одна из основных трудностей в представлении интегрального подхода заключается в том, что его нужно объяснить, прежде чем начать использовать. Так что мне пришлось в качестве своего рода пролога или прелюдии включить в книгу краткий обзор «Введение в интегральный подход». Тем из вас, кто близко знаком с интегральным подходом, конечно, достаточно будет только бегло просмотреть его, а может, и вовсе пропустить.

После того как интегральный подход будет вкратце представлен и объяснён, мы сможем применить его к духовности. Я не буду давать краткого обзора всех выводов, сделанных в книге, и просто укажу, что они касаются нескольких, возможно, четырёх или пяти, наиболее острых вопросов, относящихся к духовности, – таких, как место духовности в повседневной жизни, доказательство существования Духа, стадии духовного развития, роль медитации и созерцательных практик, восточные и западные подходы к религии, – и их связи с различными течениями в современном и постсовременном мире. Дать ответы на эти вопросы равносильно тому, чтобы написать манифест интегральной духовности.

Я уверен, что интегральный подход к духовности раскрывает новую роль религии в современном и постсовременном мире – ту роль, которая до сих пор упускалась из виду, и эта совершенно новая роль не только имеет значение для религии как таковой, но и предлагает весьма реалистичный способ спасения для человечества в целом. Более подробное объяснение этой роли будет дано по мере развития дискуссии.

В книге время от времени встречаются примечания, более подробно раскрывающие ту или иную тему; тем же, кто хочет погрузиться в обсуждаемые вопросы ещё глубже, я рекомендую заглянуть на сайт www.kenwilber.com – вы найдёте там сотни страниц пояснений. Кроме того, в книге вам будут встречаться ссылки наподобие этой – «Отрывки A – G» («Excerpts A-G»). Это ссылки на выдержки из второго тома трилогии «Космос» (первый

том которой – «Секс, экология, духовность»). Эти выдержки также опубликованы на сайте www.kenwilber.com.

Рассказывая об интегральном подходе, я часто использую местоимение «мы» вместо «я». Это «мы» относится ко всем моим коллегам по Интегральному институту (ИИ), и я говорю «мы», поскольку эта работа – результат общих усилий сотен людей: тех, кто непосредственно работает в Интегральном институте (и десятков тысяч тех, кто является членом ИИ), посвятивших себя распространению интегрального подхода во всех слоях общества. И со страниц этой книги я не раз буду приглашать вас присоединиться к нам (www.integrallife.com) – на тот случай, если вы захотите помочь нам в этом необыкновенном путешествии.

Грядёт новый день, новый рассвет, новый мужчина, новая женщина. Новый человек интегрален, такова и духовность.

К. У.
Денвер, штат Колорадо,
весна 2006

Введение в интегральный подход

Краткий обзор

За последние тридцать лет мы стали свидетелями беспрецедентной исторической ситуации: теперь нам доступны все культуры мира. В прошлые времена, если вы, скажем, рождались китайцем, то, скорее всего, вам суждено было просуществовать всю свою жизнь в одной культуре, нередко живя в одной провинции, иногда в одном доме – любя и умирая на нескольких пядях земли. Но сегодня мы имеем не просто свободу передвижения – у нас есть свобода погрузиться фактически в любую известную культуру и изучить её. В глобальной деревне, каковой является сегодня мир, все культуры открыты и проницаемы друг для друга.

Само знание ныне глобально. Это означает, что, впервые за всю историю, мы получили доступ ко всей сумме накопленных человечеством знаний: открытия, опыт, мудрость и размышления всех основных цивилизаций человечества – досовременных, современных и постсовременных – теперь открыты для каждого.

Но что получится, если мы возьмём буквально всё, что каждая из культур может рассказать нам о человеческой потенциальности – духовном, психологическом и общественном развитии, – и выложим это перед собой? Что получится, если мы, основываясь на сумме всего того человеческого знания, что открыто для нас, попытаемся отыскать крайне важные, основополагающие ключи к пониманию человеческого развития? Что получится, если на основе обширных межкультурных исследований мы попробуем использовать опыт всех великих традиций мира для составления всеохватной, или интегральной, карты, включающей всё лучшее, что они могут нам предложить?

Звучит сложно и запутанно? С одной стороны, да. Но с другой стороны, полученные результаты могут приятно удивить нас своей простотой и изяществом. В последние несколько десятилетий мы и в самом деле проводили обширные исследования с целью создания целостной карты всего человеческого потенциала. В этой карте задействованы известные на сегодняшний день системы и модели развития человека – от знания древних мудрецов и шаманов до последних прорывов в когнитивной науке. Нам удалось выделить главное во всех этих системах и сформулировать на их основе пять простых факторов – факторов, которые и являются сущностными ключами к эволюции человека.

Добро пожаловать в интегральный подход.

Интегральная, или всеохватная, карта

Каковы же эти пять элементов? Мы называем их **квадранты**, **уровни**, **линии**, **состояния** и **типы**. Как вы вскоре увидите, все эти элементы *доступны вашему сознанию прямо сейчас*. Эти пять элементов не являются лишь теоретическими концепциями: это аспекты вашего собственного опыта, контуры вашего собственного сознания, и вскоре вы сможете легко убедиться в этом сами.

В чём смысл использования этой интегральной карты? Во-первых, что бы вы ни делали – занимаетесь ли вы бизнесом, медициной, психотерапией, юриспруденцией, экологией или просто живёте и учитесь, – интегральная карта поможет вам в любой момент убедиться, что вы находитесь в контакте со всеми своими возможностями: «затрагиваете все основы». Если вы захотите перелететь через Гималаи, то вам понадобится очень точная карта, в ином случае вы рискуете разбиться. Применение интегрального подхода даёт гарантию, что вы используете весь спектр своих возможностей и в любой ситуации имеете наибольшие шансы на успех.

Во-вторых, если вы научитесь опознавать эти пять элементов в своём собственном сознавании (и потому, что они в нём есть в любом случае), вам будет легче принимать их во внимание, развивать и использовать их и, таким образом, значительно ускорить своё собственное развитие и движение к более высоким, широким и глубоким способам бытия. Простое знакомство с пятью элементами интегральной модели поможет вам легче и точнее ориентироваться в этом волнующем путешествии к откровению и пробуждению.

Короче говоря, интегральный подход может дать вам всесторонний и эффективный взгляд на то, что происходит внутри вас и в мире вокруг. Но есть одна вещь, которую нужно понять с самого начала. Интегральная карта – это просто карта. Это не территория. Было бы очевидной ошибкой спутать карту с территорией, но не меньшей ошибкой было бы руководствоваться неточной или неправильной картой. Рискнёте ли вы совершить перелёт через Гималаи, имея на руках плохую карту? Интегральная карта – это просто карта, но наиболее полная и точная карта из всех, что нам доступны на сегодняшний день.

Что такое ИОС?

ИОС попросту означает **интегральную операционную систему**. Операционная система – это определённая инфраструктура в информационной сети, которая позволяет управлять различным встроенным в неё программным обеспечением. Мы используем термин **интегральная операционная система**, или **ИОС**, в качестве синонима интегральной карты. Идея в том, что, если в жизни вы работаете с каким-то «программным обеспечением» – будь то бизнес, работа, отдых или взаимоотношения, – вам необходимо установить наилучшую операционную систему, какую только можно найти, и **ИОС** вполне удовлетворяет этому требованию: затрагивая все основы, она позволяет использовать наиболее эффективные программы. И всё это – лишь ещё один способ говорить о всеохватной и всеобъемлющей природе интегральной модели.

Помимо этого, мы исследуем то, что, по всей вероятности, является самым важным применением интегральной карты, или операционной системы. Дело в том, что ИОС можно использовать для индексирования любой деятельности – от искусства, музыки, бизнеса до психологии, политики, экологии, – и это позволяет каждой из этих областей общаться друг с другом. Через ИОС бизнес получает необходимую терминологию для полноценного общения с экологией, экология – с искусством, искусство – с юриспруденцией, юриспруденция – с поэзией, поэзия – с медициной, медицина – с духовностью. В истории человеческого вида подобное и в самом деле никогда ещё не случалось.

При помощи интегрального подхода – прибегая к интегральной карте, или интегральной операционной системе, – мы можем облегчить и резко ускорить междисциплинарные и трансдисциплинарные исследования и, таким образом, начать созидание первого в мире подлинно интегрального учёного сообщества. Что касается религии и духовности, то применение интегрального подхода уже позволило создать Интегральный духовный центр, где собрались вместе некоторые из ведущих духовных учителей современности, представляющих все основные религии мира, – и не только для того, чтобы просто послушать друг друга, но в первую очередь для того, чтобы поучиться друг у друга. И это «учение для учителей» является, пожалуй, одним из самых выдающихся учебных предприятий, которое только можно себе представить. Впоследствии мы ещё вернёмся к этому важному собранию, а также поговорим о способах вашего собственного участия в жизни этого сообщества, если, конечно, на то будет ваша добрая воля.

Но всё начинается с понимания пяти простых элементов, присутствующих в очертаниях вашего собственного сознания.

Состояния сознания

Как мы уже говорили, все пять элементов интегральной модели доступны вам прямо сейчас в вашем собственном сознавании. Так что в итоге у нас получится что-то вроде экскурсии по вашему собственному опыту. Итак, почему бы вам просто не пойти и не посмотреть: действительно ли хотя бы некоторые из этих элементов проявляются в вашем собственном сознавании прямо сейчас, в это самое мгновение?

Некоторые из этих элементов интегральной карты имеют отношение к субъективным реалиям внутри вас, другие – к объективным реалиям внешнего мира, а остальные касаются коллективных или общественных реалий, разделяемых различными людьми. Давайте начнём с состояний сознания, которые относятся к субъективным реалиям.

Каждый человек знаком с основными **состояниями сознания** – такими как бодрствование, сновидение и глубокий сон. Прямо сейчас вы пребываете в бодрствующем состоянии сознания (или, если вы устали, в полусонном состоянии сознания). Существует целый ряд различных состояний сознания, включая *медитативные состояния* (вызываемые йогой, созерцательной молитвой, медитацией и т. п.), *изменённые состояния* (в том числе вызываемые приёмом психоактивных веществ) и различные варианты пиковых состояний, в которые мы можем войти через те или иные *интенсивные переживания*, вроде занятий любовью, прогулок на природе или прослушивания музыкальных шедевров.

Великие традиции мудрости (такие как христианский мистицизм, индуизм веданты, буддизм ваджраяны и иудейская каббала) утверждают, что три *естественных состояния сознания* – бодрствование, сновидение и глубокий бесформенный сон – в действительности способны открыть нам драгоценные сокровища мудрости и духовного пробуждения. Если мы, конечно, знаем, как правильно их использовать! Мы привыкли думать, что состояние сна менее реально, чем бодрствование. Но что если вы войдёте в него пробуждёнными, осознавая себя? И то же самое с глубоким сном? Может быть, вы обнаружите нечто необычайное в состояниях осознаваемого сна. Можете ли вы точно знать, пока не попробуете? В некотором особом смысле, который нам ещё предстоит подробно исследовать по мере продвижения вперёд, три основных естественных состояния – бодрствование, сновидение и глубокий сон – могут содержать полный спектр духовного просветления.

Но на более простых, более поверхностных уровнях каждый переживает различные состояния сознания, и эти состояния обуславливают нашу глубинную мотивацию, наши смыслы и побуждения. Подумайте о многих «ага»-переживаниях, полных гениальных творческих озарений: что если бы мы могли входить в такие переживания всегда, когда это необходимо нам для быстрого решения какой-либо проблемы? Некоторые состояния сознания менее значимы, другие – более, но, вне зависимости от этого, интегральный подход не может позволить себе игнорировать какие-либо из них. И, когда бы вы ни использовали **ИОС**, вы автоматически должны будете посмотреть и удостовериться в том, что вы учитываете все основные моменты этих важнейших субъективных реалий. Это один из примеров, как карта – в данном случае ИОС, или интегральная карта – может помочь вам обнаружить территорию, о существовании которой вы могли даже и не подозревать…

Стадии, или уровни, развития

Любые состояния сознания характеризует одна немаловажная черта: все они преходящи. Даже величайшие пиковые переживания или изменённые состояния, не важно, каким образом достигнутые, приходят, продолжаются некоторое время, а затем прекращаются. И здесь не важно, насколько удивительны наши возможности в них, – факт в том, что эти возможности имеют временную природу.

В отличие от состояний, стадии **сознания постоянны**. Это устойчивые этапы роста и развития. Как только вы достигаете определённой стадии, она становится вашим устойчивым приобретением. К примеру, когда ребёнок развивается до лингвистических стадий развития, он получает постоянный доступ к языку. Язык не является чем-то, что присутствует одну минуту, а в следующую исчезает. То же самое справедливо и для других стадий. Если какая-то стадия роста и развития достигнута и стабилизирована, вы получаете доступ к определённым способностям, свойственным этой стадии. Такими способностями могут быть более ясное понимание, более всеохватная любовь, более высокие этические побуждения, большие разумность и осознанность. То, что раньше было *преходящим состоянием, становится устойчивой характеристикой сознания*.

Сколько же всего существует стадий? Что ж, вспомните, какую бы карту мы ни взяли, тот способ, которым территория представлена на ней, всегда в чём-то произволен. Например, сколько градусов между точкой замерзания и точкой кипения воды? Если вы используете шкалу, или «карту», Цельсия, то между ними 100 градусов. Но по шкале Фаренгейта вода замерзает при 32 градусах, а закипает при 212, так что здесь разница составляет 180 градусов. Который из вариантов правильный? Оба. Все зависит от того, какой способ измерения вы предпочитаете.

То же самое справедливо и для стадий. Существуют разные способы разграничения стадий развития, а потому существуют различные **концепции стадий**. Все они могут оказаться полезными. В системе чакр, например, выделяется 7 основных стадий, или уровней, развития сознания. Жан Гебсер, знаменитый антрополог, говорит о 5 стадиях: архаической, магической, мифической, рациональной и интегральной. Некоторые западные психологические модели имеют 8, 12 или более уровней развития. Что из всего этого правильно? Всё. Разница лишь в том, какие именно аспекты роста и развития хочет подчеркнуть та или иная модель.

«**Стадии** развития» также называются «**уровнями** развития», и идея заключается в том, что каждая стадия представляет собой какой-то уровень организации или уровень сложности. Например, в последовательности от атомов к молекулам, клеткам и организмам каждая из этих эволюционных стадий имеет всё больший уровень сложности. Слово «уровень» не несёт в себе оценочного или исключающего оттенка, речь идёт лишь о том, что есть важные эмерджентные свойства[1], которые имеют тенденцию возникать в определённом порядке дискретности или квантования, и эти квантовые скачки развития, или уровни, представляют собой очень существенные аспекты многих естественных явлений.

Как правило, в интегральной модели мы работаем с 8-10 стадиями, или уровнями, развития сознания. После многих лет работы мы обнаружили, что большее количество стадий делает всю систему слишком громоздкой, а меньшее – слишком неточной и расплывчатой. В

[1] Эмерджентность (англ. emergence – возникновение, появление нового) – общее понятие из теории систем, обозначающее процесс возникновения сложных систем и паттернов (структур) из множества относительно простых взаимодействий, причём свойства этих новых структур невозможно предсказать, опираясь исключительно на свойства более простых взаимодействий ранних стадий развития системы. На протяжении всей книги автор говорит о возникновении новых иерархических уровней развития, основываясь именно на перспективе эмерджентности и самоорганизации. – *Прим. ред.*

число наиболее используемых нами стадийных концепций входят новаторские модели развития самости Джейн Лёвинджер и Сюзанны Кук-Гройтер, спиральной динамики Дона Бека и Кристофера Кована и порядков сознания Роберта Кигана. Но, помимо них есть и множество других моделей и концепций развития сознания, каждая из которых способна добавить что-то полезное и значимое в интегральный подход. Так что вы сами можете заимствовать и включать в свою карту всё, что кажется вам подходящим в вашей ситуации.

По мере нашего всё более глубокого погружения в тему этой книги вы увидите, насколько невероятно важными для понимания могут быть стадии развития сознания. Пока же позвольте на небольшом примере продемонстрировать вам, что имеется в виду.

Эгоцентризм, этноцентризм и мироцентризм

Рассмотрим некоторые факты развития, тесно взаимосвязанные с уровнями, или стадиями. Для этого возьмём упрощённую модель, включающую только три из них. Если мы посмотрим, к примеру, на моральное развитие, то обнаружим, что новорождённый младенец в первые годы жизни существует вне культурных, этических и конвенциональных норм. Эта стадия развития называется **доконвенциональной** или **эгоцентрической**, поскольку сознание младенца в значительной степени поглощено самим собой. Доконвенциональная стадия морального развития сменяется **конвенциональной**, когда ребёнок начинает усваивать социальные роли и культурные нормы поведения. Эта стадия также называется **этноцентрической**, поскольку ребёнок центрируется на определённой группе, племени, клане или нации, тем самым, как правило, исключая тех, кто не принадлежит к его группе, из круга своей заботы. Но на следующей, **постконвенциональной** стадии морального развития индивидуальная самотождественность расширяется ещё больше, на сей раз включив в себя заботу обо всём человечестве вообще, независимо от расы, цвета кожи, половой принадлежности или убеждений. Вот почему эта стадия называется также **мироцентрической**.

Таким образом, моральное развитие продвигается от «мне» (эгоцентризм) к «нам» (этноцентризм) и «всем нам» (мироцентризм), и это хороший пример того, как развёртываются стадии сознания.

Те же самые стадии мы можем обозначить иначе – как **тело**, **ум** и **дух**. Эти слова имеют множество разных и вполне обоснованных значений, но применительно к описанию стадий развития они обозначают следующее.

Стадия 1, на которой преобладает грубая физическая реальность, – это стадия «тела» (здесь слово «тело» употребляется в значении физического организма). На этом уровне вы отождествляете себя исключительно с обособленным физическим организмом и его инстинктами выживания. Это то же самое, что стадия «мне».

Стадия 2 – это стадия «ума», на которой самотождественность расширяется от узкой фиксации на грубом теле и начинает учитывать взаимоотношения с другими людьми, возможно, основанные на общих ценностях, интересах, идеалах или мечтах. На этой стадии я уже могу использовать ум, для того чтобы ставить себя на место других, примерять на себя их роли и чувствовать, каково это – быть ими. Так моя самотождественность расширяется от «мне» к «нам» (движение от эгоцентризма к этноцентризму).

На стадии 3 моя самотождественность расширяется снова, на этот раз от «мне» ко «всем нам» (движение от этноцентризма к мироцентризму). Здесь я начинаю понимать, что вдобавок к чудесному разнообразию людей и культур существуют также определённые сходства и подобия. Откровение единства и взаимосвязи всего живого в движении от этноцентризма к мироцентризму и есть «духовность» в том смысле, что здесь мы находим вещи и измерения, общие для всех чувствующих существ.

Таков один из способов показать развёртывание стадий развития от тела к уму и духу. Каждую из этих стадий можно рассматривать как волну или уровень развертывания заботы и сознательности в направлении от эгоцентризма к этноцентризму и мироцентризму.

Мы ещё не раз будем возвращаться к стадиям эволюции и развития, каждый раз рассматривая их под разными углами. Пока же всё, что нужно, – это понимание, что под «стадиями» мы имеем в виду устойчивые и прогрессирующие этапы на эволюционном пути вашего собственного самораскрытия. Как бы мы это ни называли – стадии сознания, уровни энергии, этапы развития культуры, стадии духовной самореализации или стадии морального развития, – на самом деле речь всегда идёт об этих важнейших и наиболее фундаментальных ступенях в раскрытии вашего более высокого, глубокого и полного потенциала.

Применение ИОС в жизни будет подталкивать вас к постоянному самонаблюдению и проверке, так что вы всегда сможете видеть, насколько хорошо вы учитываете важнейшие **аспекты стадий** в любой ситуации, а это, в свою очередь, будет способствовать резкому увеличению ваших шансов на успех – не важно, описывается ли этот успех в терминах личной трансформации, социальных изменений, преимуществ в бизнесе, заботы о других или просто получения удовлетворения от жизни.

Линии развития: что-то у меня получается хорошо, а что-то – не очень…

Замечали ли вы когда-нибудь, сколь неравномерно все мы развиты? У некоторых очень хорошо развито, скажем, логическое мышление, но совсем не развита эмоциональная чувствительность. Некоторые далеко продвинулись в когнитивном развитии (они очень сообразительны), но отстали в моральном развитии (они нечестны и жестоки). У кого-то выдающиеся эмоциональные способности, но он не может сложить два плюс два.

Говард Гарднер широко прославил эту идею, введя концепцию **множественного интеллекта**. Люди обладают целым рядом интеллектов – например, когнитивным, эмоциональным, музыкальным, кинестетическим и т. д. У большинства людей хорошо развиты лишь одна или две способности на фоне слабого развития всех остальных. Само по себе это необязательно плохо: часть интегральной мудрости состоит в том, чтобы понять, в чём мы преуспеваем и где, тем самым, мы наилучшим образом можем предложить миру ценнейшие из своих талантов.

Но это значит, что наряду с осознанием своих сильных сторон (там, где сияют наши раскрытые способности) нам важно осознавать в себе свои тёмные, слабые стороны (то, в чём мы развиты плохо или даже патологически). И это заставляет нас обратиться к следующему из пяти основополагающих элементов – к множеству наших способностей, или линий развития. Мы уже рассмотрели **состояния** и **стадии**. Теперь перейдём к **линиям**, или множественным способностям.

Различные множественные способности включают в себя когнитивную, межличностную, моральную, эмоциональную и эстетическую. Почему мы называем их ещё и **линиями развития**? Потому что эти способности могут расти и развиваться, и их развитие проходит через несколько последовательных стадий, основные контуры которых мы только что обрисовали.

Иными словами, любая из множества способностей развивается – или может развиваться – через три основные стадии (или через любое количество стадий, описываемых в других моделях развития – три, пять, семь или больше, важно помнить, что они различаются между собой так же, как температурные шкалы Цельсия и Фаренгейта). Вы можете быть когнитивно развиты, к примеру, до стадии 1, стадии 2 или стадии 3.

То же самое касается и других способностей. Эмоциональное развитие до стадии 1 означает, что я развил в себе способность к эмоциям, сосредотачивающимся на «мне», – в особенности к эмоциям и инстинктам утоления голода, выживания и самозащиты. Если вы продолжаете своё эмоциональное развитие от стадии 1 к стадии 2, то есть от эгоцентрической стадии к этноцентрической, вы расширяетесь от «я» к «мы» и начинаете развивать чувства долга и любви по отношению к кому-то – может быть, к членам своей семьи, близким друзьям, а может, ко всему своему племени или народу. Если вы дорастаете до стадии 3 эмоционального развития, ваши эмоции заботы и сострадания начинают распространяться не только на членов вашего племени или народа, но выходят за эти пределы и пытаются включить в себя всех людей и даже всех чувствующих существ в мироцентрической заботе и сострадании.

А поскольку речь идёт о стадиях, то достигнутое становится вашим постоянным приобретением. Однако прежде чем это случится, все способности будут приходить к вам в виде временных состояний: на некоторое время вы будете подключаться к этим способностям, переживать пиковый опыт расширенного знания и бытия – чудесное состояние восторга, когда мы готовы кричать «ура!», пока длится краткий миг прозрения в сокровенные глубины наших собственных величайших возможностей. По мере продолжения практики эти

временные состояния преобразуются в устойчивые стадии, или постоянные характеристики вашей собственной территории.

Интегральная психограмма

Есть довольно простой способ представить это множество способностей или линий. На рис. 1 вы видите несложную диаграмму, отображающую три основные стадии (или три уровня развития), через которые проходят пять наиболее важных способностей (или линий развития). **Через эту последовательность основных стадий развёртываются различные линии, или уровни развития**. Так что на этой диаграмме мы можем изобразить любые линии – сексуальную, когнитивную, эмоциональную, моральную и т. д. Уровень конкретной линии попросту означает «высоту» этой линии в терминах развития и сознания. Именно поэтому люди часто говорят: «у этого человека высокие нравственные идеалы» или «это высокодуховный человек».

На рис. 1 изображена психограмма человека, у которого высоко развиты когнитивные способности и неплохо – межличностные, но почти не развиты моральные и эмоциональные. Разные люди, разумеется, будут иметь разные психограммы.

Психограмма помогает определить, где находятся ваши величайшие возможности. Уверен, вы наверняка знаете свои сильные и слабые стороны, но одна из задач интегрального подхода состоит в том, чтобы способствовать всё большему совершенствованию вашего знания своих границ, чтобы вы могли увереннее расширять их, одинаково хорошо работая с преимуществами и недостатками – как своими собственными, так и других людей.

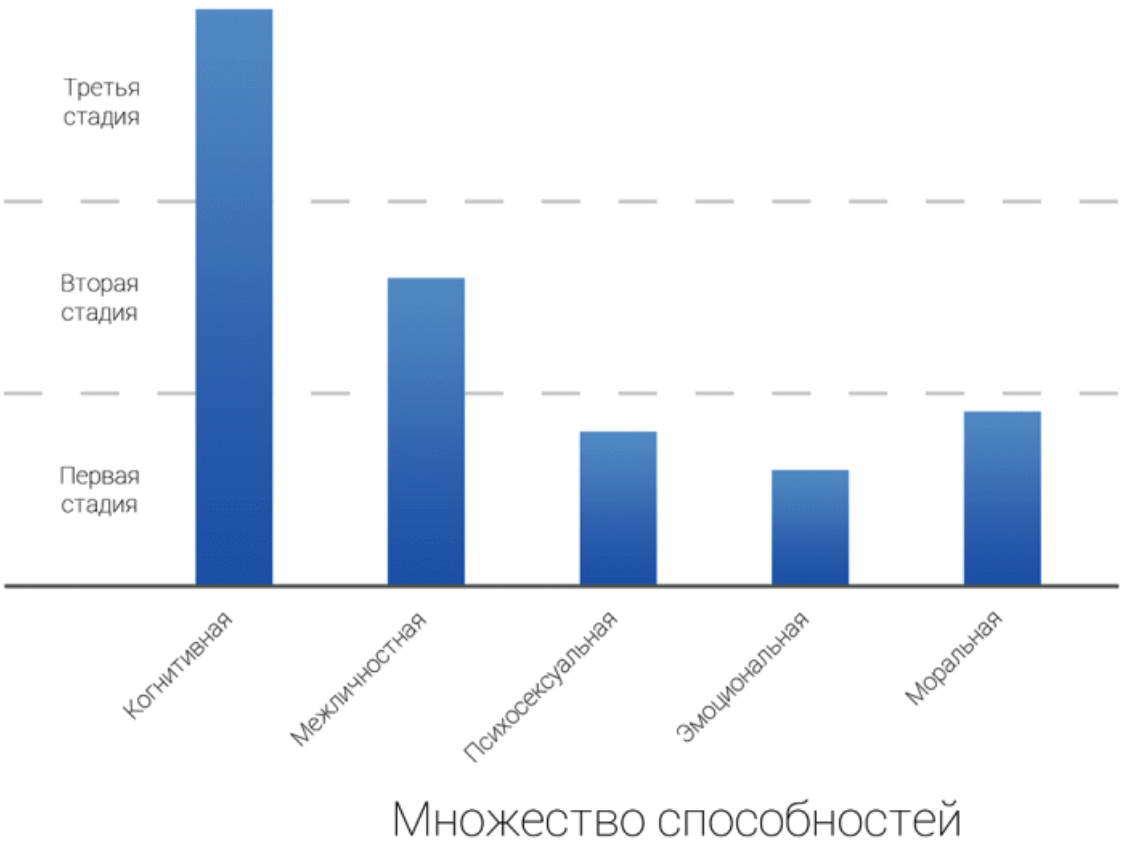


Рис. 1. Психограмма

Психограмма также позволяет выдвинуть на передний план тот факт, что буквально все люди развиты неравномерно, и это позволяет избежать ошибочной идеи, что если мы замечательно преуспеваем в одной сфере, то мы столь же замечательно преуспеем и в остальных.

На самом деле верно, как правило, противоположное. Многие лидеры, духовные учителя и политики потерпели сокрушительное фиаско из-за непонимания этих простых вещей.

Быть «интегрально развитым» не означает, что вы должны в совершенстве овладеть всеми известными способностями или что все ваши линии должны быть на третьем уровне. Быть «интегрально развитым» означает лишь, что вам следует культивировать ясное представление о состоянии ваших способностей, поскольку, только имея как можно более целостный образ себя, вы сможете составлять эффективные планы вашего будущего развития. Для кого-то это может и в самом деле означать необходимость усиления конкретных способностей, которые, будучи слабыми, являются причинами тех или иных проблем. Для кого-то – необходимость избавления от серьёзных патологий в какой-либо из линий (например, в психосексуальной). Ну а для некоторых – необходимость простого осознания того, в чём заключаются их сильные и слабые стороны, чтобы учесть это на будущее. С помощью интегральной карты мы можем еще уверенней и эффективней совершенствовать свои способности и раздвигать границы своих возможностей.

Таким образом, быть «**интегрально информированным**» вовсе не означает, что вы должны стать мастером во всех линиях развития, – нет, просто осознавайте их, и всё. Исправление дисбаланса линий – это задача практики интегральной жизни (ПИЖ), которая как раз и предназначена для того, чтобы повышать уровни развития сознания с помощью интегрального подхода. (Подробнее мы обсудим эту дисциплину в главе 10.)

Отметьте ещё одну крайне важную вещь. В некоторых видах психологической и духовной практики вы можете с самого начала соприкоснуться с полным спектром **состояний** сознания и телесного опыта, включая пиковые переживания, медитативные состояния, шаманское видение, изменённые состояния и т. п. Причина, по которой это возможно, кроется в том, что большинство основных состояний сознания (таких как грубое бодрствование, тонкое сновидение и бесформенная причинность глубокого сна) уже присутствуют в качестве наших наличных возможностей – они «всегда уже есть». Вот почему вы с самого начала способны пережить опыт многих **высших состояний** сознания.

Однако без реального внутреннего роста и постоянной практики вам не удастся превратить эти состояния в реализованные **высшие стадии**. Вы можете пережить пиковый опыт более высоких *состояний* (таких как видение тонкого внутреннего света или чувство единения со всем бытием), поскольку многие из них «всегда уже есть», а значит, могут быть пережиты в качестве пикового опыта прямо сейчас. Но вы не сможете пережить пиковый опыт более высокой *стадии* (например, превратиться в профессионального пианиста), поскольку стадии развёртываются последовательно и нужно определённое время, чтобы это произошло. Стадии надстраиваются одна поверх другой вполне определённым образом, и нет никакой возможности перескочить через какую-либо из них: молекулы создаются на основе атомов, клетки – на основе молекул, а организмы – на основе клеток, так что мы не можем от атомов перейти сразу к клеткам, минуя молекулы. Это одно из многих существенных различий между состояниями и стадиями.

Тем не менее, при регулярной практике вхождения в высшие состояния ваши собственные стадии развития, как правило, будут раскрываться намного быстрее и легче. Существуют многочисленные экспериментальные данные, подтверждающие этот факт: чем чаще вы будете входить в аутентичные высшие *состояния* сознания – например, в медитативные состояния, – тем *быстрее* будете расти и развиваться через любые *стадии* сознания. Практика высших состояний является своего рода смазкой для спирали развития, облегчающей процесс разотождествления с более низкой стадией, чтобы могла появиться более высокая. Во время практики вы двигаетесь туда-сюда до тех пор, пока не сможете стабильно оставаться на высших уровнях осознания продолжительное время, и они не станут вашей постоянной опорой, – так временное состояние превращается в непреходящее достояние. Какие-

либо разновидности практик высших состояний, например, медитация, являются неотъемлемой частью любого интегрального подхода к трансформации.

Говоря в двух словах, нельзя перескочить через какие-либо существующие *стадии*, однако можно ускорить своё движение через них, используя какую-либо практику *состояний*, например, медитацию; и эти трансформирующие практики являются неотъемлемой и очень важной составляющей интегрального подхода.

Какой тип: мальчик или девочка?

Следующий компонент интегральной модели очень прост: каждый из предыдущих элементов может быть как мужественного, так и женственного типа[2]. Здесь мы исходим из двух основных предпосылок: одна основана на идее существования типов как таковых, другая – на факте существования мужских и женских типов.

Типы имеют отношение к тем вещам, которые могут присутствовать фактически на любой стадии или в любом состоянии. Одним из простых примеров такой типологии является типология Майерс-Бриггс (основные типы в которой: чувствующий, мыслящий, сенсорный и интуитивный). В сущности, **вы можете соотноситься с любым из этих типов на любой стадии развития**. «Горизонтальные типологии» такого рода могут оказаться очень полезны, особенно в сочетании с уровнями, линиями и состояниями. Чтобы понять, что означают типы, мы будем использовать типологию «мужского/женского».

Кэрол Гиллиган в своей очень влиятельной книге «*Иным голосом*»[3] указывает, что и мужчины, и женщины в своём моральном развитии, как правило, проходят через три или четыре основных уровня, или стадии. Ссылаясь на значительное количество исследовательских данных, Гиллиган отмечает, что эти три или четыре моральные стадии могут быть названы доконвенциональной, конвенциональной, постконвенциональной и интегрированной. Фактически это те же самые стадии развития, которые используем мы, только применительно к моральному интеллекту.

Гиллиган обнаружила, что стадия 1 – это мораль, всецело сосредоточенная на «мне» (отсюда и другое название доконвенциональной стадии – **эгоцентрическая**). Стадия 2 морального развития сфокусирована на «нас»: здесь моя самотождественность расширяется, включая других членов моей группы (поэтому данная конвенциональная стадия нередко называется **этноцентрической**, традиционалистской или конформистской). На стадии 3 морального развития моя самотождественность расширяется снова, на этот раз от «нас» ко «всем нам», включая в себя всех людей (и даже всех чувствующих существ), – вот почему эта стадия часто называется **мироцентрической**. Теперь я испытываю заботу и сострадание не только по отношению к себе (эгоцентризм), не только по отношению к своей семье, своему племени или нации (этноцентризм), но ко всему человечеству, ко всем мужчинам и женщинам независимо от расовой, половой или идеологической принадлежности (мироцентризм). А если развитие продолжается и дальше, до стадии 4 морального развития, которую Гиллиган называет **интегрированной**, то…

Но не будем забегать вперёд, а для начала отметим тот вклад, который работа Гиллиган вносит в общее дело. Гиллиган полностью согласна с тем, что женщины, как и мужчины, развиваются через три или четыре основные иерархические стадии развития. Сама она правильно определяет эти стадии как иерархические, поскольку каждая из них представляет собой более *высокую* способность к заботе и сопереживанию. Но при этом она заявляет, что женщины проходят через эти стадии, используя другой тип логики – «в ином голосе». То есть у мужчин и женщин «своё звучание».

Мужская логика, или мужской голос, как правило, базируется на понятиях автономии, справедливости и прав, тогда как женская логика, или голос, как правило, базируется на понятиях взаимоотношений, заботы и ответственности. Мужчины склонны к деятельности,

---

[2] Целесообразно учитывать, что в современных гендерных исследованиях «мужественность» и «женственность» («маскулинность» и «фемининность») – это термины для обозначения гендера, то есть «психосоциокультурного пола», тогда как «мужчина» (англ. male) и «женщина» (англ. female), как правило, указывают на принадлежность к биологическому полу. – *Прим. ред.*

[3] Carol Gilligan, «In a Different Voice». – *Прим. ред.*

женщины склонны к общению. Мужчины следуют правилам, а женщины – связям. Мужчины смотрят, женщины чувствуют. Мужчины стремятся к индивидуальной свободе, а женщины – к родственным узам. Вот один из любимых анекдотов Гиллиган. Маленькие мальчик и девочка играют вместе, мальчик говорит: «Давай играть в казаков-разбойников!» Девочка отвечает: «Давай играть в дочки-матери». Мальчик: «Нет, я хочу в казаков-разбойников!» Девочка: «Хорошо, давай сыграем в казаков-разбойников, у которых есть дети».

Мальчишки, играющие в бейсбол, не любят, когда рядом находятся девочки, потому что два разных лада нередко мешают друг другу и зачастую создают какофонию. Во время игры в бейсбол один мальчишка пропустил свой третий удар и начал реветь. Другие ребята остались равнодушны к его слезам и, когда малыш успокоился, продолжили играть, как ни в чем не бывало: правило есть правило, а правило таково, что, если ты пропускаешь три удара подряд, ты выбываешь из игры. Гиллиган говорит, что, если в компании оказывается девочка, она обычно начинает говорить: «Ой, ну ребята, ну дайте ему ещё один шанс!» Девочка видит плачущего и хочет помочь, хочет установить контакт, хочет утешить. Это, однако же, сводит мальчишек с ума, ведь для них эта игра становится посвящением в мир правил и мужской логики. По словам Гиллиган, мальчики скорее поступятся чувствами, чем нарушат правила, девочки, наоборот, пренебрегут правилами, чтобы спасти чувства.

Иной голос. И девочкам, и мальчикам предстоит пройти через три или четыре стадии морального развития (от эгоцентрической к этноцентрической, мироцентрической и интегрированной), но они будут делать это «на свой лад», используя разные типы логики. Иерархические стадии морального развития женщин Гиллиган определяет как **себялюбие** (то же, что эгоцентрическая), **забота о других** (то же, что этноцентрическая), **универсальная забота** (то же, что мироцентрическая) и **интегрированная стадия**. Но почему же Гиллиган (которую многие неправильно понимали в этом вопросе) называет эти стадии иерархическими? Потому что каждая стадия представляет собой более высокую способность к заботе и сопереживанию. (Не все иерархии плохи, и Гиллиган прекрасно показывает почему).

Итак, интегрированная стадия, или стадия 4, – что это такое? Согласно Гиллиган, на четвёртой, наивысшей, стадии морального развития мужской и женский голоса стремятся к интеграции друг с другом. Это, конечно же, не означает, что человек на этой стадии теряет свою половую принадлежность и становится каким-то аморфным, андрогинным, бесполым существом. В действительности мужское и женское начала могут стать в нём ещё сильнее. Но на самом деле это означает, что человек начинает устанавливать более глубокую связь с собственной мужественностью и женственностью, даже если он продолжает в большей степени действовать, исходя из какого-то одного аспекта.

Вы когда-нибудь видели *кадуцей* (символ врачебной профессии)? Это жезл, обвитый двумя змеями, с крыльями на вершине (см. рис. 2). Сам жезл олицетворяет позвоночный столб; места пересечения змей – отдельные *чакры*, расположенные вдоль позвоночника последовательно от низших к высшим; а сами змеи символизируют солнечную и лунную (или мужественную и женственную) энергии *в каждой из чакр*.

Рис. 2. Кадуцей

Здесь мы подходим к очень важному моменту. Семь *чакр*, которые попросту являются более развёрнутой версией трёх основных уровней, или стадий, представляют собой семь уровней осознания и энергии, доступных всем человеческим существам. (Первые три *чакры* – пища, секс и власть – приблизительно соответствуют стадии 1; четвёртая и пятая *чакры* – сердце и голос как инструменты взаимоотношений и общения – стадии 2; а шестая и седьмая *чакры* – психическая и духовная – стадии 3). Важная идея здесь состоит в том, что, согласно традициям, **каждый из этих семи уровней имеет как мужественный, так и женственный лад** (аспект, тип или «голос»). Ни мужественный, ни женственный аспект не является в чём-то выше или лучше другого – они представляют собой два равноценных типа на каждом из уровней сознания.

Это означает, что существует, к примеру, две разновидности третьей *чакры* (*чакры* эгоцентрической власти) – мужская и женская: мужчины стремятся к власти, проявляющейся через автономию («Делай, как я говорю, или проваливай!»), тогда как женщины стремятся к власти, проявляющейся через общественное или социальное взаимодействие («Сделай это по-моему, иначе я перестану с тобой разговаривать»). То же самое справедливо и для остальных *чакр*: у каждой из них есть солнечный и лунный, или мужественный и женственный, аспекты. И все они равноценны, ни одним из них нельзя пренебречь.

Однако заметьте, что в седьмой *чакре* обе змеи исчезают в своём основании или источнике. Мужская и женская энергии встречаются и объединяются на вершине – они в буквальном смысле становятся одним целым. И именно это открыла Гиллиган в отношении стадии 4 морального развития: оба голоса в каждом человеке становятся интегрированными и дают начало парадоксальному союзу автономий и взаимоотношений, прав и обязанностей, деятельности и общения, мудрости и сострадания, справедливости и милосердия, мужественности и женственности.

Важный момент состоит в следующем: применяя ИОС в жизни, вы сможете автоматически продиагностировать любую ситуацию – в самих себе, в других, в организации, в культуре – и увидеть, насколько полноценно и целостно включены в неё оба типа – и мужественный, и женственный. Если вы считаете, что между мужчинами и женщинами нет ника-

ких фундаментальных различий, или если вы ставите под сомнение эти различия, – что ж, это тоже неплохо, и вы можете относиться к ним равнозначно, если хотите. Мы всего лишь хотим сказать: независимо от того, в каком свете вы рассматриваете мужское и женское, в любом случае будет далеко не лишним убедиться, что вы находитесь в глубоком контакте и с тем, и с другим. Помимо различения мужского и женского типов существуют и другие «горизонтальные типологии», которые также важны и могут сослужить хорошую службу, став частью целостной ИОС, и интегральный подход принимает любые подходящие типологии подобного рода. «Типы» так же важны, как и квадранты, уровни, линии и состояния.

Больной мальчик, больная девочка

Хочется сделать одно интересное замечание касательно типов: вы можете иметь их здоровые и нездоровые варианты. Отметить, что кто-то «подвис» в нездоровом типе, значит, не осудить его, а понять и более ясно и эффективно с ним взаимодействовать. То есть если всякая стадия развития имеет мужественное и женственное измерения, то каждое из них может быть как здоровым, так и нездоровым, что мы иногда называем «больной мальчик, больная девочка». Деление на здоровые и нездоровые типы – это ещё одна разновидность «горизонтальной типологии», которая может оказаться весьма полезной. В нездоровом варианте тенденции того или иного типа оказываются либо недовыражены, либо выражены чрезмерно. Например, если принцип мужественности в своём здоровом варианте стремится к автономии, силе, независимости и свободе, то в его нездоровом, патологическом варианте тяга к автономии превращается в отчуждённость; жажда силы – в стремление подавлять и господствовать; желание независимости – в патологический страх близких отношений; порыв к свободе – в страсть к разрушению. Патологический принцип мужественности не восходит к свободе, а стремится доминировать по причине боязни.

Если здоровый принцип женственности стремится к плавности, близким отношениям, заботе и состраданию, то нездоровый во всём этом тонет. Вместо того чтобы присутствовать в отношениях, женщина теряется в них. Вместо того чтобы в общении с другими оставаться собой, она всецело забывается в нём и подпадает под власть отношений, в которые вовлечена. Не связь, но слияние; не состояние потока, но состояние паники; не объединение, но растворение. Нездоровый принцип женственности находит не полноту в связях, а хаос в слиянии. С помощью ИОС вы всегда сможете определять здоровые и нездоровые мужественные и женственные типы, работая с собой и с другими. Так что основная идея этого раздела проста: польза тех или иных типологий в том, что они способны помочь нам лучше понять себя и других. Какую бы типологию мы ни взяли, каждый из описываемых в ней типов всегда имеет как здоровый, так и нездоровый вариант. Определить у человека нездоровый тип – вовсе не способ упрекнуть его, но попытка лучше его понять, чтобы выстроить своё общение с ним наиболее эффективным способом.

Три в одном

Вернёмся ещё раз к состояниям сознания, чтобы закрыть эту тему, прежде чем мы перейдём к заключению, где наконец объединим все элементы в целостную модель. Состояния сознания не болтаются в пустоте, напротив – каждый ум обладает своим телом. Каждому состоянию сознания соответствует осязаемый энергетический компонент, реальное чувство, конкретный проводник, питающий и поддерживающий это состояние. Традиции мудрости дают нам простой пример этому. Поскольку каждый из нас имеет доступ к трём основным состояниям сознания – бодрствованию, сновидению и бесформенному сну, – традиции мудрости утверждают, что каждый из нас также имеет **три тела**, которые часто называются **грубым телом, тонким телом и причинным телом**.

У меня три тела?! Да вы шутите! Мне и одного-то многовато! Но учтите следующее. В традициях мудрости «телом» называется модальность опыта или энергетического чувства. У нас есть нечистый или грубый опыт, тонкий или очищенный опыт и сверхтонкий или причинный опыт. Это то, что философы называют «феноменологическими реальностями» или реальностями в том виде, как они представлены нашему непосредственному сознаванию. Прямо сейчас у вас есть доступ к вашему грубому телу и его грубой энергии, к тонкому телу и его тонкой энергии и к причинному телу и его причинной энергии.

Обратимся к примерам этих трёх тел. Отметьте, что прямо сейчас вы находитесь в *бодрствующем состоянии* сознания, а значит, свидетельствуете проявления своего **грубого тела** – физического, материального, сенсомоторного. Но когда вы спите ночью – вы не можете свидетельствовать своё грубое тело: всё выглядит так, как если бы оно просто исчезло. Вы находитесь в процессе свидетельствования своего сновидческого состояния сознания, так что у вас нет грубого тела, состоящего из плотной материи, но зато у вас есть **тонкое тело**, сотканное из света, энергий, эмоций, из подвижных и текучих образов. В состоянии сновидения душа и ум освобождаются и могут творить всё, что им заблагорассудится: воображать бесчисленные миры, не имеющие никакого отношения к грубой чувственной реальности, переноситься, зачастую магическим образом, за тридевять земель, входить в контакт с душами других людей, погружаться в стремительные водопады лучезарных образов, мерцающих и пульсирующих в такт с сокровенными желаниями сердца. Так какое же у вас тело в сновидении? **Тонкое тело** из чувств, образов и даже света. Поэтому вы и переживаете всё это во сне. И сны – это не «просто иллюзия». Когда кто-нибудь вроде Мартина Лютера Кинга говорит: «Мне было видение», – это хороший пример проникновения в огромный потенциал визионерского сновидения, в котором тонкие душа и ум становятся настолько свободными, что возвышаются к своим самым величайшим возможностям.

По мере того как вы переходите из *состояния сновидения* с его тонким телом в *состояние глубокого сна*, или иначе – состояние бесформенности, уходят даже самые тонкие мысли и образы и остаётся одна только безграничная пустота – лишённое форм пространство за пределами какого бы то ни было отдельного «я», эго или самости. Великие традиции мудрости утверждают, что в этом состоянии, которое на первый взгляд может показаться лишённым всякого содержания небытием, мы в действительности погружаемся в переживание великой Пустоты, или Основы Бытия, – пространства сознания, практически лишённого каких бы то ни было границ и пределов. Этому почти бесконечному пространству сознания соответствует своё практически безграничное тело или энергия – **причинное тело**, представляющее собой тончайшее, наиболее тонкое переживание бытия из всех возможных, великая бесформенность, источник всякой творческой потенциальности.

Разумеется, большинство людей не испытывают этого глубинного состояния во всей полноте. Но и здесь традиции единодушны в признании факта того, что мы можем в полном

осознании войти в *бесформенное состояние* и *причинное тело*, что высвобождает экстраординарные потенциалы развития и сознания.

Идея, опять-таки, попросту в том, что, когда бы ни использовалась ИОС, она напоминает нам, что мы должны учитывать реальности бодрствующего состояния, сны, видения и инновационные идеи тонкого состояния, равно как и наше собственное открытое бесформенное основание всей потенциальности, являющееся источником огромной творческой силы. Важный момент интегрального подхода заключается в том, что мы стремимся соприкоснуться с максимальным количеством потенциальных возможностей, чтобы не упустить какие-либо перспективы роста и трансформации.

Сознание и комплексность

Возможно, вы полагаете, что три тела – это что-то «слишком фантастическое»? Что ж, вспомните, что это феноменологические реальности или реальности непосредственного переживания – и тогда это будет звучать уже не так фантастично. Тем более, что такой взгляд имеет свои основания в строгой и прагматичной науке. Они заключаются в следующем: *каждому внутреннему уровню сознания соответствует внешний уровень физической комплексности*. Чем выше уровень сознания, тем более сложной должна быть система, которой соответствует этот уровень.

Например, в живых организмах **рептильный ствол мозга** соответствует рудиментарному уровню сознания, включающему в себя базовые инстинкты, такие как голод, физиологические ощущения, сенсомоторику (в общем, всё то, что мы ранее называли «грубым» или сосредоточенным на «меня»). В процессе эволюции в нас развилась более сложная **лимбическая система млекопитающих** – базовые ощущения расширились и стали включать в себя более утончённые чувства, желания, эмоционально-сексуальные импульсы и потребности (это начало того, что мы назвали тонким опытом или тонким телом, которое может расширяться от «меня» к «нам»). В процессе эволюции к более сложным и целостным физиологическим структурам, таким как **триединый мозг** с его новой корой (**неокортексом**), сознание расширяется к мироцентрическому «все мы» (и, таким образом, уже начинает приближаться к тому, что мы назвали причинным телом).

Это очень простой пример того факта, что внутреннее развитие сознания сопровождается повышением сложности и комплексности соотносимых с ним внешних систем. Используя **ИОС**, мы часто рассматриваем одновременно и **внутренние уровни сознания**, и соответствующие им **внешние уровни физической комплексности**, что приводит нас к более сбалансированному и содержательному подходу. Что именно это означает, мы сейчас увидим.

А теперь: вот как это собирается всё вместе

ИОС – и интегральная модель – была бы не единым целым, а «нагромождением» разрозненных компонентов, если бы мы не предложили способа, каким образом соотносятся и взаимодействуют все её различные элементы. Как все они согласуются? Одно дело – просто выложить все элементы нашего межкультурного исследования и сказать: «Все они одинаково важны!» И совершенно другое – выявить те паттерны, которые действительно соединяют их все в единое целое. Обнаружение глубинных **связующих паттернов** – вот важнейшее достижение интегрального подхода.

В данном разделе мы вкратце наметим контуры этой структуры, все элементы которой называются вместе **AQAL** (произносится «аквал») – это краткий способ сказать «все квадранты, все уровни, все линии, все состояния, все типы»[4], т. е. указать на все уже обозначенные компоненты (за исключением квадрантов, к рассмотрению которых мы и приступим). **AQAL** – это всего лишь очередной термин для обозначения **ИОС** или интегральной карты, но нередко он используется для того, чтобы специально указать на данный конкретный подход.

В самом начале введения мы отметили, что все пять компонентов интегральной модели являются аспектами, *доступными вашему сознаванию прямо сейчас*, – и, пожалуй, это в наибольшей степени относится к квадрантам.

Вы когда-нибудь обращали внимание на то, что во всех основных языках мира существуют местоимения 1-го, 2-го и 3-го лица? Местоимения **1-го лица** обозначают «человека, который говорит». Это местоимения «*я*», «*мне*», «*моё*» (в единственном числе) и «*мы*», «*нам*», «*наше*» (во множественном). Местоимения **2-го лица** обозначают «человека, к которому сейчас обращаются». К ним относятся местоимения «*ты*», «*тебе*», «*твоё*». Местоимения **3-го лица** обозначают «человека или предмет, о котором идёт речь». Сюда включаются такие местоимения, как «*он*», «*его*», «*она*», «*её*», «*они*», «*их*», «*оно*».

Таким образом, если я рассказываю вам о своей новой машине, то «я» – это 1-е лицо, «вы» – 2-е лицо, а новая машина (или «она») – 3-е лицо. Далее, когда мы с вами разговариваем, общаемся, мы обозначаем это таким словом, как «мы»: «Мы понимаем друг друга». «Мы» – это местоимение 1-го лица множественного числа, но в ситуации нашего с вами общения это удивительное «мы» состоит из вашего 2-го лица и моего 1-го лица. Вот почему 2-е лицо часто обозначается как «ты/мы» или «вы/мы», или зачастую просто «мы».

Для простоты мы обозначаем 1-е, 2-е и 3-е лицо как «**я**», «**мы**» и «**оно**».

Звучит тривиально, не так ли? Возможно, даже скучно и неинтересно? Что ж, тогда давайте подойдём к вопросу иначе. А если мы на место «я», «мы» и «оно» подставим «**Красота**», «**Благо**» и «**Истина**»? И что, если мы скажем, что Красота, Благо и Истина являются основополагающими измерениями вашего собственного бытия в этот и любой другой момент на всех без исключения уровнях роста и развития? И в процессе интегральной практики вы сможете всё глубже проникать в различные измерения вашего собственного Блага, Истины и Красоты?

М-м-м, звучит и вправду интереснее. Красота, Благо и Истина – это ещё одно измерение местоимений 1-го, 2-го и 3-го лица. И эти измерения мы также находим во всех основных языках, поскольку они представляют собой очень значимые аспекты реальности, под которые приспособился язык. Третье лицо (или «оно») имеет отношение к объективной Истине, которая наилучшим образом исследуется наукой. Второе лицо (или «ты/мы») относится к

[4] AQAL – это сокращение словосочетания «all quadrants, all levels, all lines, all states, all types», обозначающего пять элементов интегральной модели Кена Уилбера. – *Прим. ред.*

Благу или, точнее, к тому способу, которым мы – ты и я – взаимодействуем друг с другом, если мы делаем это на основе вежливости, честности и уважения. Другими словами, это основа морали и нравственности. Остаётся первое лицо, которое имеет дело с «я», т. е. с самостью и самовыражением, а значит, с искусством, эстетикой и субъективной Красотой, существующей только в глазах того, кто смотрит (т. е. «я»).

Таким образом, «я», «мы» и «оно» являются тремя измерениями опыта, имеющими отношение к **искусству**, **морали** и **науке**. Или к **самости**, **культуре** и **природе**. Или к **Прекрасному**, **Благому** и **Истинному**. (По некоторым причинам философы часто располагают их в следующем порядке: Благо, Истина и Красота. В каком бы порядке их ни располагали, справедлив любой из них).

Суть в том, что *любое* событие в проявляющемся мире имеет *все три эти измерения*. Любое событие может быть увидено глазами непосредственного участника (это точка зрения «я» – то, как я сам переживаю это событие), глазами стороннего наблюдателя (это точка зрения «мы» – то, как воспринимается событие не только мною, но и другими людьми), а также рассмотрено с точки зрения объективности (или точки зрения «оно»). Из этого следует, что быть интегрально информированным – означает учитывать все эти три измерения, приходя, таким образом, к более целостному и эффективному подходу в отношении и «я», и «мы», и «оно» – или к самости, культуре и природе.

Если вы оставите без внимания науку, или искусство, или мораль, будет упущено что-то важное и целостность окажется нарушена. Освобождение самости, культуры и природы будет достигнуто только в их взаимодействии и сотрудничестве либо не будет достигнуто вовсе. Измерения «я», «мы» и «оно» столь фундаментальны, что мы называем их четырьмя квадрантами, и в этом виде они становятся основой интегральной системы координат, или интегральной операционной системы (ИОС). (Четвёртый квадрант образуется благодаря разделению «оно» на единственное и множественное число.) Следующие диаграммы помогут разъяснить эти основные моменты.

На рис. 3 вы видите схематическое изображение четырёх квадрантов. Верхне-левый квадрант – «**я**» (*индивидуальное внутреннее*), верхне-правый – «**оно**» (*индивидуальное внешнее*), нижне-левый – «**мы**» (*коллективное внутреннее*) и нижне-правый – «**они**» (*коллективное внешнее*). Другими словами, четыре квадранта – это четыре фундаментальные перспективы в отношении любого события (или четыре базовые точки зрения на что-либо), которые представляют собой **внутреннюю** и **внешнюю** стороны **индивидуального** и **коллективного**.

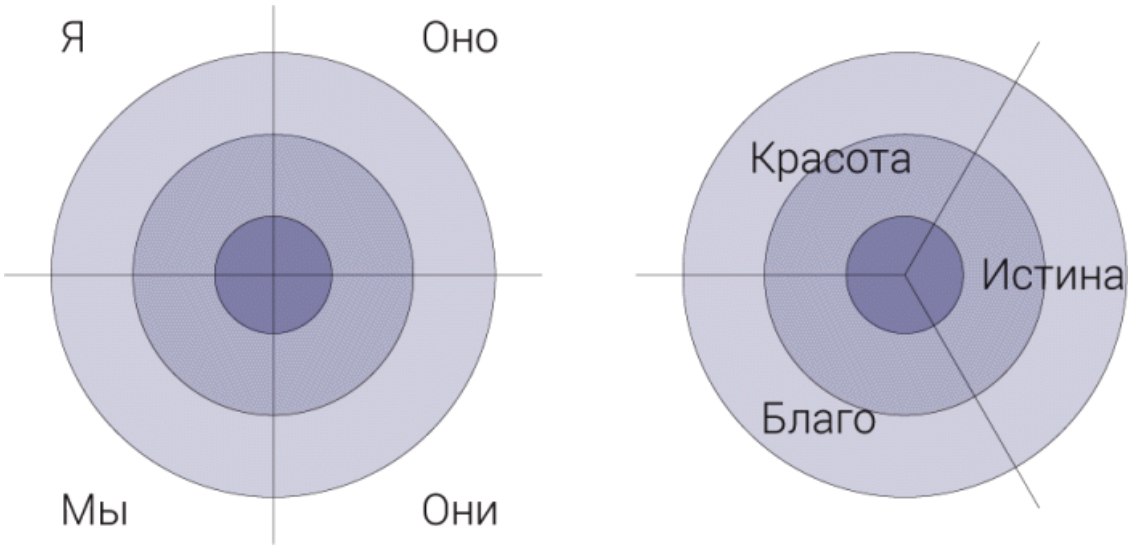


Рис. 3. Квадранты

На рис. 4 и 5 показаны кое-какие детали четырёх квадрантов. (Не обращайте внимания на некоторые специфические термины – для общего понимания они не столь важны, – просто посмотрите на диаграммы и постарайтесь уловить суть того, чем различаются предметы, с которыми имеет дело каждый из квадрантов).

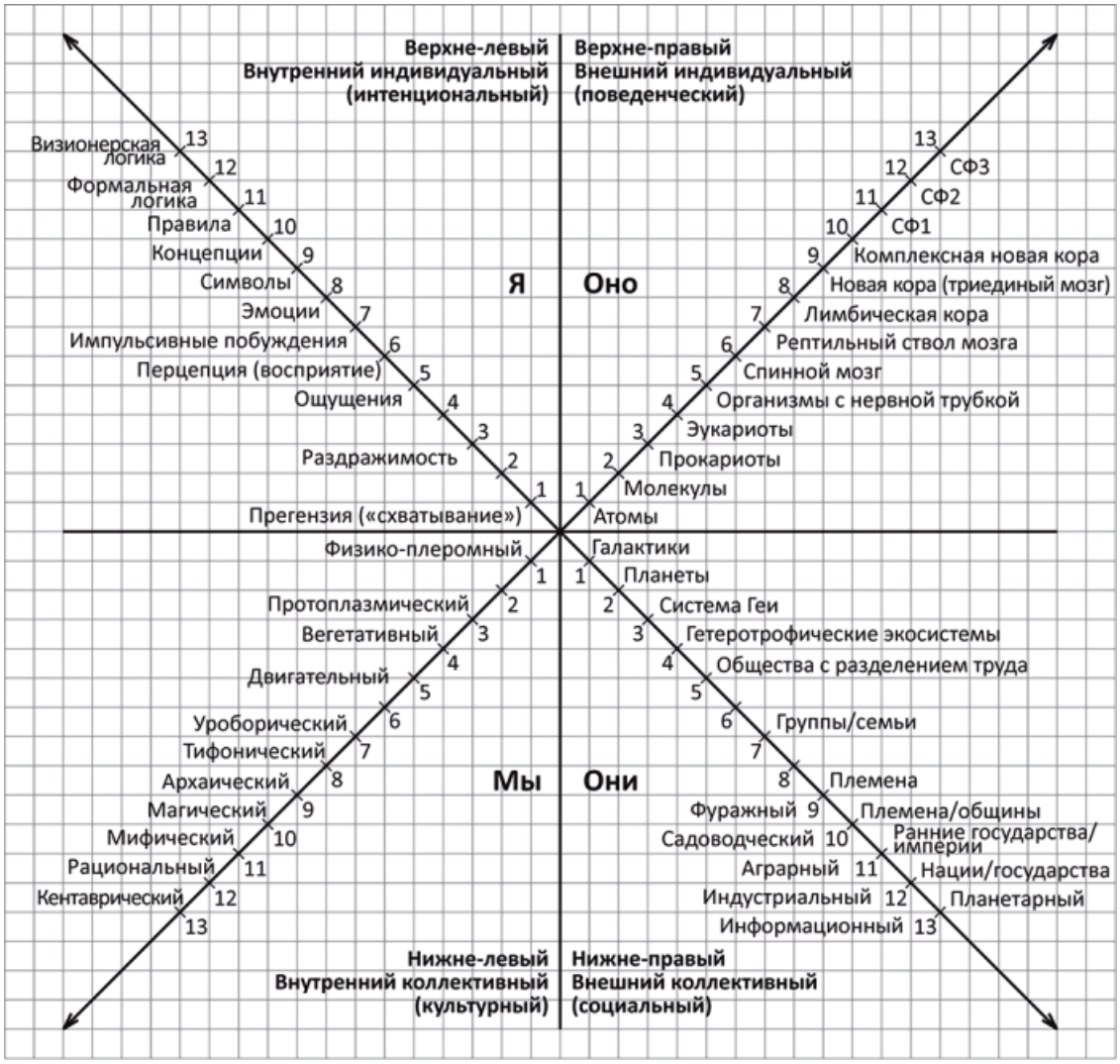


Рис. 4. Некоторые детали квадрантов

Например, в **верхне-левом квадранте** (индивидуальное внутреннее) вы найдёте свои собственные мысли, чувства, ощущения и т. п. (это описание в терминах 1-го лица). Но если вы посмотрите на своё индивидуальное бытие *снаружи* и начнёте описывать его в терминах не субъективного сознавания, а объективной науки, вы обнаружите нейромедиаторы, лимбическую систему, новую кору, комплексные молекулярные структуры, клетки, системы органов, ДНК и т. д. – это описание в объективных терминах 3-го лица («оно» и «они»). Следовательно, предмет **верхне-правого квадранта** – это то, на что похоже любое *индивидуальное* событие, если взглянуть на него *снаружи*. Это главным образом физическое поведение, материальные компоненты, материя и энергия, тело – все эти вещи могут быть отнесены к разряду объективных форм, форм **3-го лица**, или «оно»-форм.

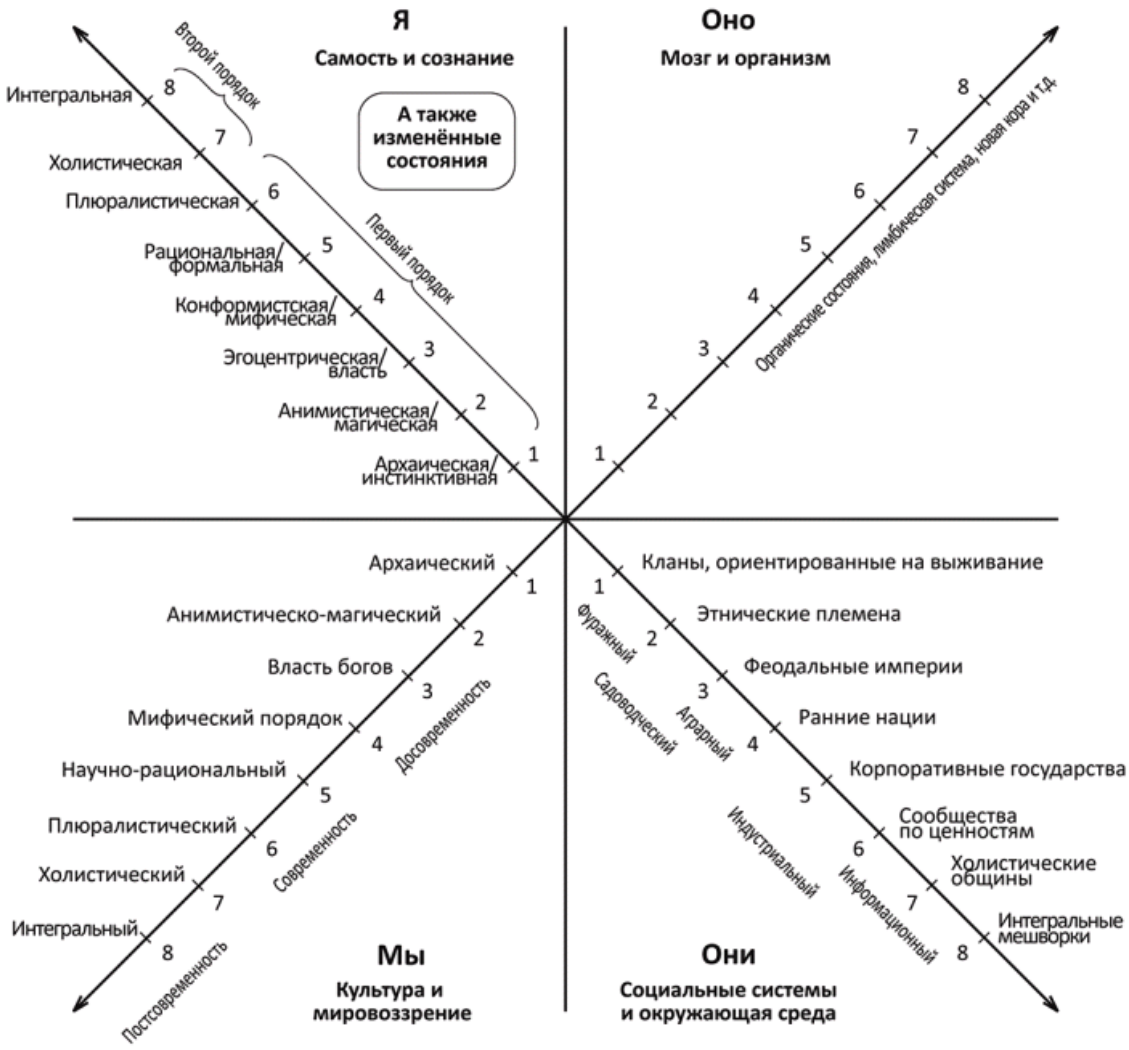


Рис. 5. Квадранты применительно к человеку

Таким образом, снаружи мы выглядим состоящими из объективных «оно»-форм – из материи, энергии и объектов, – тогда как внутри себя мы находим не нейромедиаторы, а чувства, не лимбическую систему, а желания, не новую кору, а внутреннее видение, не материю-энергию, а сознание, – и всё это мы описываем от **1-го лица** в терминах непосредственного видения. Какой из этих взглядов более верный? Согласно интегральному подходу – они оба. Это два разных взгляда на одно и то же событие, которым и являетесь вы. Проблемы начинаются, когда вы пытаетесь отвергать или отрицать какую-то из этих перспектив. Во всякое интегральное мировоззрение должны быть включены все четыре квадранта.

Продолжим далее. Заметьте, что каждое отдельное «я» находится во взаимоотношениях с другими «я», а это означает, что каждое «я» является членом многочисленных «мы». Эти «мы» представляют собой не только и не столько *индивидуальное*, сколько *групповое* (или *коллективное*) сознание, не столько субъективное, сколько межсубъективное сознавание – или **культуру** в самом широком смысле. Это и составляет суть **нижне-левого квадранта**. Так же, как и «я», каждое «мы» имеет внешний аспект или то, как это выглядит снаружи, – и это уже **нижне-правый квадрант**. Нижне-левый квадрант часто называется **культурным** измерением (или внутренним сознаванием группы, включая её мировоззрение, общие ценности, общие чувства и т. д.), а нижне-правый – **социальным** измерением (или внешними формами и поведением группы, изучаемые объективными науками, например, теорией систем).

Вновь повторю, квадранты – это просто **внутренняя** и **внешняя** стороны **индивидуального** и **коллективного**, и суть в том, что все четыре квадранта должны быть включены, если мы стремимся быть интегральными насколько возможно.

Теперь мы подошли к тому моменту, когда можно начать собирать все кусочки интегральной мозаики в единое целое: все квадранты, уровни, линии, состояния и типы. Начнем с **уровней**, или **стадий**.

Все четыре квадранта могут расти, развиваться, или эволюционировать. Вот почему у всех них есть разновидности стадий, или уровней развития, которые представляют собой не жёсткие, раз и навсегда закреплённые ступени лестницы, но подвижные и текучие волны развёртывания. Это происходит повсюду в мире природы, подобно тому, как дуб разворачивается из желудя через определённые стадии роста и развития или уссурийский тигр вырастает во взрослый организм из оплодотворённой яйцеклетки, проходя ясно различимые стадии роста и развития.

Это происходит и в жизни людей. Мы уже рассмотрели некоторые из стадий человеческого развития. В верхне-левом квадранте («я»), например, самость развивается от эгоцентризма к этноцентризму и мироцентризму, или от *тела* к *уму* и *духу*. В верхне-правом квадранте телесная энергия феноменологически расширяется от *грубого* к *тонкому* и *причинному* телу. В нижне-левом квадранте коллективное «мы» вырастает от *эгоцентризма* («моё») к *этноцентризму* («наше») и *мироцентризму* («всеобщее»). Расширение группового осознания сопровождается развитием социальных систем – в нижне-правом квадранте, – от простых групп до более сложных систем, вроде наций, и, в конце концов, до глобальных систем. Три эти стадии в каждом из квадрантов представлены на рис. 6.

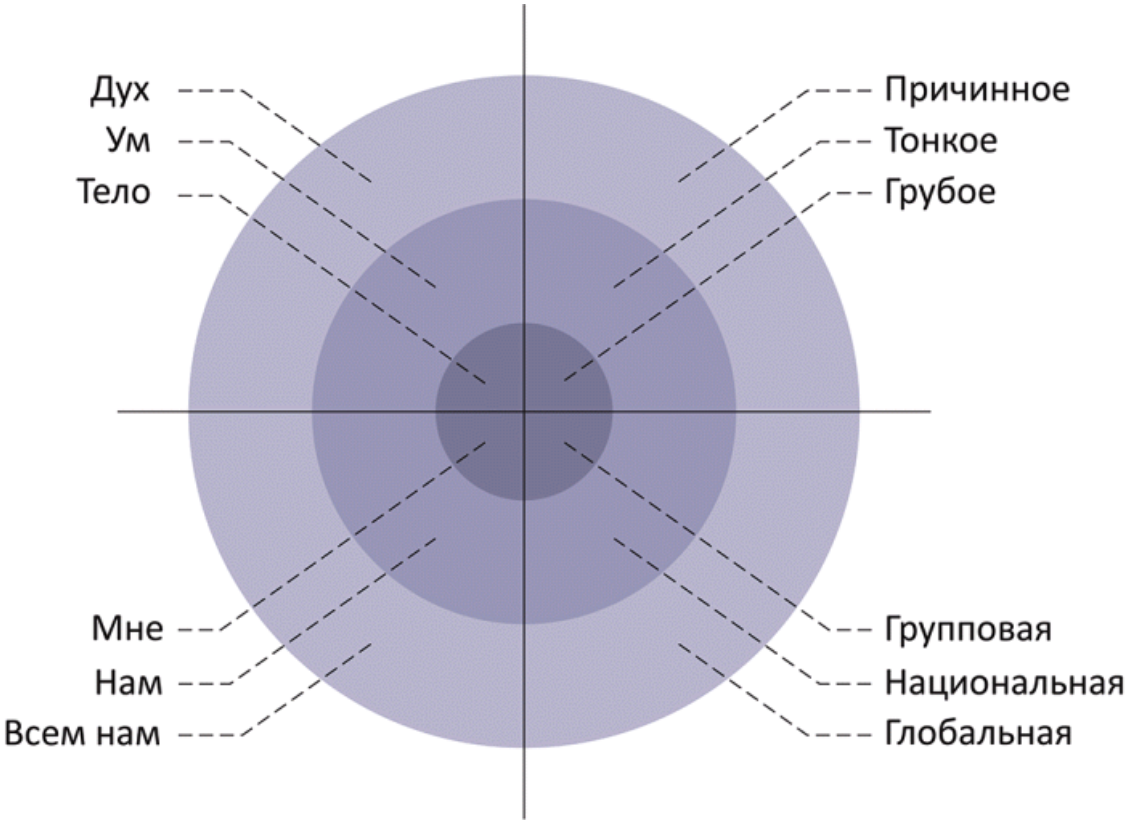


Рис. 6. AQAL

Теперь перейдём от **уровней** к **линиям**. Линии развития встречаются во всех четырёх квадрантах, но, поскольку нам интересно в первую очередь личное развитие, мы сосредо-

точимся на том, как эти линии проявляются в верхне-левом квадранте. Как мы уже видели, существует более дюжины различных множественных способностей, или линий развития. Вот самые важные из них:

когнитивная линия (или сознавание того, что есть);

моральная линия (или сознавание того, как должно быть);

эмоциональная, или аффективная, линия (весь спектр эмоций);

межличностная линия (насколько я социально адекватен в общении с другими);

линия **потребностей** (например, иерархия потребностей по Маслоу);

линия **самотождественности** (или «Кто я?», например, развитие эго по Лёвинджер);

эстетическая линия (или линия самовыражения, красоты, искусства и ощущаемого смысла);

психосексуальная линия, которая подразумевает полный спектр Эроса (от грубого к тонкому и причинному);

духовная линия (где «дух» рассматривается не как Основа и не как высшая стадия, но как отдельная линия развёртывания);

линия **ценностей** (или того, что человек считает наиболее важным; эта линия была исследована в работах Клэра Грейвза и популяризована в Спиральной динамике).

Каждая из этих линий развития проходит через основные стадии, или уровни. Все они могут быть включены в психограмму. Если мы возьмём концепции стадий, или уровней, Роберта Кигана, Джейн Лёвинджер или Клэра Грейвза, то у нас окажется пять, восемь или больше уровней развития, с помощью которых мы сможем проследить естественное развёртывание линий, или потоков, развития. Опять же, не имеет значения, какая из них более истинна, это зависит от того, какой порядок «градации» или «сложности» вам нужно использовать, чтобы наиболее адекватно понять данную ситуацию.

Мы уже рассматривали одну из психограмм (рис. 1). На рис. 7 вы можете увидеть ещё одну, взятую из презентации Нотр-Дамской бизнес-школы, в которой AQAL-модель используется для обучения бизнесу.

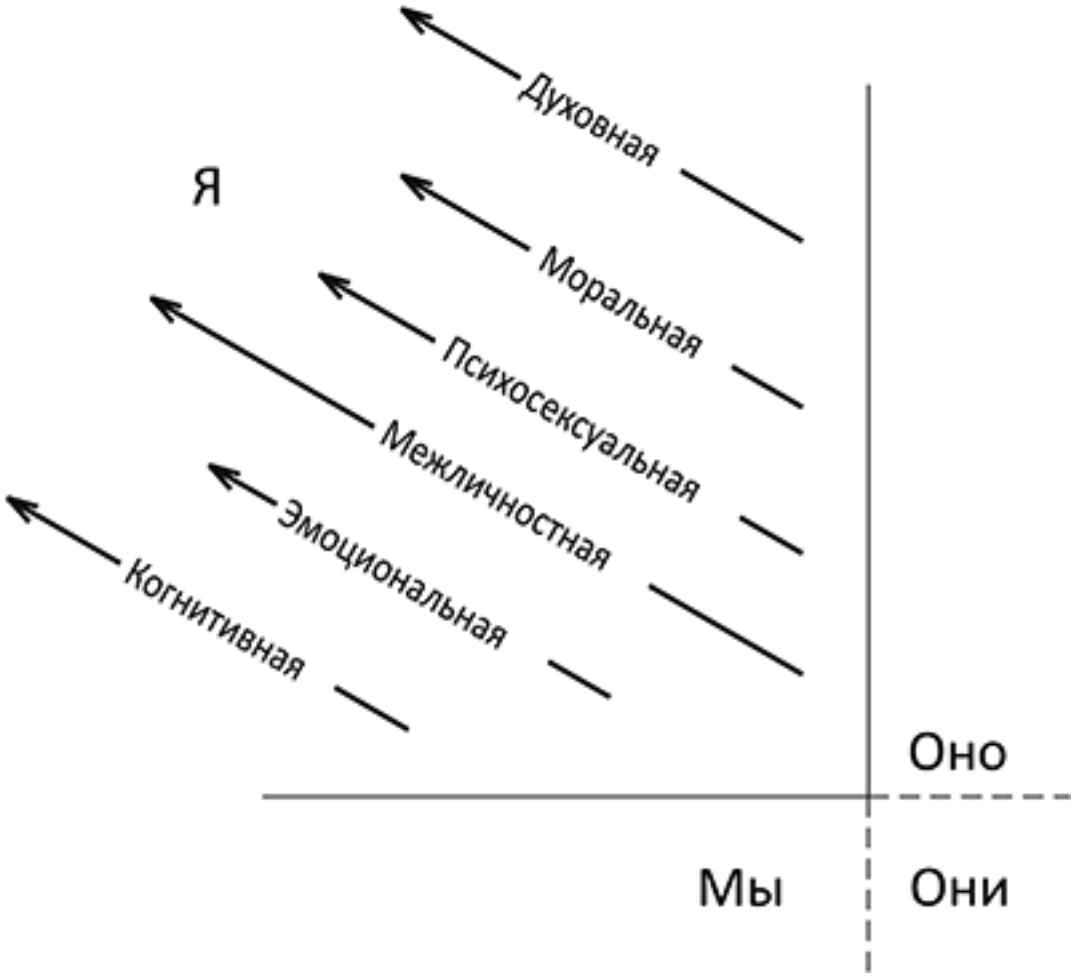


Рис. 7. Другой вариант психограммы

Как было отмечено, во всех квадрантах есть свои линии развития. Мы же пока рассматривали лишь те из них, что принадлежат верхне-левому квадранту. В верхне-правом квадранте одна из самых важных линий развития – линия телесной материи-энергии, которая, как мы видели, движется от грубой энергии к тонкой и причинной энергии. Как последовательность развития, она описывает уровни постоянного владения способностью сознательно управлять этими энергетическими компонентами вашего бытия (в ином случае они проявляются только как состояния). К верхне-правому квадранту также относятся всё внешнее **поведение**, действия и поступки моего объективного тела (грубого, тонкого или причинного).

Культурное развитие в нижне-левом квадранте зачастую развёртывается через те волны, что были открыты гением Жана Гебсера, – их список включает *архаическую, магическую, мифическую, ментальную, интегральную* и выше. В нижне-правом квадранте теория систем исследует развивающиеся коллективные социальные системы (здесь выделяются такие стадии, как *фуражная, аграрная, индустриальная* и *информационная* системы). На рис. 8 мы показали их упрощённый вариант (групповая, национальная, глобальная), но основная идея состоит в том, что чем выше уровень социальной сложности, тем в более широкую систему он интегрирован.

Повторю, для общего обзора не столько важны детали, сколько видение в целом того, как развёртывается или *раскрывается природа всех четырёх квадрантов*, которые включают в себя расширяющиеся сферы сознания, заботы, культуры и природы. Говоря в двух

словах, «я», «мы» и «оно» могут эволюционировать. Самость, культура и природа могут развиваться и эволюционировать.

Теперь мы можем быстро разобрать и другие компоненты. **Состояния** могут случаться во всех квадрантах (от состояний погоды до состояний сознания). До сих пор мы были сосредоточены главным образом на **состояниях сознания** в верхне-левом квадранте (бодрствование, сновидение, глубокий сон) и на **состояниях энергии** в верхне-правом (грубое, тонкое, причинное). Разумеется, когда любое из этих состояний обретает статус постоянного приобретения, оно перестаёт быть состоянием и становится стадией.

Типы также существуют во всех квадрантах, однако мы сосредоточили своё внимание на мужественном и женственном типах в том виде, в каком они проявляются у отдельных людей. Принцип мужественности в большей степени отождествляется с деятельностью, а принцип женственности – с общением, но суть в том, что в каждом человеке есть оба эти компонента. Наконец, как мы увидели, существуют **нездоровые типы** мужественности и женственности на всех доступных стадиях, – «больной мальчик, больная девочка» на всех волнах.

Кажется слишком сложным? С одной стороны, да. Но, с другой стороны, чрезвычайная сложность всего того, что собой представляет человек во всей совокупности его взаимосвязей с вселенной, может быть значительно упрощена благодаря использованию модели **квадрантов** (основанных на факте того, что любое событие может быть увидено с точки зрения «я», «мы» или «оно»), **линий развития** (множественных интеллектов, или способностей), каждая из которых развёртывается через **уровни развития** (от тела, к уму и духу), а также **состояний** и **типов** на каждом из этих уровней.

Данная **интегральная модель** – «все квадранты, все уровни, все линии, все состояния, все типы» – является простейшей моделью, которая способна удержать все самые сущностные реалии. Часто мы сокращаем, говорим: «все квадранты, все уровни» или **AQAL**, где квадрантами, к примеру, являются самость, культура и природа, а уровнями – тело, ум и дух, так что мы говорим, что интегральный подход предполагает развитие и культивацию **тела, ума и духа в самости, культуре и природе**. Простейшая версия этой модели показана на рис. 6, и, если у вас есть общее понимание этой диаграммы, понять дальнейшее будет довольно легко.

Применение ИОС

Перейдём к завершению обзора того, что может быть названо введением в основы ИОС. Для этого дадим несколько жизненных примеров её применения в медицине, бизнесе, духовности и экологии.

Интегральная медицина

Пожалуй, медицина – это та сфера, в которой применение интегральной модели может дать незамедлительные результаты, поэтому она становится всё более популярной в здравоохранительных учреждениях всего мира. Краткая экскурсия через квадранты покажет, как интегральная модель может приносить здесь пользу.

Ортодоксальная, или конвенциональная, медицина – это классический **верхне-правый подход**. Она имеет дело почти исключительно с физическим организмом, воздействуя на него путём физического вмешательства – хирургии, лекарств, медикаментов и коррекции поведения. Ортодоксальная медицина основана на вере в физические причины болезней и, как следствие, в большинстве случаев прописывает тот или иной вид физического вмешательства. Однако интегральная модель утверждает, что всякое физическое событие (верхне-правое, ВП) имеет как минимум четыре измерения (квадранта), вот почему физическая болезнь должна рассматриваться сквозь призму всех четырёх квадрантов (не говоря уже об уровнях, которые мы затронем ниже). Интегральная модель не принижает значимости верхне-правого квадранта, она лишь заявляет, что это только одна четвёртая всей истории.

Наблюдающийся в последнее время взрыв интереса к альтернативной медицине – не говоря уж о таких дисциплинах, как психоневроиммунология, – сделал довольно очевидным тот факт, что *внутренние состояния* человека (эмоции, настроение, воображение и намерения) могут быть как причиной, так и лекарством в том, что касается физиологических заболеваний. Другими словами, **верхне-левый** (ВЛ) квадрант – это ключевой элемент в любом целостном медицинском подходе. Визуализации, аффирмации и сознательное использование образов, как уже было доказано экспериментальным путём, играют значительную роль в излечении большинства заболеваний, а последствия заболевания зависят от эмоциональных состояний и психического здоровья.

Но не менее, чем эти субъективные факторы, важно и то, что индивидуальное сознание не пребывает в вакууме – оно внедрено в поле общекультурных ценностей, верований и мировоззрений. То, каким образом культура (НЛ) рассматривает отдельные болезни – с заботой и состраданием или с презрением и насмешкой, – может на глубинном уровне влиять и на то, как тот или иной человек относится к этим болезням (ВЛ), а это, в свою очередь, способно напрямую повлиять на течение самой физической болезни (ВП). **Нижне-левый квадрант** включает в себя всё огромное многообразие *межсубъективных факторов*, являющихся существенно важными для любых человеческих взаимодействий, – таких как общение между врачом и пациентом, отношения в семье и мнения друзей, а также то, как всё это передаётся пациенту; общественное приятие (или неодобрение) определённых болезней (например, СПИДа) и те культурные ценности, которым угрожает сама болезнь. Все эти факторы до некоторой степени играют причинную роль по отношению ко всякому физиологическому заболеванию и его лечению (просто потому, что *всякое* событие имеет четыре квадранта).

Разумеется, в практических условиях этот квадрант необходимо ограничить факторами, с которыми можно эффективно работать: это могут быть отношения врача и пациента, семейная и дружеская поддержка, а также общее понимание того, как общественное мнение

может влиять на болезнь. Исследования постоянно демонстрируют, что, к примеру, больные раком при групповой поддержке живут дольше, чем без неё. Таким образом, существует большое количество факторов из нижнего левого квадранта, которые играют решающую роль в любом целостном медицинском подходе.

Нижне-правый квадрант содержит материальные, экономические и социальные факторы, которые почти никогда не рассматриваются как часть заболевания, но, если мы посмотрим фактам в лицо, эти факторы, как и факторы всех остальных квадрантов, могут быть также причиной и болезни, и её излечения. Социальная система, которая не способна снабжать население продовольствием, убьёт вас (и это, увы, каждый день происходит в странах, где царят разруха и голод). В реальном мире, где каждая вещь имеет все четыре квадранта, вирус в ВП квадранте может быть центральной проблемой, но при социальной системе (НП), которая не способна обеспечить должный уход, вы умрёте. Это не отдельная проблема – это центр проблемы, потому что все события имеют четыре квадранта. Нижне-правый квадрант включает такие факторы, как экономика, страхование, системы социального обеспечения и даже такие простые вещи, как обстановка больничной палаты (достаточно ли в ней места для свободы движений, возможен ли доступ посетителей и т. д.), не говоря уже о таких вещах, как загрязнённость окружающей среды токсинами.

Всё это является «всеквадрантным» аспектом причин заболеваний и их излечения. «Всеуровневый» аспект означает, что индивиды имеют как минимум физический, эмоциональный, ментальный и духовный уровни во всех четырёх квадрантах (см. рис. 8). Некоторые заболевания имеют преимущественно физическую причину и требуют физического лечения (если вас сбил автомобиль или вы сломали ногу). Но есть огромное количество заболеваний, причина и способ излечения которых включает *эмоциональные, ментальные* и *духовные* составляющие. Буквально сотни исследователей по всему миру сделали неизмеримо много для нашего понимания «многоуровневой» природы заболеваний и их излечения (включая неоценимый вклад великих традиций мудрости – от шаманских до тибетских). Суть в том, что, просто добавляя эти уровни к квадрантам, мы получаем более целостную – и эффективную – медицинскую модель.

Короче говоря, подлинно эффективный и всесторонний медицинский план должен быть всеквадрантным и всеуровневым: основная мысль состоит в том, что каждый квадрант или измерение (рис. 3) – «я», «мы» и «оно» – имеет физический, эмоциональный, ментальный и духовный уровни, или волны (рис. 6), и подлинно интегральное лечение должно принимать в расчёт все эти реалии. И, в силу этих причин, предложенный вариант интегрального лечения не только более *эффективен*, но ещё и более *экономичен*, вот почему даже медицинский менеджмент начинает всё внимательнее к нему присматриваться.

(Если вас заинтересовал этот подход, зайдите на страничку Центра интегральной медицины на сайте www.integrallife.com).

Интегральный бизнес

В последнее время наблюдается распространение интегральной модели в бизнесе – опять-таки, вероятно, по той причине, что её использование даёт быстрый и видимый эффект. Квадранты дают четыре «пространства», или «рынка», в которых продукция должна быть конкурентоспособна, а уровни дают виды ценностей, которые и создают продукт, и помогают его сбыту. Исследования иерархии ценностей у Маслоу или у Грейвза (например, спиральная динамика), которые уже оказали огромное влияние на бизнес, могут быть объединены с квадрантами (которые показывают, как эти уровни ценностей проявляются в четырёх различных пространствах), и это даёт подлинно целостную карту рынка (которая включает как традиционные рынки, так и виртуальные).

Кроме того, также начинают расцветать тренинги *интегрального лидерства*, основанные на интегральной модели. На сегодня существуют четыре основные теории бизнес-менеджмента (X-теория, которая делает акцент на человеческое поведение; Y-теория, которая сосредоточена на понимании психологии; культурный менеджмент, основанный на организационной культуре; и системный менеджмент, который ставит во главу угла социальную систему и управление ею). Эти четыре теории менеджмента, по сути, исходят из четырёх квадрантов, а значит, интегральная модель обязательно должна включать все четыре подхода. Если добавить сюда уровни и линии, то возникнет невероятно богатая и изысканная модель руководства, которая, без сомнения, будет самой всеохватной из всех ныне существующих.

(Если вы хотели бы применять данный подход, зайдите на страничку Центра интегрального лидерства и бизнеса на сайте www.integrallife.com).

Духовность взаимоотношений и социально значимая духовность

Основное значение AQAL-подхода к духовности заключается в том, что физический, эмоциональный, ментальный и духовный уровни бытия должны одновременно развиваться в самости, культуре и природе (то есть в пространствах «я», «мы» и «оно»). Есть множество вариаций на эту тему – от социально значимой духовности до рассмотрения взаимоотношений как духовного пути, и мы включаем все эти важные аспекты в интегральную практику жизни (см. ниже). Значение интегральной духовности (www.integrallife.com) глубоко и обширно, и оно только начинает оказывать своё влияние.

Интегральная экология

Интегральная, или «всеквадрантная, всеуровневая», экология уже новаторски исследуется несколькими нашими коллегами по Интегральному институту и обещает коренным образом изменить и наш привычный способ думать о проблемах экологии и загрязнения окружающей среды, и наши способы решать их (см. Центр интегральной экологии на www.integrallife.com).

Основная идея проста: всё, что меньше, чем интегральный подход, в отношении проблем окружающей среды обречено на провал. Необходимо учитывать и внутренние (или левосторонние) и внешние (или правосторонние) квадранты. **Внешняя** защита окружающей среды необходима, но без роста и развития во внутренних пространствах до мироцентрических уровней ценностей и сознания окружающая среда будет оставаться в опасности. Сосредоточенность на одних только внешних решениях лишь усугубляет проблему. Освобождение самости, культуры и природы будет достигнуто только в их взаимодействии и сотрудничестве либо не будет достигнуто вовсе. Как это сделать – предмет рассмотрения интегральной экологии.

Практика интегральной жизни

Предыдущие варианты применения ИОС были сосредоточены вокруг теоретических аспектов интегрального подхода. А как насчёт практических аспектов нашего собственного осознания, роста, трансформации и пробуждения?

Любая карта человеческого бытия в явном или скрытом виде содержит практический подход. Практическое измерение переживаний 1-го лица в интегральном подходе называется **практикой интегральной жизни**.

Природа практики интегральной жизни проста. Я схематически резюмирую её так: если взять тело, ум и дух (в качестве уровней) и самость, культуру и природу (в качестве квадрантов), а затем сложить их вместе, то мы получим девять возможных областей роста и пробуждения. В практике интегральной жизни впервые собраны все наиболее эффективные подходы к личной трансформации (см. www.integrallife.com).

Приведу более подробный пример: если вы посмотрите на рис. 6, то заметите, что 3 уровня в 4 квадрантах в действительности дают 12 зон. В практику интегральной жизни входят методы развития во всех 12 зонах. Она представляет собой революционно новый и не имеющий исторических аналогов подход к росту, развитию и пробуждению. (Мы вернёмся к практике интегральной жизни в гл. 10).

Итоги и заключение

Мы познакомились с несколькими прикладными аспектами, или «применениями», интегральной модели. Теперь, в заключение, мы можем привести краткое изложение основных пунктов самой модели.

AQAL – это аббревиатура, означающая «**все квадранты, все уровни**» («all quadrants, all levels»), которая сама по себе является кратким способом сказать «все квадранты, все уровни, все линии, все состояния и все типы» и, таким образом, обозначить пять наиболее фундаментальных элементов, которые необходимо включать в любой по-настоящему интегральный или исчерпывающий подход.

Когда AQAL-модель используется в качестве руководящей системы координат для организации или понимания любой деятельности, мы также можем назвать её **интегральной операционной системой**, или попросту **ИОС**. Существуют и более сложные формы ИОС, но основы ИОС располагают всеми необходимыми элементами (квадрантами, уровнями, линиями, состояниями, типами) для того, чтобы подтолкнуть любого к освоению более всеохватного, интегрирующего и эффективного подхода.

Конечно, сама по себе **AQAL**-модель, или **ИОС**, – это просто карта и ничего более. Это не территория. Но, насколько нам известно, это наиболее исчерпывающая карта, которой мы сегодня располагаем. Более того – и это важно – сама интегральная карта настаивает на том, чтобы мы выходили на настоящую территорию и не оставались в ловушке одних только слов, идей или концепций. Помните, что квадранты – это всего лишь версия реальностей 1-го, 2-го и 3-го лица? Что ж, **интегральная карта** и **ИОС** есть всего лишь слова от 3-го лица, абстракции, набор «оно»-знаков и символов. Однако эти слова от 3-го лица сами настаивают на том, чтобы мы также включали непосредственные чувства, переживания и сознание от 1-го лица, равно как и диалоги, отношения и межличностную заботу от 2-го лица. Интегральная карта сама заявляет: *эта карта представляет собой лишь карту от 3-го лица, так что не забывайте другие важные реальности, каждая из которых должна быть включена в любой исчерпывающий подход*.

И здесь возникают вещи наподобие практики интегральной жизни. Когда «всеквадрантный, всеуровневый» подход, AQAL или ИОС, применяется для личного роста в реальной жизни, мы ведём речь о **практике интегральной жизни**, которая, по всей видимости, представляет наиболее всеохватный и, как следствие, эффективный путь трансформации из всех имеющихся.

Вот ещё один важный вывод: **ИОС** – это нейтральная система координат, она не говорит вам, что надо думать, не вынуждает вас принять какую-то идеологию и ни к чему не принуждает ваше сознавание. К примеру, говорить о том, что люди переживают состояния бодрствования, сновидения и глубокого сна, неравнозначно тому, чтобы говорить вам, о чём вы должны думать, когда вы бодрствуете, или какие сновидения должны вам сниться, когда вы спите. ИОС попросту говорит, что, если вы хотите занимать исчерпывающую позицию, удостоверьтесь, что вы включаете в неё состояния бодрствования, сновидения и глубокого сна.

Аналогично этому, утверждать, что все события проявляются в четырёх квадрантах – или попросту измерениях «я», «мы» и «оно», – неравнозначно тому, чтобы говорить, что «я» должен делать, что «мы» должны делать или что должны делать «они». ИОС попросту говорит, что, если вы хотите включить все значимые возможности, удостоверьтесь, что вы включаете перспективы от 1-го, 2-го и 3-го лица, поскольку они присутствуют во всех основных языках мира.

Именно потому, что **ИОС – нейтральная система координат**, её можно использовать для внесения большей ясности, заботы и всеохватности практически в любую ситуацию, повышая вероятность успеха независимо от того, измеряется ли успех в терминах личной трансформации, социального изменения, преуспевания в бизнесе, заботы о других или, попросту, счастья в жизни.

Однако, по-видимому, наиболее важно то, что, коль скоро ИОС можно использовать в любой дисциплине – от медицины до искусства, от бизнеса до духовности, от политики до экологии, – впервые в истории мы можем начать широкий и плодотворный диалог между всеми этими дисциплинами. Человек, применяющий ИОС в бизнесе, может легко и эффективно вести беседу с человеком, применяющим ИОС в поэзии, танцах или искусстве, просто потому, что теперь они располагают общим языком, или общей операционной системой, для общения друг с другом. Когда вы применяете ИОС, вы не только можете установить на неё сотни различных «программ», но все эти программы теперь могут общаться друг с другом и друг у друга учиться, тем самым продвигая эволюционное развитие к ещё более грандиозным измерениям бытия, познания и деятельности.

Вот почему тысячи учёных и учителей во всём мира объединились и основали Интегральный университет – первое в мире интегральное учёное сообщество. Поскольку все различные сферы человеческой деятельности, ранее разделённые специфическими определениями и терминами, теперь способны начать по-настоящему эффективно общаться друг с другом путём применения интегральной операционной системы, каждая из этих дисциплин может наладить диалог с другими и учиться у них. Такого в истории ещё никогда не случалось, и именно поэтому интегральное приключение по-настоящему только начинается.

Как бы мы ни рассматривали это, всё сводится к нескольким простым моментам. В своём росте и развитии вы обладаете способностью поднимать самость, культуру и природу до всё более высоких, широких и глубоких модусов бытия, разворачиваясь из изолированной тождественности «одного меня» в более полную тождественность «нас» и, затем, в ещё более глубокую тождественность «всех нас», включающую всех чувствующих существ во вселенной, – по мере того, как углубляется и расширяется ваша собственная способность вмещать в себя Истину, Благо и Красоту. Всё более величественное и всё более всеохватное сознание реализуется в самости, воплощается в природе и выражается в культуре.

Следовательно, вы развиваете **тело, ум и дух в самости, культуре и природе**. В этом-то и заключается необычайная цель и задача интегрального подхода, и мы будем рады, если вы присоединитесь к нам в этом захватывающем предприятии.

Но если вам покажется, что в этом подходе больше от типичного «холизма», или «духовности», или «нью-эйджа», или «новой парадигмы», вы совершите свою первую серьёзную ошибку.

Глава 1. Интегральный методологический плюрализм

Начнём с простого наблюдения, что «метафизика» духовных традиций была подвергнута обширной критике (точнее было бы сказать: выброшена на свалку истории) и модернистскими, и постмодернистскими эпистемологическими построениями, и до сих пор не возникло ничего, что могло бы их заменить. Посему данная глава начинается с обзора доступных нам методологий, с помощью которых мы могли бы реконструировать духовные системы великих традиций мудрости, очистив их от метафизического багажа.

Интегральный методологический плюрализм (ИМП) включает в себя, помимо всего прочего, как минимум 8 фундаментальных и, судя по всему, не сводимых ни к чему другому методологий, предписаний или парадигм по приобретению воспроизводимого знания (или проверяемого и воспроизводимого опыта). Фундаментальное утверждение интегральной теории AQAL состоит в том, что любой подход, упускающий из виду эти восемь парадигм, представляет собой недостаточный подход с точки зрения всего актуального и проверенного знания, доступного сегодня человечеству.

Самый простой способ понять ИМП – начать с того, что известно как **квадранты**, которые подразумевают, что любое событие имеет внутреннее и внешнее, а также индивидуальное и коллективное измерения. В совокупности это даёт нам внутреннюю и внешнюю стороны индивидуального и коллективного. Данные аспекты часто обозначают как «я», «вы/мы», «оно» и «они» (всё это формы местоимений 1-го, 2-го и 3-го лица; другой способ говорить об этом – это Благо, Истина и Прекрасное, или искусство, мораль и наука, и так далее, – а именно, это означает объективную истину внешней науки, или «оно/они», субъективную истину эстетики, или «я», и коллективную истину этики, или «ты/мы»).

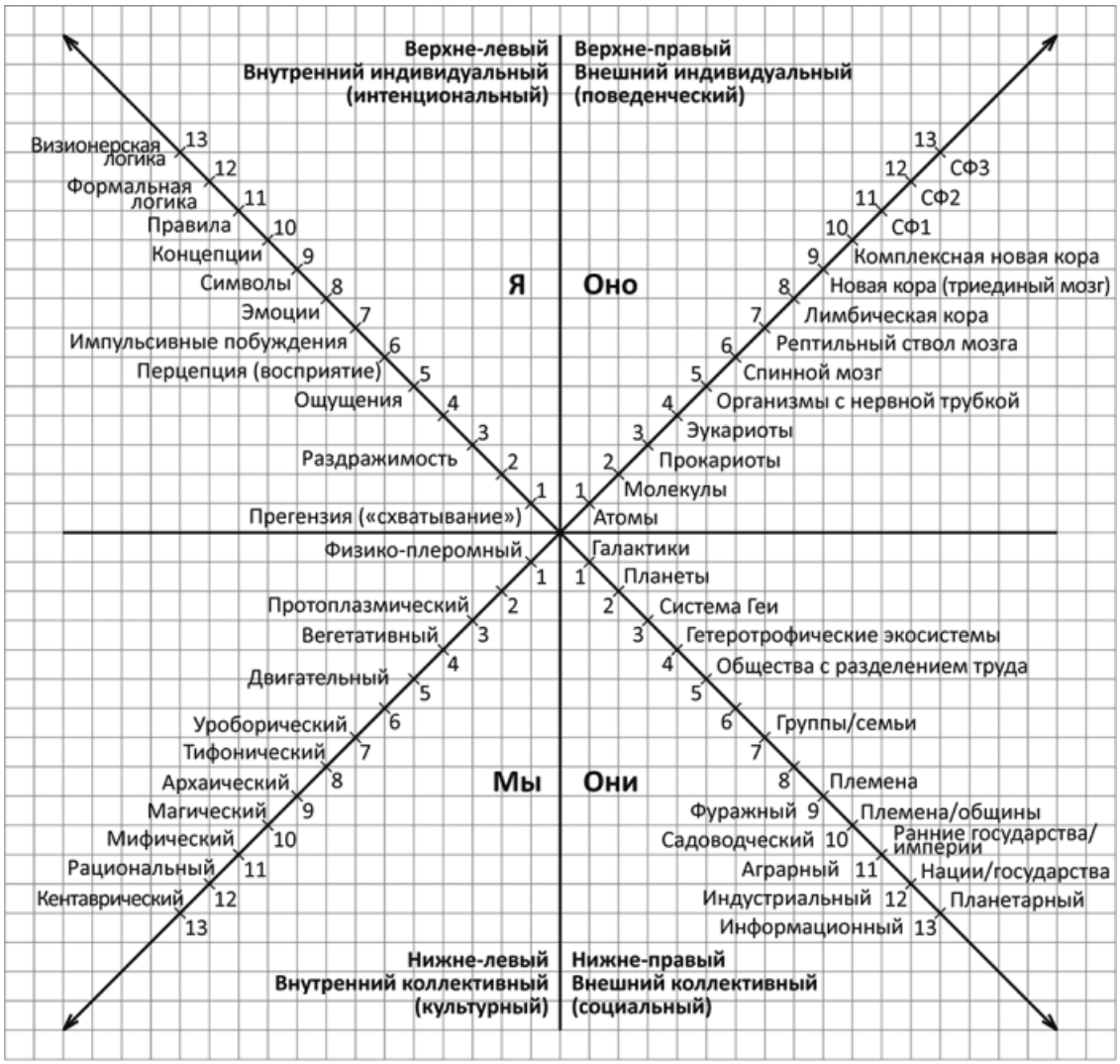


Рис. 1.1. Некоторые детали квадрантов

На рис. 1.1 схематически отображены некоторые явления, обнаруживаемые в том или ином квадранте в соответствии с достоверным знанием, полученным работающими с ними сообществами. (Не пугайтесь, если некоторые термины вам незнакомы, позднее мы раскроем значение наиболее важных из них)[5].

Мы часто обозначаем любое событие термином **холон** – «целым/частью», или целым, которое есть часть других целостностей. Таким образом, любые предметы, отнесённые к различным квадрантам, также можно назвать холонами (например, в ВП квадранте молекула есть холон, который состоит из целых атомов и входит как часть в целое клетки; в ВЛ квад-

[5] В качестве вводящих в тему заявлений мы делаем утверждения наподобие следующего: «Квадранты являются взглядом (перспективой) изнутри и снаружи на индивидуальное и коллективное». С формальной точки зрения в отношении этих перспектив более правильно, если мы будем проводить различие между «взглядом сквозь» и «взглядом из». Все индивидуальные (или чувствующие) холоны имеют или обладают четырьмя перспективами, сквозь которые или при помощи которых они смотрят на мир, и это и есть квадранты («взгляд сквозь»). Однако на любое явление можно посмотреть из этих четырёх перспектив – иными словами, на всё можно посмотреть исходя из этих перспектив, – и технически более правильно будет называть это перспективами четырёх квадривиумов на явление. Например, кресло, будучи чем-то, что произведено человеком (то есть артефактом), не обладает четырьмя квадрантами, но его можно рассмотреть исходя из этих четырёх квадрантов, или перспектив, и в таком случае речь пойдёт о четырёх квадривиумных взглядах на кресло. Индивидуальный холон (вроде вас или меня) имеет измерения-перспективы «я», «мы», «оно» и «они» (отсюда и «взгляд сквозь»); артефакт не имеет этих измерений, но зато я могу его рассмотреть исходя из этих взглядов, иными словами – исходя из четырёх квадривиумов. Сходным образом 8 зон образуют 8 квадрантов, а 8 методологий – 8 квадривиумов. См. «Приложение II».

ранте понятие – это холон, содержащий целые символы и входящий как часть в целостность правила, и т. д.).

Здесь, как говорится, начинается самое интересное. Если представить себе какой-либо феномен (или холон) в различных квадрантах, то его можно рассмотреть как изнутри, так и снаружи. Таким образом, мы получим 8 **изначальных перспектив** – взгляд изнутри и извне на холон в любом из четырёх квадрантов.

Восемь изначальных перспектив любого события резюмированы на рис. 1.2. Общую сумму всех этих восьми взглядов мы называем **интегральным перспективизмом**.

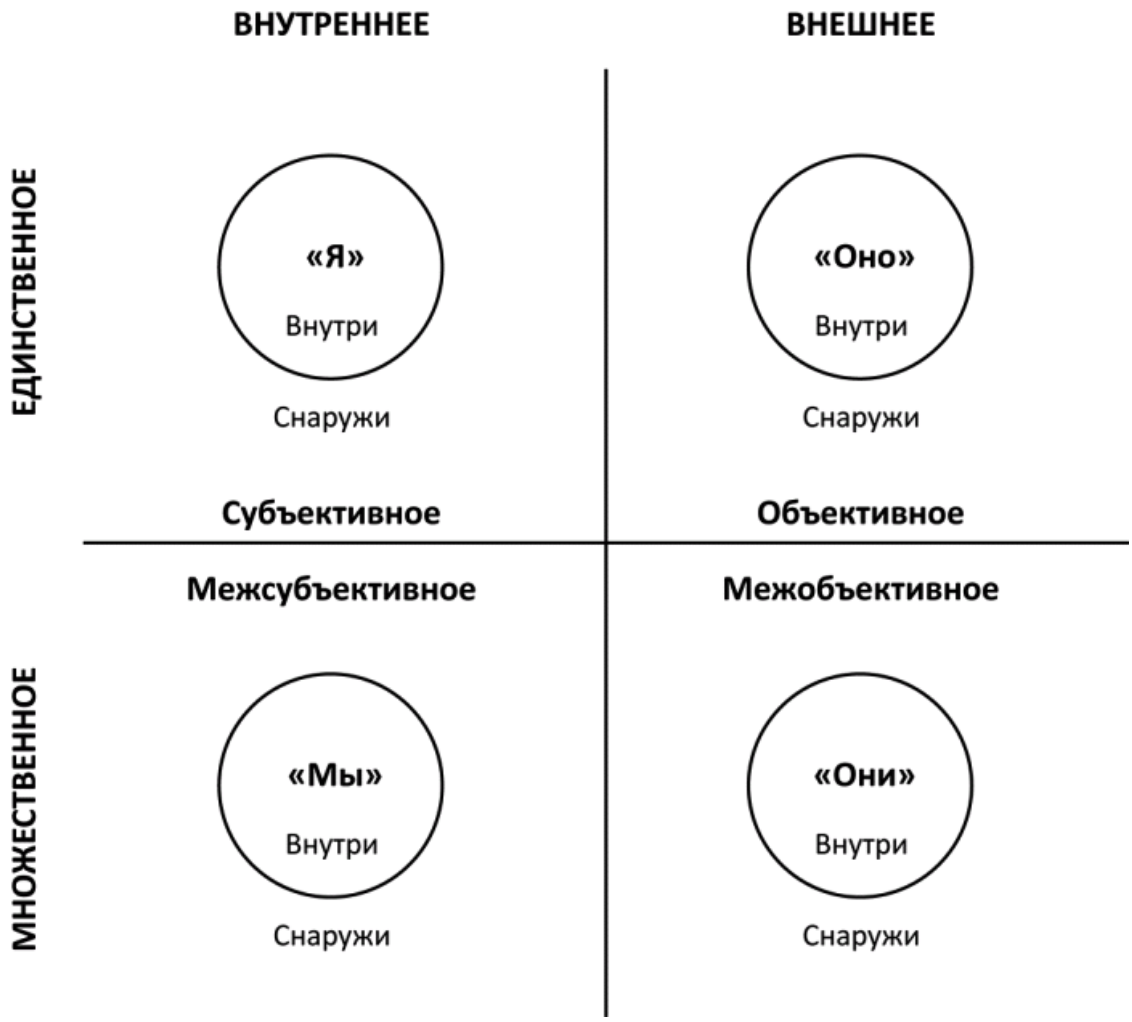


Рис. 1.2. Восемь изначальных перспектив

Мы населяем эти восемь пространств, зон, миров как практические реальности нашей жизни. Каждая из этих зон есть не просто какая-то точка зрения, а действие, предписание, конкретный набор действий в реальном мире. Каждое предписание *порождает* или раскрывает явления, которые воспринимаются посредством той или иной перспективы. Дело не в том, что сначала появляются перспективы, а действия или предписания – потом: они одновременно совозникают (а если точнее, тетра-возникают). «Перспективы» просто определяют место воспринимающего холона в пространстве AQAL. Принять такую-то и такую-то перспективу – означает проявляться в той или иной определённой области AQAL-матрицы. (На самом деле, вскоре мы будем давать «адрес» холона в AQAL-матрице следующим образом: **адрес = высота + перспектива**, где под *высотой* понимается степень развития, а *перспектива* означает точку зрения, или квадрант, в которой наблюдается событие.)

Мы ещё вернёмся к этому. Суть же состоит в том, что эти восемь фундаментальных перспектив также включают восемь фундаментальных методологий. Вы можете не только смотреть из этих перспектив, вы также можете действовать исходя из них. На рис. 1.3 приведены наиболее известные из таких методологий. Совокупность этих методологий называется **интегральным методологическим плюрализмом**.

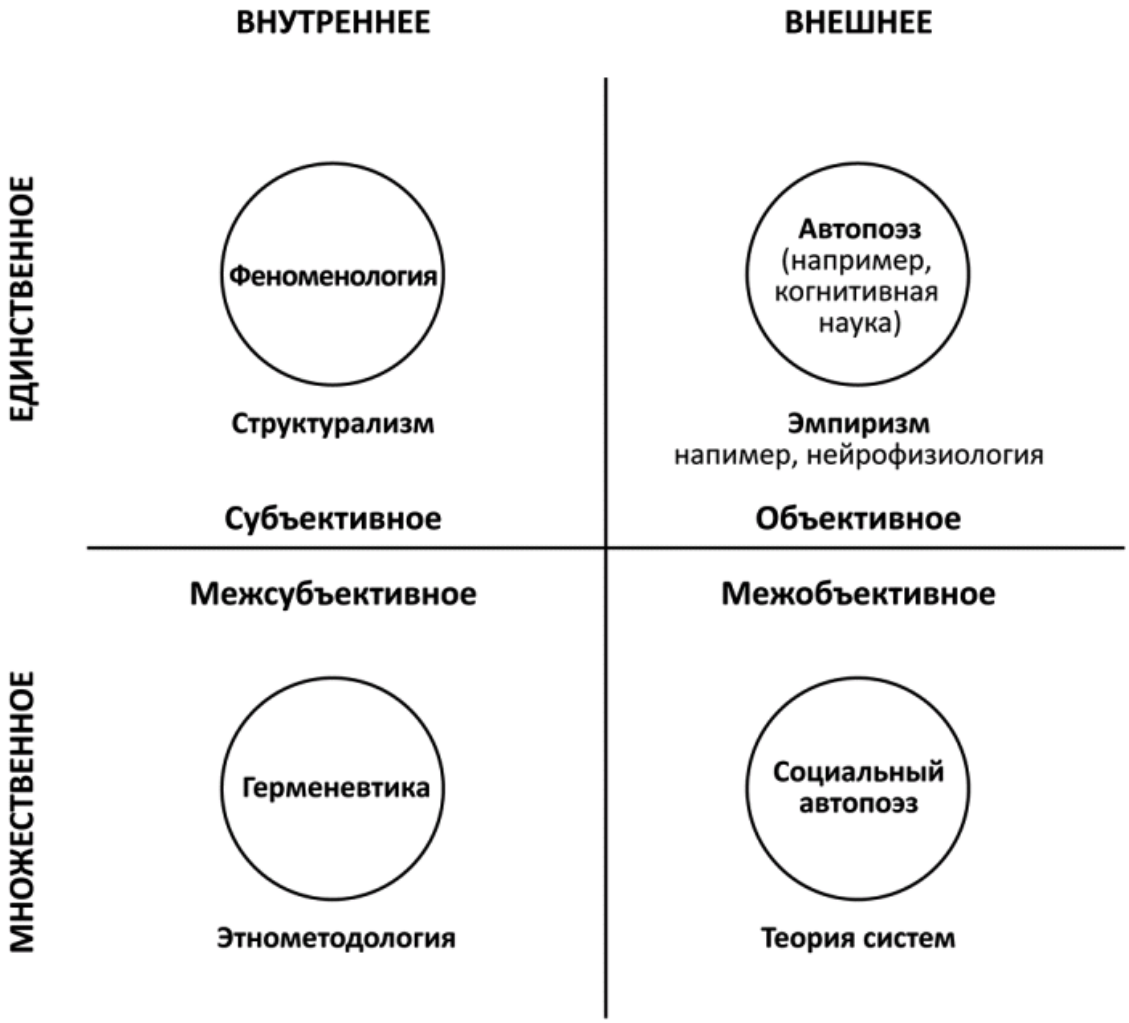


Рис. 1.3. Восемь основных методологий

Идея достаточно проста. Можно начать с любого явления (или холона) в любом из квадрантов – возьмём, например, переживание «я» в ВЛ квадранте. На это «я» можно посмотреть как изнутри, так и извне: я могу пережить своё собственное «я» *изнутри*, в настоящее мгновение, в форме ощутимого переживания того, что я есть субъект своего собственного опыта – 1-е лицо, имеющее опыт от 1-го лица. Результат этого включает такие вещи, как интроспекция, медитация, феноменология, созерцание и т. д. (на рис. 1.3 всё это упрощённо резюмируется в термине **феноменология**).

Но также я могу обратиться к этому «я» *снаружи* – с позиции объективного, или «научного», наблюдателя. Я могу проделать это со своим же собственным сознаванием (когда я пытаюсь быть «объективным» в отношении самого себя или пытаюсь «посмотреть на себя чужими глазами»), а также могу попытаться сделать то же самое с другими «я», стремясь соблюдать научную строгость в проводимом мною исследовании, как люди переживают свои «я». Наиболее известные из подобных научных подходов к «я»-сознанию включают теорию систем и **структурализм**.

Подобным же образом я могу изучить «мы», опираясь на взгляды изнутри и извне. *Взгляд изнутри* включает в себя наши попытки понять друг друга прямо сейчас. Каким же образом вы со мной можете достичь *взаимопонимания* в отношении чего-либо, включая те моменты, когда мы просто говорим друг с другом? Каким образом ваше «я» и моё «я» объединяются в нечто, что вы со мной могли бы назвать «мы» (если, например, мы говорим: «Я и ты, мы ведь понимаем друг друга»)? Искусство и наука «мы»-интерпретации, как правило, называется **герменевтикой**.

Но также я могу предпринять попытку исследовать это «мы» и *снаружи*, опираясь, к примеру, на культурную антропологию, этнометодологию или археологию Фуко (все эти подходы резюмированы на рис. 1.3. как **этнометодология**).

И так в каждом квадранте. Таким образом, у нас в распоряжении восемь базовых *перспектив* и восемь базовых *методологий*.

Позвольте мне в двух словах описать, почему данное наблюдение имеет решающее значение для современной духовности. Многие из вас знакомы с моделью спиральной динамики (СД) – системой описания психосоциального развития, основанной на новаторском исследовании стадий систем ценностей Клэра Грейвза (если вы не знакомы с СД, не беспокойтесь, далее в книге будет предложен её общий обзор, и тогда всё, что я здесь напишу, станет понятно). СД олицетворяет собой тип исследований, который оказался столь ценным для понимания мировоззрений, ценностей и стадий конструирования смыслов, через которые проходят люди. И многим из вас известно, что глубинные состояния медитативной осознанности, как правило, называются состоянием мистического единства (*unio mystica*), состоянием сахадж или сатори (или озарения и пробуждения). Это те состояния, которые, согласно великим традициям, открывают знание или осознание абсолютной реальности. (Не волнуйтесь, если вы не знакомы и с этими терминами, мы к ним ещё вернёмся.)

И тут важно следующее: вы можете просидеть десятилетиями на коврике для медитации и *никогда* не увидеть ничего, что было бы похоже на стадии спиральной динамики. И вы можете до бесконечности изучать спиральную динамику, но вы *никогда* не переживёте сатори. Интегральная правда состоит в том, что, если вы не включите обе дисциплины, вы, скорее всего, никогда не поймёте людей или то, как они соотносятся с Реальностью – божественной или любой другой.

Медитативное понимание включает в себя преимущественно методологию внутреннего взгляда на «я» (посредством феноменологии), тогда как спиральная динамика подразумевает его изучение извне (при помощи структурализма). Обе дисциплины изучают сознание индивида, однако они видят совершенно разные вещи, потому что населяют совершенно иные позиции, или перспективы, и используют совершенно отличные друг от друга методологии. Более того, человек может быть достаточно продвинут в одной из них и нисколько в другой (в любом порядке), и это невозможно увидеть в рамках их самих, ибо они неспособны даже увидеть друг друга!

Горизонты проявления

Каждый взгляд, или перспектива, с его действиями и предписаниями порождает целый мир явлений – миропространство, которое (тетра)возникает в результате этого, миропространство, обладающее своим горизонтом. Общую совокупность всего этого можно назвать просто горизонтом, или сокращённо – зоной[6]. Зона – это определённый взгляд вместе с его действиями, предписаниями, жизненным миром и всем, что приходит вместе с ним. Её можно воспринимать как жизненную зону, или зону сознавания, или жизненное пространство, – подойдёт любой термин.

Главное – понимать, что этот термин обозначает определённое место в AQAL-матрице: это место обитания реального холона со всем его поведением, проявляющим эти феномены. Место, выраженное в очень конкретной форме. Зона – это… словно поход по магазинам. И всё, что вы можете увидеть, почувствовать и сделать в пространстве, населяемом вами в это время.

(Выше мы кратко отметили, что адрес холона = его высота + перспектива. Мы еще вернёмся к этому в следующей главе и посмотрим, как это соотносится с концепцией зон. Как мы обнаружим далее, всё это имеет большое значение, так как относится к нашей способности «доказать» существование чего угодно, будь то камень, утверждение или Бог…)

Перспективы и методологии – это просто подмножества горизонтов, это некоторые из тех вещей, которые могут происходить в зоне возникновения явлений. Ниже данный вопрос также будет прояснён подробнее. Пока же считайте, что зона есть всё, что *может* возникнуть в любой из этих восьми областей, изображённых на рис. 1.2 и 1.3. Для удобства пронумеруем каждую из них (см. рис. 1.4).

[6] В оригинале игра слов: hori-zone (горизонт) и zone (зона). – *Прим. ред.*

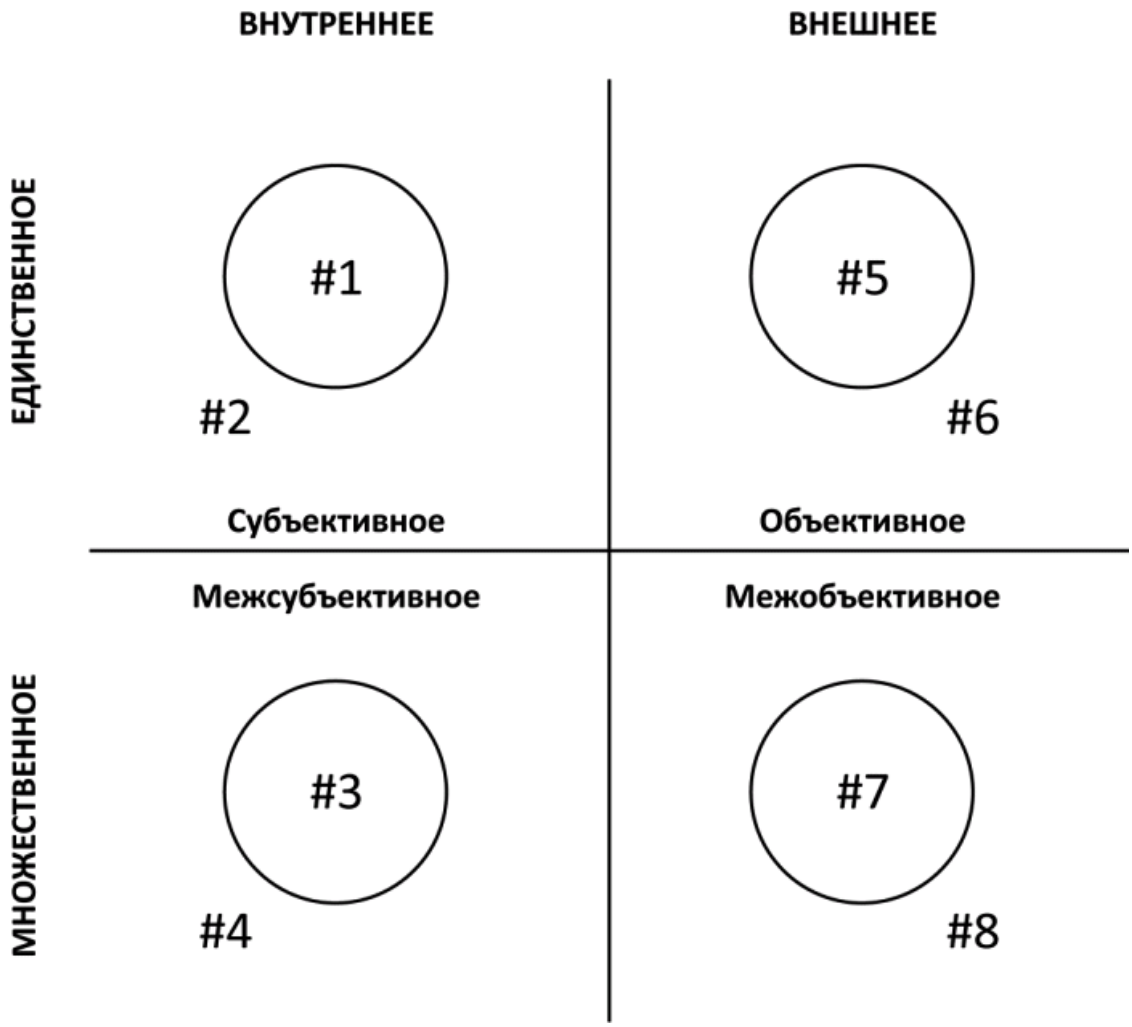


Рис. 1.4. Восемь зон

Если вернуться к вопросу спиральной динамики: когда дело касается внутреннего сознания (верхне-левый квадрант), и методологии зоны 1, и методологии зоны 2 являются имеющими ключевое значение типами знания, и они прекрасно дополняют друг друга. (В том случае, если вы не знакомы с этими методологиями, в следующей главе мы представим подробные примеры каждой из зон.) Учитывание обеих зон исключительно важно для любого рода прогресса в понимании роли религии и духовности в современном и постсовременном мире.

Как только мы признаем важность исследований в обеих зонах, трюк будет состоять в том, чтобы понять, как они соотносятся. Как соотносятся зона 1 и зона 2? И как соотносятся все восемь зон вообще?

Это основная тема настоящей книги. И более того: какое отношение всё это имеет к религии современного и постсовременного мира?

Интегральная математика изначальных перспектив

Те, кто более углублённо изучает данную тему, могут заметить, что эти восемь методологий в действительности дают нам перспективы на перспективы на перспективы. К примеру, медитация включает в себя взгляд изнутри на взгляд изнутри на индивидуальный взгляд. Подход Франциско Варелы к биологической феноменологии является взглядом извне на взгляд изнутри на внешний взгляд. Герменевтика есть взгляд изнутри на взгляд изнутри на коллективный взгляд. И так далее. Каждая **зона** на самом деле использует по меньшей мере **три основные перспективы**, чтобы обнаружить своё местоположение! (Не волнуйтесь, всё гораздо проще, чем кажется!)

Это ведёт к новому типу математических обозначений, который мы иногда называем **интегральной математикой**, что заменяет традиционные переменные перспективами. Если вас не слишком интересуют данные проблемы, не волнуйтесь: мы вернёмся к более интересным вещам после заголовка «Интегральная постметафизика», и нет нужды читать этот раздел, если он кажется вам невероятно нудным.

Если мы для удобства термином 1-е лицо обозначим *общий взгляд изнутри*, а термином 3-е лицо *общий взгляд извне*, то, скажем, **интроспекция**, которая является типом феноменологии (или деятельностью в зоне 1), есть то, что происходит, когда «я вглядываюсь в свой разум», – иными словами, когда я переживаю от 1-го лица своё сознавание 1-го лица, что можно записать как **1-л × 1л**.

Но я могу попытаться посмотреть на себя и «объективно» – так, как на меня смотрят другие. Это было бы взглядом от 3-го лица на мою собственную интроспекцию, так что давайте запишем это как **3-л × 1-л × 1л**. В сравнении с этим чистая медитация или интроспекция обозначалась бы как **1-л × 1-л × 1л**, что означает взгляд от 1-го лица (**1-л**) моего сознавания от 1-го лица (**1-л**) на меня, то есть на моё 1-е лицо (**1л**).

К взглядам Варелы мы ещё вернёмся, но для тех читателей, кого интересует эта тема, стоит отметить, что Варела начал рассматривать объективный организм в верхне-правом квадранте (или 3-е лицо, **3л**). Затем он попытался «посмотреть на мир глазами лягушки», то есть принять точку зрения от 1-го лица изнутри данного объективного организма (**1-л × 3л**), и затем описал то, что получилось, в научных терминах (**3-л**). Таким образом, он использовал **3-л × 1-л × 3л** (концептуализация в 3-м лице взгляда от 1-го лица, взятого изнутри 3-го лица, или «объективного» организма).

Это был простой пример, как используется «интегральная математика», под которой, по существу, понимается *принятие максимального количества потенциально доступных вам точек зрения (перспектив) других чувствующих существ*. Выйдите из своей головы и примерьте на себя роль другого, а затем повторите то же самое снова… Именно поэтому полное название этой концепции – **интегральная математика изначальных перспектив**. Практика такого рода интегральной математики, в сущности, по мнению некоторых, обладает **психоактивным** свойством, так как это не просто абстрактная математика, а настоящее видение мира глазами другого, заставляющее расти ваше собственное сознавание. (Мы ещё вернёмся к этому.)

Интегральная математика может значительно усложняться, становясь более обогащённой благодаря включению намного большего количества ролей, терминов и перспектив. Тем не менее, выше представлены хорошие вводные примеры. (На самом деле здесь можно начать выстраивать настоящую математику, где знак «равно» олицетворял бы «взаимопонимание», или «взаимный резонанс». Насколько нам известно, это принципиально новый тип математики, заменяющий переменные перспективами, а предметы – живыми существами).

Однако в данном случае основная идея состоит в следующем. Медитация, как мы видели, есть подход **1-л × 1-л × 1л** (или взгляд изнутри на внутреннее сознавание моего собственного 1-го лица). Спиральная динамика в том виде, в котором она соотносится с индивидом, есть подход **3-л × 1-л × 1л**. Она представляет собой концептуальную карту от 3-го лица на внутреннее сознавание человека.

В отношении спиральной динамики и медитации прямо в приведённых примерах можно увидеть, что первые термины в каждом из них различаются – и различаются значительно. В спиральной динамике это **3-л** × 1-л × 1л, тогда как для медитации верно **1-л** × 1-л × 1л. Как демонстрируют подчёркнутые термины, дзен и СД находятся в согласии относительно двух последних переменных, но не первой: СД – это карта внутренних миров *от 3-го лица*, дзен же есть карта внутренних миров *от 1-го лица*. Есть несколько других важных отличий, которые мы вскоре затронем, однако вы уже можете начать видеть полезные различия, которые распознают интегральный методологический плюрализм и интегральная математика изначальных перспектив[7].

Подробнее мы обсудим эти различия в следующих главах. И вам не обязательно понимать математику.

[7] Когда в интегральной математике мы используем 3 термина, как, например, **1л × 1-л × 3л**, обычно эти термины обозначают следующее: квадрант × квадривиум × измерение (и измерение может быть квадрантом или квадривиумом). Конечно, всё это может довольно быстро усложниться ещё в большей степени, однако значительная часть интегральной математики есть просто повторение этих фундаментальных перспектив. По мере усложнения интегральной математики мы начинаем использовать не три, а четыре или пять терминов (например, **1л × 3-л × 1-л × 3л**). Если мы используем только три этих термина, что я обычно и делаю в данной книге, тогда может казаться, что определения выглядят отлично от того, как они представлены в опубликованных ранее «Отрывках», однако на самом деле никаких отличий нет. Например, взгляд Варелы, описанный четырьмя терминами, это **3л × 1-л × 3-л × 3л**, но если сократить описание до трёх терминов, то его можно представить разными способами в зависимости от того, какие из трёх терминов вы выберете. В тексте книги я использую первые три из четырёх терминов (**3-л × 1-л × 3л**), однако можно использовать и последние три (**1-л × 3-л × 3л**).Также следует отметить, что выражение «взгляд изнутри и извне на индивидуальное и коллективное» с формальной точки зрения не равнозначно подходам от 1-го, 2-го и 3-го лица или их комбинациям, и если их приравнивать, то возникнут весьма серьёзные теоретические проблемы. Иногда мы используем термины 1-л и 3-л для того, чтобы представить взгляды изнутри и снаружи, однако это просто уступка популярному пониманию, а не реальные технические определения. Квадранты (внутреннее/внешнее × единственное/множественное) – это намного более фундаментальное явление, дифференцировавшееся в процессе космогенеза раньше, чем 1-е, 2-е и 3-е лица (они, по существу, и порождаются квадрантами). То же самое справедливо и для таких суждений, как эстетические, моральные и научные.

Интегральная постметафизика

Интегральный взгляд открывает совершенно новый подход к метафизике, по существу, представляющий собой **постметафизику**, ибо он не нуждается в традиционном метафизическом багаже (включающем, например, постулаты о наличии предсущих онтологических структур, предлагаемые Платоном, концепцией архетипов, Патанджали или буддизмом йогачары) и всё же оказывается способен генерировать такие структуры в случае необходимости (что я попытаюсь продемонстрировать ниже).

В такой интегральной постметафизике *восприятия* заменяются *перспективами*, и, тем самым, осуществляется переопределение явленного мира как мира перспектив, а не вещей, или событий, или структур, или процессов, или систем, или васан, или архетипов, или дхарм, ведь все эти феномены, по сути, прежде всего перспективы и только потом уже что-то ещё, и их нельзя принять или хотя бы заявить об их существовании без того, чтобы сначала не принять какую-то перспективу.

Таким образом, например, встречаемая у Уайтхеда или в буддизме идея, что каждое мгновение есть моментальный, дискретный, скоропреходящий субъект, осознающий дхармы, или моментальные события, сама по себе является выраженным от 3-го лица обобщением взгляда от 1-го лица на реальность в 1-м лице (3-л × 1-л × 1л). Каждое мгновение *не* есть субъект, постигающий объект, оно есть перспектива, постигающая перспективу, причём версия, предложенная Уайтхедом, является обрезанной версией этого многогранного события, версией, которая в действительности содержит скрытую монологическую метафизику. Интегральная постметафизика, таким образом, способна генерировать основные аспекты взгляда Уайтхеда без того, чтобы принимать в себя скрытую уайтхедовскую метафизику.

То же самое справедливо для центральных утверждений великих традиций мудрости: интегральная постметафизика способна воспроизводить их основополагающие контуры *без* привлечения обширных метафизических положений. (На случай, если предложенные примеры кажутся слишком абстрактными, ниже мы ещё вернёмся к теме с более простыми примерами.)

Проблема великих традиций мудрости состоит в том, что, так как они загружены метафизикой, их крайне важные истины очень сложно понять критическому взгляду и модерна, и постмодерна. Модернистские эпистемологические подходы требуют от них доказательств, а поскольку досовременные традиции не были готовы к подобному вызову, они не смогли на него ответить путём прямого указания на ту единственную область своих учений, которая смогла бы достойно принять сей вызов, – то есть на *феноменологическое основание* созерцательных традиций, обеспечивающее все нужные и поддающиеся проверке данные, которые только можно представить, в рамках парадигмы, прекрасно укладывающейся в стандарты модерна (созерцание всегда являло собой современную эпистемологию, опередившую своё время в досовременном мире). Хотя и модернистское созерцание, и сама современность были монологичны, они могли предоставить вполне законные доказательства в пределах своей собственной парадигмы, что было большим преимуществом[8]. Но великие традиции не смогли продемонстрировать свою сильную сторону, и из-за неспособности это сделать досовременные духовные традиции – практически полностью – были раскритикованы и отвергнуты модернистскими эпистемологиями: современность полностью отказалась от досовременности.

Не сказать, чтобы это имело какое-то значение, потому что постсовременность отвергла и то, и другое. Важная истина, предложенная постмодернистскими эпистемологи-

[8] См. «Отрывок В» из тома 2 на www.kenwilber.com, где изложена более полная трактовка этой проблемы.

ями, заключается в том, что все восприятия в действительности являются перспективами, а *все перспективы укоренены в телах и культурах*, а не только в экономических и социальных системах (что уже было открыто такими модернистскими эпистемологиями, как марксизм или теория систем). Современность вздрогнула и пошатнулась под ударом этой постмодернистской критики. Если уж эпистемологии модерна с трудом выдержали критику постмодернизма, уж и говорить не приходится о том, что случилось с традициями досовременности.

Интегральный методологический плюрализм выделяет систему фундаментальных перспектив, на некоторых из которых постмодернистские эпистемологии акцентировали бы особое внимание (относительно других они оставались в неведении, даже используя их неявным образом). В частности, AQAL-модель настаивает на том, что любое событие имеет четыре квадранта, включая и нижне-левый квадрант (межсубъективное, культурное, контекстуальное). И все квадранты простираются «до самого низа». Говоря более простыми словами, согласно модели AQAL, всё знание вплетено в культурные, или межсубъективные, измерения. Даже трансцендентальное знание представляет собой 4-квадрантное событие: квадранты простираются как до самого низа, так и до самого верха. Черепахи до самого низа, черепахи до самого верха[9]!

Как я буду неоднократно отмечать на протяжении этой книги, современность, как правило, фокусируется не просто на каком-то определённом уровне развития, а на правосторонних квадрантах объективных внешних данных, тогда как постсовременность фокусируется не просто на определённом уровне развития, а на нижне-левом квадранте межсубъективной истины и социального конструирования реальности. Досовременные традиции мудрости, которые обычно даже и не имели ясного представления об этих трёх квадрантах (те дифференцировались только с наступлением современности), попросту не могли состязаться на равных в этих сферах с порождениями современности (например, модернистской наукой) и постсовременности (например, мультикультурализмом). Но всё же есть одна область, в которой великие традиции до сих пор специализируются, – область, забытая, игнорируемая и порой даже подавляемая современностью и постсовременностью. Речь идёт о **внутреннем индивидуальном** измерении – верхне-левом (ВЛ) квадранте со всеми его **состояниями** и **стадиями** сознания, постижения и духовного опыта. Тем не менее, помещение великих традиций в интегральную систему координат, которая с готовностью включает в себя прошедшие проверку временем истины как досовременности, так современности и постсовременности, позволяет в значительной степени спасти их непреходящие открытия.

Например, *практически вся Великая цепь целиком соответствует верхне-левому квадранту* (см. «Приложение I. Три простых шага от Великой цепи Бытия до постсовременности»). Великая цепь, которая олицетворяла сущность досовременных традиций и, как указывал Лавджой, принималась подавляющим большинством величайших теоретиков и созерцателей Востока и Запада на протяжении почти двух тысяч лет, фактически имела дело с реалиями и феноменами, почти *всецело* принадлежавшими верхне-левому квадранту. Это не негативная недооценка, а позитивная оценка: эти люди были блестящими феноменологами, исследовавшими и овладевшими некоторыми из этих территорий с непревзойдёнными мастерством и упорством. Но великие традиции не знали – и не могли в то время знать – о положении дел в других квадрантах (например, о серотонине, дофамине, нейросинапсах, ДНК, новой коре, триедином мозге и т. д. в ВП квадранте; о теории систем и теории комплексности в НП квадранте; о мультикультурной герменевтике в НЛ квадранте, и т. д.). И

[9] Автор имеет в виду известную притчу, в которой жаждущий знаний правитель спросил приглашённого мудреца, как устроен мир. Мудрец ответил, что мир зиждется на змее, змея – на ките, а кит – на черепахе. «На чем же стоит черепаха?» – поинтересовался любознательный правитель. «Тут вы можете остановиться, о мой повелитель, – был ответ, – дальше вниз идут одни черепахи». – *Прим. ред.*

именно поэтому им было необходимо пройти самую тщательную проверку, ведь они претендовали на всеохватность своего знания или, как минимум, на то, что их путь является полным. И всё же открытия в других квадрантах решительно опровергли данное завяление (но они *не могли* опровергнуть утверждения традиций, сделанные в ВЛ квадранте, на котором они специализировались, – в этом-то и смысл: они обладают невероятно важными, но частичными истинами, которые необходимо интегрировать в более масштабную картину).

Современность, с другой стороны, сделала ошеломляющие открытия в отношении нашего понимания правосторонних квадрантов – открытия, которые в этом смысле вывели древние традиции на чистую воду. Традиции не смогли устоять под суровым натиском современности и вынуждены были уйти со сцены серьёзного научного рассмотрения повсюду на современном Западе (включая теорию и исследования). Этот триумфальный марш современности был тонко подмечен Кантом: «Современность означает, что, если один из твоих друзей пришёл к тебе домой и застал тебя молящимся, ты должен испытать смущение».

Так и есть.

С другой стороны, постсовременность (мы пока просто сделаем общий набросок, а к деталям вернёмся позже) сосредоточилась на ещё одном слепом пятне традиций, которое она разделила с современностью, – на так называемой *монологической* природе их знания (что означает много всего, но вы можете рассматривать это как *отсутствие* диалогичности и межсубъективности, отсутствие понимания того, как культура формирует индивидуальное восприятие феноменов и дхарм, и того, что при совершении этой ошибки истина приписывается тому, что отчасти представляет собой лишь культурные предпочтения).

Хабермас даёт монологическому знанию разнообразные имена, в частности, он называет его «философией субъекта» и «философией сознания» – и то, и другое он вместе со всеми другими мало-мальски стоящими теоретиками-постмодернистами полностью и беспощадно раскритиковал. «Философия субъекта» попросту считает, что индивидуальный субъект сознаёт явления, тогда как любой субъект в действительности находится в сети культурных контекстов, полностью неосознаваемых этим субъектом. Например, тибетский отшельник в XIV веке мог сидеть в своей пещере и созерцать объект сознавания – возможно, из «Забмо янгтиг», – думая, что он имеет дело с данными реалиями, в то время как на самом деле всё, что возникало в его сознании, было в очень большой степени (но не полностью) сформировано культурой, к которой он принадлежал. Он думал, что созерцает вневременные истины, которые справедливы для всех, в то время как немалое их число относилось исключительно к тибетским культурным образам.

«Философия сознания» – это сходное предположение, в частности, утверждающее, что существует отдельное сознание, а феномены являют себя этому сознанию, будь то индивидуальное, коллективное или «сознание-сокровищница» (например, *алайя-виджняна*). Любая медитативная и созерцательная традиция делает такое допущение, в корне неверное. Это глубоко ошибочное представление, которое во многом ведёт к залипанию в том, что часто называют *ложным сознанием*. Сейчас самый простой способ констатировать единогласно разделяемую постмодернистами критику философии сознания – просто сказать, что философии сознания неведомо то, насколько глубокое влияние на сознание оказывают остальные три квадранта, причём они делают это способами, которые остаются совершенно невидимыми для сознания самого по себе. (Великая холархия традиций мудрости – это тоже почти целиком дело верхне-левого квадранта).

Поэтому интроспекция, медитация и созерцание (а также все методологии, принадлежащие исключительно зоне 1) подвержены той или иной разновидности заблуждения и неведения, от которого невозможно освободиться исключительно средствами их собственных методологий. Постсовременность незамедлительно это обнаружила (хотя, как мы увидим, при этом она ещё и выплеснула вместе с водой ребёнка) и принялась разорять моноло-

гическое знание как современности, так и досовременности. После атак модернистских и постмодернистских критиков от великих традиций мало что осталось.

То, что утверждает интегральная постметафизика, состоит в том, что бесценные и глубокие истины досовременных традиций могут быть спасены, если мы поймём: то, о чём они говорят и что показывают, применимо, по сути, к верхне-левому квадранту, так что они не могут нести ответственности за незнание других трёх квадрантов. Таким образом, их собственные истины можно рассматривать с уважением и приглашать вместе со всеми за общий интегральный стол. Аналогичным образом, современность имела дело в основном с правосторонними квадрантами, а постсовременность – преимущественно с нижне-левым квадрантом. Так что все они прекрасно объединяются.

Таким образом, освободив от метафизического багажа, досовременные традиции мудрости можно встроить в интегральную систему координат, которая также позволяет мирно сосуществовать современным и постсовременным истинам. Это намерение всевключения подлинно соответствует духу AQAL-подхода, и подробности того, как воплотить эту интеграцию, сформулированы достаточно серьёзно, чтобы удостоиться дальнейшего продолжительного обсуждения и изучения. Неспособность осуществить подобное попросту увеличивает отчуждение традиций от миров современности и постсовременности.

Великие традиции разбились о табу на (меж)субъективность

Можно привести хороший пример того, почему созерцательным традициям столь важно принимать в расчёт все эти вещи. Б. Алан Уоллес написал замечательную книгу «Табу на субъективность»[10], посвящённую окончательно сложившемуся доминированию западного научного материализма над внутренней интроспекцией, что привело к негативному отношению со стороны мировоззрения современности к восточным и западным созерцательным и медитативным традициям.

Это действительно так. Для модернистских эпистемологий определяющей характеристикой была, главным образом, их эмпирическая природа. Но тут стоит отметить, что эмпиризм – означающий «познание посредством переживания» («experientialism»), или «познание, основанное на чувственном опыте» («experience-based»), – *изначально* был достаточно широким термином, чтобы включать как внутренний опыт, или интроспекцию (феноменологию ВЛ), так и более знакомый нам внешний опыт, или бихевиоризм (позитивизм ВП). По сути, «многообразие религиозного опыта» Уильяма Джеймса, воспеваемое Уоллесом, представляет собой *квинтэссенцию модернистской эпистемологии* (эта работа заменяет метафизические постулаты опытными данными и судит об истинности по результатам эмпирических наблюдений, а не предполагаемым онтологическим референтам). Иными словами, это чистая феноменология, или, как предпочитал называть её сам Джеймс, «радикальный эмпиризм». Но вследствие различных тенденций, многие из которых искусно описаны в книге «Табу на субъективность», внутренний эмпиризм был отвергнут в пользу внешнего эмпиризма, и созерцательные традиции потонули вместе с этим кораблём – по крайней мере, в глазах позднего модерна.

Но опять же, коль скоро речь зашла о судьбе медитации и созерцания на Западе, тот факт, что модерн убил домодерн, не был единственной проблемой или хотя бы основной проблемой. Главным было то, что постмодерн убил их обоих. На самом деле наиболее резко (и успешно) постмодернисты атаковали модернистскую феноменологию, примером которой является Гуссерль или Уильям Джеймс, а также кто-то вроде Догена, Экхарта или св. Терезы. Вот кто был объектом нападок постмодернистов, и именно постмодернизм победил в гуманитарных науках Запада.

Общее, имевшееся во всех этих созерцательных традициях, состояло в том, что они были и всё ещё остаются монологическими – все они основываются на философии сознания. Вся буддийская психология и величайшие метафизические системы тхеравады и йогачары построены на монологическом сознании, индивидуальном или коллективном, равно как и системы неоплатоников Запада, включая их созерцательные традиции. На самом деле все типы знания, предлагаемые домодерном (и модернизмом), не *учитывали составную природу нижне-левого квадранта*, и именно этот аспект, разделяемый обоими, был подвергнут постмодерном разрушительной (и справедливой) критике. И вновь вместе с водой из корыта было выплеснуто много детей, но по тому же принципу и духовные искатели медитировали на мыльной воде, называя её Дхармой или Священным Писанием.

Таким образом, медитативную интроспекцию и феноменологию убил не только и не столько современный научный материализм – по крайней мере, не в гуманитарных науках. Его уничтожили обширные и разрушительные атаки *постмодерна на феноменологию* (и все сходные методологии). Большинство постмодернистов даже и не собирались обра-

[10] B. Alan Wallace, «The taboo of subjectivity». – *Прим. ред.*

щать внимание на науку, они сразу же нацелились на феноменологию. Фуко проигнорировал естественные науки и напал на Гуссерля. И мы уже указали причину: феноменология не смогла учесть культурную обусловленность и межсубъективный характер любого сознавания. Философию субъекта и субъективности необходимо дополнить (но не заменить) философией межсубъективности. Верхне-левому требуется нижне-левое (не говоря уж о ВП и НП).

Постмодернисты с мстительным удовольствием на это указали. С формальной точки зрения, постмодернистская критика медитации звучала бы следующим обарзом: медитативное сознавание является квинтэссенцией монологического типа сознавания, которое само по себе происходит не в процессе диалога, а в процессе внутреннего монолога чистого «присутствия» и «чистого внимания». Но, не имея ничего общего с освобождением кого-либо, этот способ сознавания *попросту укрепляет неосведомлённость относительно собственной культурной обусловленности*, собственной межсубъективности, и именно *такое невежество позволяет социальным и культурным влияниям – патриархальным, сексистским, этноцентрическим, андроцентрическим – невыявленными проникать в сознание медитирующего даже во время сатори*. Сатори тем самым является попросту укрепляющим фактором для межсубъективного неведения, которое приводит к притеснению и маргинализации диалогических реальностей. Такими предстали пути освобождения в глазах постмодернизма.

Поэтому созерцательные традиции убило не табу на субъективность, а табу на межсубъективность, которое *содержали в своей основе и продолжали бездумно проявлять сами же традиции*. Даже если бы табу на субъективность и оказалось снято, традициям всё равно пришлось бы ответить на самую серьёзную постмодернистскую критику. И в этом смысле философии сознания не нужно ещё большее количество интроспекции, чистого внимания, випассаны и сознания: они как раз и относятся к болезни, а не лечению. И хотя созерцательная молитва или випассана могут освободить вас от оков эго, они не освободят от культуры, в которой вы живёте и предрассудки которой всегда скрываются в неявном межсубъективном фоне, никогда так и не выводимом на уровень сознания и, как следствие, так по-настоящему и не трансцендируемом. Эти предрассудки – источник неведения, ложного сознания и неволи на острове эгоических импульсов.

Короче говоря, двойная смерть, пережитая за последние несколько столетий созерцательными традициями, включала *табу на субъективность* (или *неведение о внутренних измерениях*), **продемонстрированное поздним модерном**, и *табу на межсубъективность* (или *неведение о межсубъективности*), **продемонстрированное самими традициями**. Таким образом, созерцательные традиции оказались между молотом и наковальней модерна и постмодерна, и под этим двойным натиском от них мало что осталось – по крайней мере, в глазах серьёзных учёных и исследователей. Модернистская наука отринула те совершенно реальные феномены, которые открывались посредством созерцания, так же поступили и гуманитарии от постмодернизма. (Если вы хотите ознакомиться с более подробным обсуждением этой темы, пожалуйста, обратитесь к «Приложению II». С критикой двух десятков современных авторов, пишущих на темы духовности и до сих пор не приведших свои концепции в соответствие с требованиями постмодернистской революции, можно ознакомиться в «Приложении III».)

Общее описание интегральной эпистемологии

Интегральный методологический плюрализм является одним из способов решения этих сложных проблем. Он открыто находит место как для досовременных, так для современных и постсовременных истин, оперируя при этом в интегральной системе не конечных выводов, а перспектив и методологий. Более того, он не «жульничает» путём размывания разнообразных истин таким ужасным способом, что делает их едва узнаваемыми. *Он включает все эти истины более или менее в том виде, в котором их находит*. Единственное, что он отменяет, так это их претензии на абсолютность и любые попытки сконструировать костыли (и метафизику) для оправдания таких совершенно неоправданных притязаний.

Более того, интегральный методологический плюрализм, прибегая к способам, которые мы затронем позднее (когда они станут более понятны только знакомящемуся с темой читателю), способен *реконструировать* важные истины созерцательных традиций, при этом *оставив за бортом метафизические системы*, не способные выжить в условиях модернистской и постмодернистской критики. В любом случае, как оказывается, эти элементы им вообще не нужны.

Я не утверждаю, что AQAL (или ИМП) есть единственно возможное решение этих проблем; просто AQAL-подход открыто и с надлежащей серьёзностью рассматривает их все, становясь, таким образом, одним из путей к интеграции лучшего из досовременных, современных и постсовременных течений человеческого и духовного самопостижения. **Таким образом, интегральный подход защищает любую из этих реалий от нападок оставшихся двух**.

Давайте приведём пример, как он это делает, сосредоточившись на внутренних реальностях, включая реальности, открываемые при медитации и созерцании, и исследуем некоторые из основных подходов к этим внутренним событиям.

Глава 2. Стадии сознания

В этой главе мы рассмотрим удивительные и поистине революционные открытия, которые были сделаны наукой в процессе исследования внутренних измерений. Мы также увидим, почему интроспекция, медитация и созерцание не могут отразить эту реальность. В завершение же мы придём к более интегральной модели, признающей, уважающей и правдоподобно включающей оба подхода.

Горизонт зоны 2: научное исследование внутренних измерений

Коль скоро мы несколько раз уже упоминали спиральную динамику, давайте начнём с обращения к этому типу знания, относящегося к ВЛ квадранту, а именно – ко внутреннему миру, но рассматриваемому с объективных, или «научных», позиций (**3-л × 1-л × 1л**). Иными словами, давайте возьмём любое явление или событие – в данном случае человека – и исследуем его **индивидуальную** форму (1-е лицо, или 1л), затем посмотрим на его **внутренний мир**, то есть воспринем эту реальность от 1-го лица (**1-л × 1л**), которая включает его непосредственные переживания и интроспективные реалии, но сделаем это исходя из объективной, научной позиции, или позиции 3-го лица (**3-л × 1-л × 1л**).

Как же это сделать? Ответ на этот вопрос и стал тем самым прорывом, тем уже упомянутым мной революционным открытием, которое мы будем подробно рассматривать ниже. На рис. 1.4 оно упрощённо обозначено как «зона 2» в верхне-левом квадранте, и эта зона представляет собой взгляд *извне* на холон, находящийся в ВЛ, что, например, как раз и является методом спиральной динамики.

Именно эта методология сыграла важную роль в судьбе многих великих открытий в области сознания, сделанных на Западе в рамках как современного, так и постсовременного подхода к сознанию. Одно из наиболее известных открытий принадлежит Лоуренсу Колбергу, создателю теории морального развития. Его студентка Кэрол Гиллиган использовала методологию зоны № 2 в своей не менее знаменитой работе «Иным голосом». Гиллиган взяла группу женщин и попросила ответить на ряд вопросов, таких как, например: «Имеет ли женщина право сделать аборт?» – и обнаружила, что женщины давали три разных варианта ответа: «да», «нет» и «да».

Первый вариант ответа был следующим: «Да, женщина имеет право сделать аборт, потому что я так сказала, и пошли вы все!» – простим респондентке её выбор выражений. Второй вариант ответа: «Нет, женщина не имеет права сделать аборт, так как это противоречит закону/Библии/обществу, в котором я живу, поэтому это было бы ужасно». Третий вариант оказался таким: «Да, в некоторых обстоятельствах женщина может пойти на это, потому что нужно взвесить все „за“ и „против“ относительно того, как решение затронет всех остальных, ведь иногда аборт – меньшее из двух зол». Варианты ответа были названы **доконвенциональным**, **конвенциональным** и **постконвенциональным**.

В работе «Иным голосом», посвящённой моральному развитию женщин, Гиллиган называет эти стадии **себялюбие**, **забота о других** и **универсальная забота** (в зависимости от того, сколько других людей принимается в расчёт).

В качестве более общих терминов, применимых как к мужчинам, так и к женщинам, я предложил называть эти стадии **эгоцентрическая**, **этноцентрическая** и **мироцентрическая**.

Каждое из различных названий этих трёх стадий несёт в себе полезную информацию, поэтому мы будем при необходимости пользоваться всеми этими терминами.

Обратите внимание на то, что и *доконвенциональная* (эгоцентрическая), и *постконвенциональная* (мироцентрическая) стадии **предполагают ответ «да»**, в то время как конвенциональная (этноцентрическая) стадия предполагает ответ «нет». Если вы мало знакомы с подобным типом исследования, то можете легко перепутать доконвенциональную и постконвенциональную стадии просто потому, что они дают один и тот же ответ. Вы можете предположить, что любой, кто скажет: «Да, я нарушу конвенциональные законы», – является постконвенциональным революционером, пытающимся свергнуть господствующую иерархию во имя высшей свободы. Может быть, так оно и есть, а возможно, он просто имеет в

виду: «Да пошли вы, мне никто не указ!» Обе стадии – и **до**конвенциональная, и **пост**конвенциональная – являются **не**конвенциональными, вот почему неискушённый взгляд может попросту спутать их.

Собственно, именно это зачастую и происходит. Смешивание «до» и «над», или «до» и «пост», называется «**до/пост-заблуждением**», или «**до/над-заблуждением**» (ДНЗ). Мы увидим, что понимание этого заблуждения играет очень важную роль при обсуждении роли религии в современном мире. В любой последовательности развития – от дорационального к рациональному и пострациональному, от подсознательного к сознательному и сверхсознательному, от довербального к вербальному и надвербальному или от доличностного к личностному и надличностному – стадии «до/над», «до/пост» часто путают, причём в обе стороны. В результате такой путаницы некоторые исследователи пытаются свести все пострациональные реалии к дорациональному инфантилизму (например, Фрейд), другие же возвышают все дорациональные реалии до пострациональных высот (например, Юнг). И **редукционизм** (сведение), и **элевационизм** (возвышение) проистекают из одного и того же до/над-заблуждения.

Вот в чём состоит основная проблема духовности и отношения к ней. Когда в духовной практике вы начинаете иметь дело с медитативными, созерцательными или мистическими состояниями – большинство из которых являются нерациональными, то вам может показаться, что все нерациональные состояния духовны, а все рациональные – бездуховны. Наиболее яркий пример этого – разделение состояний на дионисийское (нерациональное) и аполлоническое (рациональное), а затем приравнивание дионисийского состояния к духовному. Но подобное разделение не учитывает, что существует не просто «нерациональное», но «дорациональное» и «пострациональное». Даже Ницше пришёл к пониманию, что *существуют два радикально отличающихся друг от друга дионисийских состояния* («до» и «над»). Но как только мы впадаем в до/над-заблуждение, начинает казаться, что всё, что нерационально, есть Дух. Вместо дорационального, рационального и пострационального остаётся только рациональное и нерациональное – здесь-то и начинаются все проблемы.

Если вы не верите в Дух, то будете редуцировать любое пострациональное событие, сводя его к дорациональным импульсам и довербальной чепухе, возможно, утверждая факт наличия регрессии и пережитков океанического слияния раннего младенчества. Если так, то вы – великий редукционист, имя вам – легион, и изо дня в день вы радостно сводите всё пострациональное к дорациональному, приравнивая любой духовный опыт к непереваренному куску мяса, и Бог для вас есть нечто, что, если сильно постараться, можно попросту перерасти. При помощи ловкости рук, этакой интеллектуальной лени, отметаются все подлинные пострациональные реалии.

С другой стороны, если вы верите в существование Духа и в то, что всё нерациональное есть Дух, тогда *любая* дорациональная судорога или конвульсия – какой бы инфантильной, детской, регрессивной, самовлюблённой, иррациональной или эгоцентричной она ни была – видится вам глубоко духовной или религиозной, так что вы начинаете укреплять те части вашего сознания, которые как раз и мешают достичь зрелости. Если дорациональное возвеличивается до пострационального, то под прикрытием Духа приветствуется любая блажь в стиле Питера Пэна, так что эгоистичные, дорациональные, доконвенциональные импульсы кажутся в высшей степени духовными, хотя на самом деле они лежат не за пределами разума, а ниже его уровня.

Возможно, наиболее печальным следствием этого является воинствующий *антиинтеллектуализм* (не путать с трансинтеллектуализмом, который трансцендирует и включает). Подобный антиинтеллектуализм и антирационализм (легко превращающийся в дорационализм), к сожалению, воспитывает и вдохновляет нарциссический подход к медитации и духовным поискам (которые из мироцентрических превращаются в этноцентрические, а

затем и эгоцентрические). Этот антиинтеллектуальный нарциссизм особенно распространён в популярной культуре и альтернативных школах духовности. Эгоцентрические чувства принимаются за мироцентрические, просто потому, что и то, и другое – чувства, и, когда мы находимся в плену такого до/над-заблуждения, духовным начинает считаться всё, что я изо всех сил стараюсь прочувствовать и эмоционально пережить. Если я просто могу с большим смаком ощущать свой нарциссизм, тогда я становлюсь ближе к Богу (или Богине, или природе будды), и, таким образом, «универсальная забота» превращается в озабоченность собой быстрее, чем вы успеваете произнести «поколение „я“»[11]. Безрассудные и манящие объятия поверхностной ограниченности, к несчастью, являются отличительной чертой многих альтернативных видов духовности.

(Кстати, понятие до/над-заблуждения применимо лишь к стадиям, но не к состояниям. Единственная критика в адрес ДНЗ, которая мне встречалась, смешивает эти понятия. Если не считать этой несостоятельной критики, данная концепция приобрела широкое распространение среди экспертов, поскольку позволяет отследить в ином случае трудновыявляемые ошибки.)

Вернёмся к Гиллиган: обнаружив, что ответы на заданные ею вопросы можно разделить на три класса (А: «да»; В: «нет»; С: «да»), она (и другие учёные, проводившие сходные исследования) стала следить за динамикой развития тестируемых на протяжении нескольких лет. Гиллиган обнаружила: те, кто в начале исследования давал ответ типа В, затем *всегда* переходили к ответам типа С, но никогда не давали ответов типа А. Соответственно, те, кто изначально давал ответ типа А, затем переходили к ответу типа В и лишь затем к ответу типа С, и никак иначе. Другими словами, эти **типы** ответов на самом деле являлись **стадиями** ответов.

Мягко говоря, это было весьма интересно. Откуда в душе человека эта *направленность*? Почему стадии всегда следуют в определённой очерёдности? Почему стрела времени является столь неотъемлемой частью человеческой психики? Из чего *на самом деле состоят* эти последовательные стадии? Стало быть, следующей задачей было определение того, «из чего же они состоят», то есть определение **структур**, или **паттернов**, психики, которые, по-видимому, лежат в основе этих стадий.

Такой тип исследования – как мы увидим, в действительности он возник почти столетие назад, – стал началом зарождения невероятно мощного подхода, известного как **структурализм**. Типичное исследование обычно строилось по следующей схеме: задайте ряд **вопросов** большой группе людей; посмотрите, можно ли их **ответы** каким-либо образом подразделить на **классы**. Если это возможно, продолжайте отслеживать развитие типов ответов во времени, посмотрите, возникают ли они в последовательности **стадий**. Если так и происходит, то постарайтесь определить **структуру**, или состав, этих стадий.

Именно так выглядит классическая модель исследования в структурализме, ставшая сенсацией для всех гуманитарных и многих естественных наук. Все существующие на сегодняшний день концепции стадий развития – от Маслоу до Грейвза, Лёвинджер, Колберга, Гиллиган, Торберта и Кигана – используют именно этот тип исследования, впервые предложенный структуралистами в сфере психологии развития. Поэтому суть **структурализма** в двух словах сводится к поиску внутренних структур и стадий в психике и культуре, подобных тем, которые были обнаружены Гиллиган и Грейвзом, а также буквально сотнями других исследователей.

Сразу же обратим внимание на некоторые важные моменты. Для начала, если вы принадлежите к этому типу исследователей, то вы уже занимаетесь **внутренним** миром инди-

[11] Поколение «я» (generation me) – одно из имён поколения «бумеров», американцев, родившихся в годы послевоенного бэби-бума в 1950–1960 гг. XX века. – *Прим. ред.*

видуумов, потому что *эти структуры невозможно разглядеть во внешнем мире*. Внутренние реальности – будь то интроспекция, медитация или феноменология – не могут быть обнаружены где-либо во внешнем мире. Поэтому структуралистский подход уже помещает вас в один из левосторонних, или внутренних, квадрантов (одного этого достаточно, чтобы вы оказались вне лагеря позитивизма).

Но, даже работая с внутренними реальностями (**1-л × 1л**), вы рассматриваете их с внешней, «научной», точки зрения, с позиции 3-го лица (**3-л**). Исследуя их, вы смотрите на них извне, необязательно переживаете их изнутри. Например, если вы проводите интервью с человеком, находящимся на 1-й моральной стадии (доконвенциональной или эгоцентрической), вам самим *не*обязательно в этот момент пребывать на 1-й моральной стадии. То есть вам не нужно (необязательно) иметь знание этого уровня от 1-го лица (**1-л**). Поэтому в верхне-левом квадранте вы занимаетесь деятельностью, которая *полностью противоположна* медитации, где практикующий стремится получить переживание определённых уровней или состояний от *1-го лица*. Таким образом, на рисунках 1.2 и 1.3 практикующий дзен смотрит на «я»-холон **изнутри** (с помощью феноменологии или интроспекции), а объективный исследователь – **извне** (например, с помощью структурализма). Но и тот, и другой исследуют внутреннюю, левостороннюю, «невидимую» реальность (что сразу ставит их вне позитивистского, внешнего, правостороннего лагеря). Однако каждый из них обнаруживает определённые феномены и паттерны, *невидимые другому*, что очень важно (к этому мы скоро вернёмся).

Историческое (и современное) значение структурализма

Одно из основополагающих различий между структурализмом и феноменологией (или зоной 1 и зоной 2) состоит в том, что феноменология рассматривает содержимое (или феномены) ума, которое появляется в непосредственном опыте или сознавании, в то время как структурализм ищет паттерны, которым следуют эти феномены или переживания. Феноменология ищет *непосредственные переживания и феномены*, а структурализм – *паттерны, объединяющие данные феномены*. Эти паттерны или структуры управляют феноменами, но изнутри самих феноменов они недоступны прямому восприятию.

Хорошим примером этого могут послужить карточные игры – например, покер. Если вы будете наблюдать за игрой в покер с позиции феноменолога, то попытаетесь описать каждую карту, каждый феномен с большой точностью и включённостью в настоящее: вы будете обращать внимание на все фигуры, на отметки на каждой карте, их цвет, размер, форму, материал и так далее. Вы переживёте настолько интенсивный опыт каждой из этих карт, насколько сможете. Но карты на самом деле подчиняются определённым *правилам, и эти правила нигде на самих картах не обозначены*. Структуралиста же интересуют именно правила – паттерны, целостные структуры, – которых в реальности придерживаются ментальные содержания или карты. Вы можете смотреть в свой ум, наблюдать за ним изнутри, и всё же вы никогда не увидите в нём этих правил: они невидимы для интроспекции, невидимы для медитации, невидимы для феноменологии вообще. (Именно поэтому вы можете десятилетиями сидеть на коврике для медитации и ни разу не увидеть ничего, что напоминало бы уровни спиральной динамики. И наоборот: вы могли бы до посинения изучать спиральную динамику, так никогда и не обретя сатори, или просветления).

Исторически школа структурализма (в узком значении этого термина) начиналась в качестве подхода к зоне 4 в нижне-левом квадранте (например, Леви-Стросс, Якобсон). Иными словами, она предпринимала попытку сделать для «мы» то же самое, что Кэрол Гиллиган сделала для «я»: изучить эти внутренние реальности посредством объективных, научных подходов от 3-го лица (хотя она и делала это за много десятилетий до Гиллиган, Грейвза, Кигана и др.). Вскоре стало очевидно, что изначальный подход структурализма (бывший неисторическим и коллективистским) являлся неудовлетворительным и нуждался в улучшении. Первый шаг заключался в построении структурализма (или генеалогии), учитывавшего бы историческую перспективу и/или перспективу развития; вторым шагом было его подразделение на подходы, направленные на индивидов (ВЛ) и на культуры (НЛ).

Структуралистский подход к развитию (developmental structuralism) в применении к индивидам (зона 1) впервые был сформулирован новаторским гением одного из величайших американских психологов **Джеймса Марка Болдуина** в начале 1900-х (его учеником был и Жан Пиаже). Фактически Болдуин опередил более известных исследовавших развитие структуралистов, включая **Жана Гебсера** и **Шри Ауробиндо**. Модель Болдуина была гораздо более проработанной, нежели модели кого-либо из них. Болдуина, невоспетого героя своего времени, сейчас пытаются реабилитировать те, кто понимает его значимость. Куда менее совершенная и адекватная структурная модель Жана Гебсера, появившаяся спустя 40 лет после модели Болдуина, тем не менее, оказала большое влияние на науку – возможно, благодаря своей простоте. Эта широко известная сейчас однолинейная модель включает следующие основные стадии: **архаическую**, **магическую**, **мифическую**, **рациональную** и **интегрально-аперспективную**. Эта модель будет приведена ниже на иллюстрациях.

Интересно, что в то время как Болдуин одним из первых стал заниматься подходом зоны 2, его современник Уильям Джеймс предложил одну из самых по-научному строгих

концепций зоны 1, или феноменологию внутреннего сознания и его переживаний, включая феноменологию религиозного опыта («Многообразие религиозного опыта»). Там, где Джеймс закреплял модернистский подход, Болдуин засеивал семена постмодернистского подхода, создавая тот структурализм, который будет двигателем раннего постмодернизма, а затем и позднего **постмодернистского постструктурализма**.

Наконец, одна из новаторских форм структуралистского подхода к развитию (или **генеалогии**) в применении к коллективному «мы» и особенно к его лингвистически порождённым мировоззрениям была предложена **Мишелем Фуко**. Его теория помогла внести в структурализм наиболее свежие волны постмодернизма – как здоровые, так и не здоровые (или сильно гипертрофированные) их вариации – и стала доминирующей системой в академическом мире гуманитарных наук на протяжении последних сорока лет. И, тогда как эпистемология модернизма подтачивала великие традиции с одного конца (считая их ненаучными), эпистемология постмодернизма принялась с другого конца (находя их подавляющими, притесняющими, патриархальными и монологичными). Как мы увидим, есть противоядия для обеих критик, которые, однако, были крайне разрушительными и зачастую справедливыми.

Таким образом, любой, кто сегодня изучает **стадии развития** различных аспектов внутреннего мира человека, идёт по следам великих первопроходцев, таких как Джеймс Марк Болдуин. В 1950-е наступила пора временного ослабления ВП-позитивизма, доминирующего в американском (англосаксонском) научном сообществе, поэтому вновь возник интерес к общим методологиям зоны 2, сопровождавшийся исследовательским бумом и появлением целого ряда гениев исследований развития, таких как Эрик Эриксон, Абрахам Маслоу, Клэр Грейвз, Лоуренс Колберг и Джейн Лёвинджер.

Исследователи стадий индивидуального развития продолжают использовать различные варианты методологий зоны 2 (включая структурализм, но не ограничиваясь им) в ВЛ квадранте. В число исследователей входят Роберт Киган, Уильям Перри, Роберт Селман, Сюзанна Кук-Гройтер, Кэрол Гиллиган, Клэр Грейвз (спиральная динамика), Дженни Уэйд, Майкл Бассеше, Уильям Торберт, Патрисия Арлин, Джон Броутон, Курт Фишер, Говард Гарднер и множество других крупных учёных.

Отметьте значение, которое эти открытия незамедлительно обрели для созерцательных и медитативных традиций: *эти подходы предоставляют информацию об аспектах сознания, которые невидимы для медитации, созерцания или центрирующей молитвы*. **Эти стадии попросту невозможно увидеть при помощи медитации**, интроспекции, феноменологии или любого другого подхода зоны 1 – неважно, западный он или восточный. Вот почему можно много лет просидеть на коврике для медитации, так и не увидев уровней спиральной динамики, и вот почему эти уровни не упоминаются ни в одном духовном или созерцательном тексте мира.

Данный факт играет жизненно важную роль в принятии созерцательных традиций современным и постсовременным миром. *Однако в настоящий момент нет ни одной ведущей школы медитации, созерцания или молитвы, которые бы учитывали такой тип стадий*. То же самое касается альтернативных школ и подходов, большинство из которых и не подозревает об открытиях зоны 2, – опять же потому, что их нельзя увидеть в медитации или почувствовать в непосредственном опыте.

Другая проблема состоит в том, что горизонты любой зоны могут иметь дисфункции, и нельзя увидеть болезнь, если вы не видите зону, в которой она наблюдается. «Бумерит», или «плюралит», является дисфункцией некоторых стадий зоны 2, и такого рода болезни невозможно увидеть с помощью медитации, феноменологии или осознанного чувствования. И посему созерцательные традиции, стремящиеся освободить вас от разнообразных пут, лишь стягивают их узел (что было сразу же отмечено исследователями зоны 2). Таким образом,

те, кто занимается сегодня созерцательными практиками, непреднамеренно наносят им наибольший урон.

Другие внешние подходы к верхне-левому квадранту

Позвольте вкратце упомянуть, что помимо генеалогии, структурализма и их вариаций существуют и другие внешние подходы к внутренним феноменам. Возможно, одним из самых распространённых подходов является **теория систем**, изначально получившая наибольшую известность как метод, используемый такими исследователями, как Чарльз Тарт. Для интересующихся читателей я затрону роль системной теории в примечании, а здесь лишь отмечу, что, хотя теория систем и полезна в применении к верхне-левому квадранту, она доказала свою наибольшую эффективность в отношении нижне-левого (то есть, по ряду причин теория систем лучше всего применима к социальным, а не индивидуальным холонам[12]). Мы ещё вернемся к теории систем, когда будем исследовать коллективные квадранты (НП и НЛ) и их роль в духовном сознавании.

[12] Различные дополнительные материалы можно найти на сайте www.kenwilber.com: особые примечания к этой книге, а также отрывки, отсутствующие в этой редакции, отзывы, форумы для обсуждения и т. д.

Уровни и линии сознания

Оставаясь в рамках нашего внешнего, объективного или научного подхода к внутренней реальности – подхода, характерного для зоны 2 верхне-левого квадранта, – мы сразу же замечаем огромное разнообразие методов исследования, направленных на различные **линии и уровни развития**. Здесь мы оказываемся лицом к лицу со сложным вопросом: как разные линии развития, или «множество способностей», соотносятся друг с другом? Оказывается, этот вопрос особенно важен для духовного развития, как мы увидим ниже.

Ранние теоретики исследований развития, как правило, полагали, что есть одна вещь, называемая развитием, и что они изучали именно её. Они считали, что выделяемые ими стадии были картой «одного-единственного» процесса развития. Пиаже полагал, что его когнитивная линия является единственной фундаментальной линией развития, а все остальные были лишь гирляндами, свисавшими с рождественской ёлки. Клэр Грейвз думал, что его «системы ценностей» на самом деле представляют собой «уровни бытия», в которые можно было впихнуть абсолютно всё (несмотря на тот факт, что его изначальное исследование проводилось на белых американских студентах из среднего класса и состояло из их ответов на один простой вопрос: «Дайте определение поведению психологически здорового человека», – довольно поразительный обобщающий редукционизм!). И всё же едва ли ранние исследователи могли предполагать что-либо иное, если учесть, по какой неизведанной и загадочной территории они путешествовали.

Но теперь, спустя четыре десятилетия этих новаторских исследований, мы можем сложить вместе все результаты и окинуть их одним взглядом. И если мы так поступим, то увидим, как возникает безошибочный паттерн: все эти десятки моделей обрисовывают не одну линию развития, они скорее описывают примерно **дюжину различных линий развития** – когнитивную, моральную, межличностную, эмоциональную, психосексуальную, кинестетическую, линию самости, ценностей, потребностей и т. д. Все эти величайшие исследователи развития натыкались на какую-то одну линию, или поток, развития и затем изучали её во всех подробностях. Затем они нередко делали предположение, что исследуемое ими было единственным потоком, тогда как все остальные можно попросту упростить до чего-то, что происходит внутри их потока, – предположение, которое могли опровергнуть только история и дальнейшие исследования (мы называем это **абсолютизмом потока** или **линии**).

Идея существования множества линий развития была популяризована в рамках концепции множества интеллектов – когнитивного интеллекта, эмоционального интеллекта, музыкального интеллекта, кинестетического интеллекта и т. д. Исследования продолжают подтверждать, что множество линий и вправду развиваются **относительно независимо** друг от друга. Человек может демонстрировать очень высокое развитие в некоторых линиях (например, в когнитивной), среднее в других (например, в межличностной) и низкое в третьих (например, в моральной). В модели AQAL предложена концепция **интегральной психограммы** для отображения множества этих потоков и стадий развития, через которые они протекают (см. рис. 2.1).

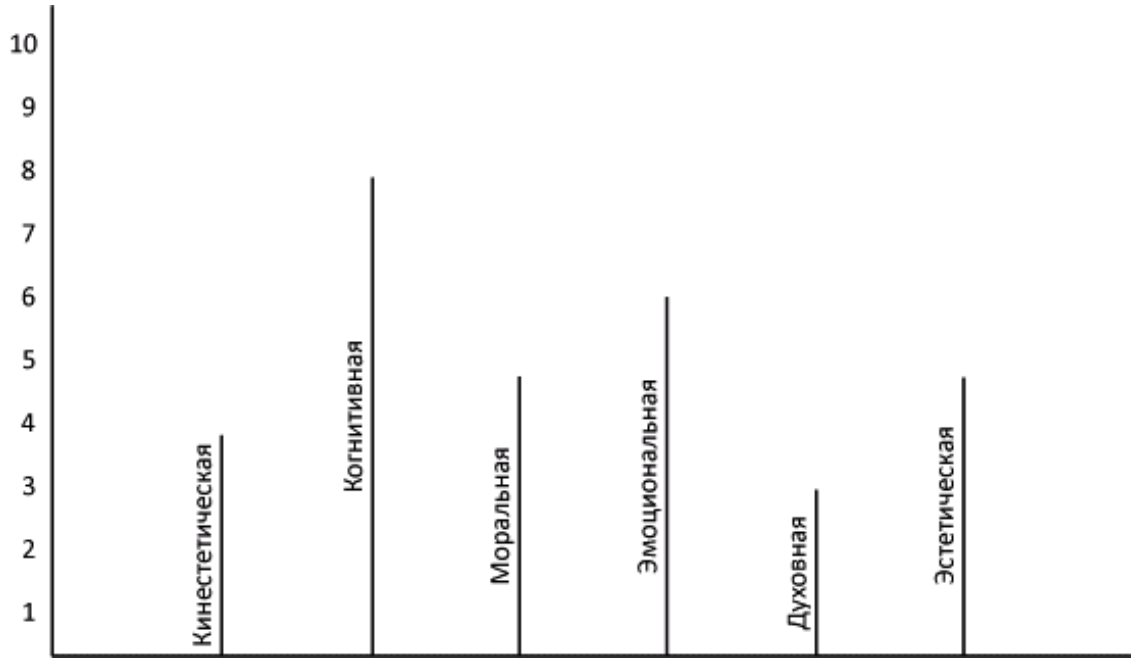


Рис. 2.1. Интегральная психограмма

Каковы некоторые их этих линий развития и что же они означают? Помимо прочего, эти разные линии (множество интеллектов, или способностей), судя по всему, в действительности являются разными типами ответов на вопросы, которые нам задаёт сама жизнь.

Например: **что я осознаю**? (Когнитивная линия, или когнитивный интеллект, является ответом на этот вопрос жизни; например, Пиаже.) Из всего, что я осознаю, **что мне нужно**? (Холархия потребностей Маслоу.) Из всего, что я осознаю, **что я называю «собой»**, или «**мной**», или «**я**»? (Линия развития «я», или самости, или эго; например, Лёвинджер.) Среди всего, что я осознаю, **что я более всего ценю**? («Системы ценностей»; например, Грейвз.) **Что я чувствую** в отношении всех тех вещей, которые осознаю? (Эмоциональный интеллект; например, Гоулман.) Из всего, что я осознаю, **что для меня наиболее привлекательно и красиво**? (Эстетическая линия; например, Хаузен.) Из всего, что я осознаю, **что будет правильным поступком**? (Моральный интеллект; например, Колберг.) Из всего, что я осознаю, **что я должен сделать по отношению к вам**? (Межличностное развитие; например, Селман.) Из всего, что я осознаю, **что имеет предельное значение**? (Духовный интеллект; например, Джеймс Фаулер.)

Жизнь задаёт нам эти вопросы. Мы отвечаем на них. Структура и история этих ответов представляет собой важнейшую тему для генеалогии и структуралистского подхода к развитию. Именно то, что каждый из этих фундаментальных вопросов задаётся нам самим бытием, способствовало тому, что психика развила «органы», специализирующиеся на даче соответствующих ответов. Этими «органами», если хотите, и является множество интеллектов, посвящённых тому, чтобы давать умные ответы на вопросы жизни (см. таблицу 2.1.).

Линия	Вопрос, задаваемый жизнью	Типичный исследователь
Когнитивная	Что я осознаю?	Пиаже, Киган
Самости	Кто я?	Лёвинджер
Ценностей	Что для меня значимо?	Грейвз, спиральная динамика
Морали	Что мне следует делать?	Кольберг
Межличностная	Как нам взаимодействовать?	Селман, Пери
Духовная	Что имеет предельное значение?	Фаулер
Потребностей	Что мне необходимо?	Маслоу
Кинестетическая	Как мне физически сделать это?	Гарднер
Эмоциональная	Какие чувства у меня это вызывает?	Гоулман
Эстетическая	Что для меня привлекательно?	Хаузен

Таблица 2.1 Линии развития, вопросы жизни, исследователи

Великие исследователи развития просто наблюдали за этими **вопросами** и даваемыми на них **ответами**, замечали **структуру** ответов и **следили за их развитием во времени**. Это позволило им (как мы видели в случае Гиллиган) обнаружить, что каждая из этих **линий** развития обладает уровнями (которые разворачиваются посредством **стадий**, или **волн**). Даже когда мы просто ведём речь о чём-то, что «высоко развито» или «слабо развито», под этим подразумевается существование уровней развития. И действительно оказывается, что каждая линия развития имеет свои уровни достижения (а значит, и стадии развёртывания) – от низкого до среднего, высокого и очень высокого (и в данный момент нет никаких оснований утверждать, что есть верхний предел). «Уровень развития» всегда является «уровнем развития определённой линии». Ранее мы уже отмечали, что моральная линия состоит из трёх основных стадий: эгоцентрической, этноцентрической, мироцентрической.

Объедините результаты, полученные всеми этими исследователями, – чего на заре своих исследований никто из них не имел возможности сделать, – и вы обнаружите, что результат действительно напоминает интегральную психограмму (см. рис. 2.1).

Потоки и спирали повсюду

Надеюсь, мне нет нужды говорить, что линии развития не являются линиями в прямом смысле этого слова. Они представляют собой не что иное, как вероятности поведения, и поэтому являются скорее вероятностными полями, нежели прямыми, как линейка, линиями. Многие исследователи называют линии развития **потоками развития** (а уровни – **волнами**), поэтому мы получаем «волны и потоки» вместо «уровней и линий». Мне нравятся эти определения, и я к ним часто прибегаю.

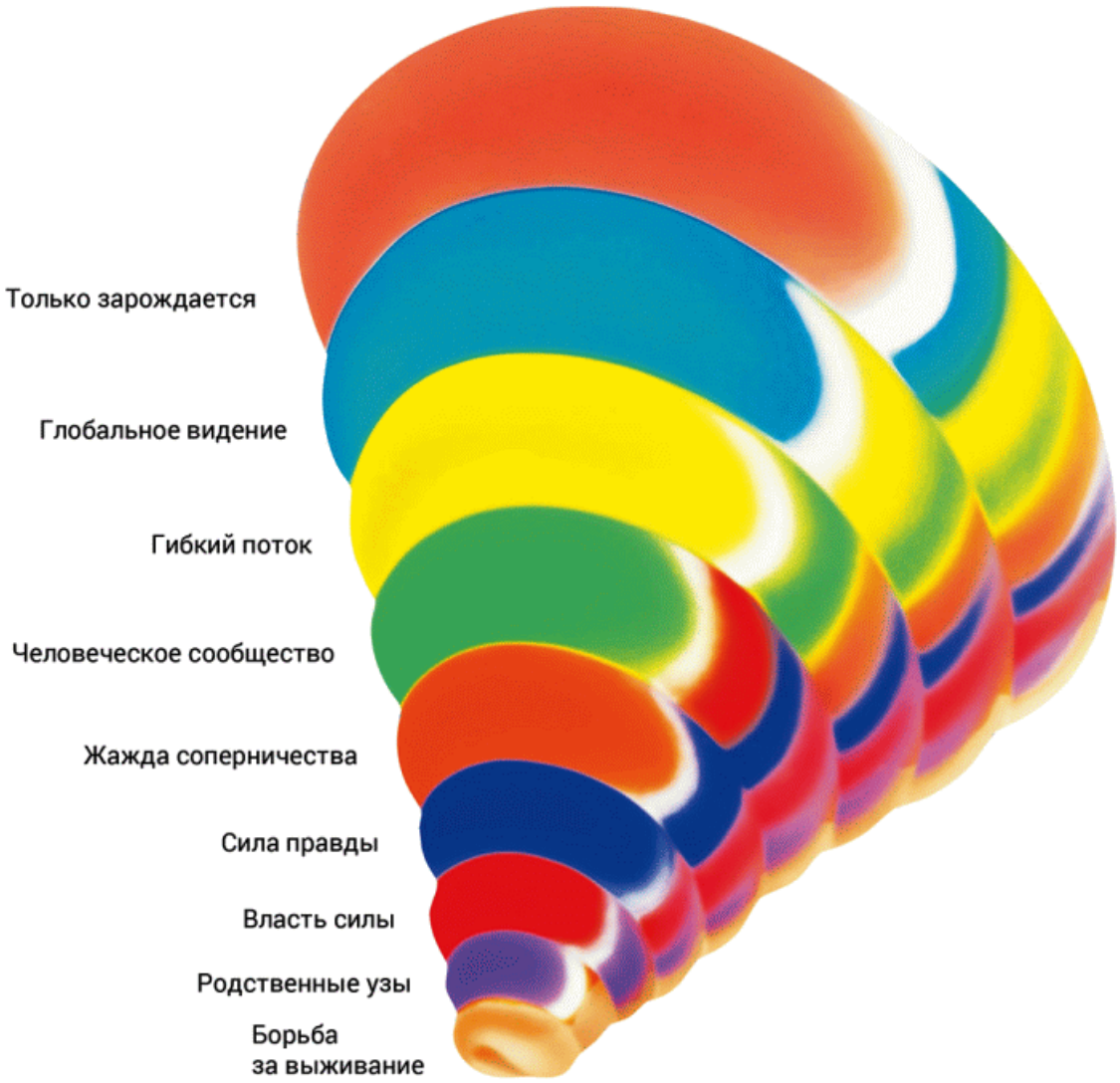
Обратите также внимание на то, что многие линии, или потоки, развития, как правило, генерируют колебания, или развиваются по спирали, между разнообразными типами основных полярностей, каждый раз покрывая одно и то же основание, но со всё более и более высокой перспективы. Наблюдение о том, что линии развиваются по спирали, было сделано, по меньшей мере, ещё Эриком Эриксоном (1963). В качестве иллюстрации я привожу три диаграммы, показывающие спиральный характер некоторых линий развития: первая основана на концепциях Роберта Кигана (1982), вторая на концепциях Сюзанны Кук-Гройтер (1990), а третья на концепциях спиральной динамики (1996) (см. рис. 2.2 a, b и c)[13]. Важны не столько точные подробности этих карт, сколько простое понимание, что развитие представляет собой удивительно органичный, текучий и спиральный процесс.

Если вы понимаете, что разные уровни (или **волны**) развития холархичны (то есть представляют собой несколько вложенных друг в друга трансцендирующих-и-включающих сфер), и что линии развития зачастую лучше изображать в виде потоков или спиралей, то психограмма на рисунке 2.1 становится гораздо более похожей на изображение на рисунке 2.3 (хотя оно и состоит лишь из четырёх уровней и пяти линий, думаю, вы поймёте, что я имею в виду).

[13] См. Роберт Киган, «Эволюционирующее „я“: проблема и процесс в развитии человека» (Robert Kegan «The Evolving Self: Problem and Process in Human Development»; Cambridge, Harvard University Press, 1982); Сюзанна Кук-Гройтер, «Карты для жизни: стадии развития эго от симбиоза до сознательной универсальной включённости» (Susanne Cook-Greuter «Maps for Living: Ego-Development Stages from Symbiosis to Conscious Universal Embeddedness») в книге Майкла Л. Коммонса и др. (ред.) «Развитие взрослого, т. 2: Модели и методы изучения мышления подростков и взрослых» (Michael Commons et al. (eds.) «Adult Development, vol. 2: Models and Methods in the Study of Adolescent and Adult Thought»; New York: Praeger Publishers, 1990); а также Дон Эдвард Бек и Кристофер К. Кован, «Спиральная динамика: основные ценности, лидерство и изменение» (Don Edward Beck and Christopher C. Cowan «Spiral Dynamics: Mastering Values, Leadership, and Change»; Cambridge, Mass.: Blackwell Publishers, 1996).

2.2а. Киган (1982)

2.2b. Лёвинджер/Кук-Гройтер (1990)



2.2c. Спиральная динамика (1996)
Рис. 2.2. Некоторые примеры спиральных линий развития

Как соотносятся друг с другом различные линии

Так каковы же отношения между различными линиями развития? Этот вопрос далеко не так прост, как кажется на первый взгляд.

Начнём с того, что уровни/стадии одной линии категорически нельзя использовать при рассмотрении другой линии. Во-первых, потому что невозможно в точности знать, каковы их общие свойства, а во-вторых, даже если бы мы знали, структуры разных линий отличаются друг от друга так же, как апельсины от яблок (так, например, уровни морали описываются языком, сильно отличающимся от того, который используется для описания ценностей Грейвза). Именно поэтому нельзя использовать терминологию спиральной динамики для описания, к примеру, когнитивного интеллекта по Пиаже. Человек может находиться на формально-операциональной стадии развития когнитивных способностей и при этом следовать оранжевым ценностям. Но человек также может находиться на формально-операциональной стадии развития когнитивных способностей и при этом следовать синим ценностям. Или красным, или фиолетовым. Таким образом, формально-операциональное познание и оранжевые ценности – не одно и то же. Научные данные показывают, что человек *абсолютно одновременно, в рамках одного и того же поступка* может находиться на одном уровне познания, другом уровне самоощущения и отличном от них всех уровне морального развития, что неспособны объяснить такие модели, как СД, которые преимущественно однолинейны. Лестница остаётся лестницей, даже если мы закрутим её в спираль.

Стало быть, дюжина или около того линий развития действительно отличны друг от друга, как можно было бы ожидать и как подтверждают данные исследований. Но вот что самое поразительное: если вы расположите рядом разные линии и модели развития, как в психограмме, то увидите, что все линии идут в одном направлении, которое можно описать как увеличение сложности (выражаясь в терминах **3-л**) и увеличение сознания (выражаясь в терминах **1-л**). Но что представляет собой подлинный **градиент**? *Что является вертикалью, или осью ординат, психограммы?*

Другими словами, существует ли **единая мера**, которой можно было бы измерить высоту всех линий развития? Эта загадка продолжает терзать исследователей развития в течение нескольких последних десятилетий.

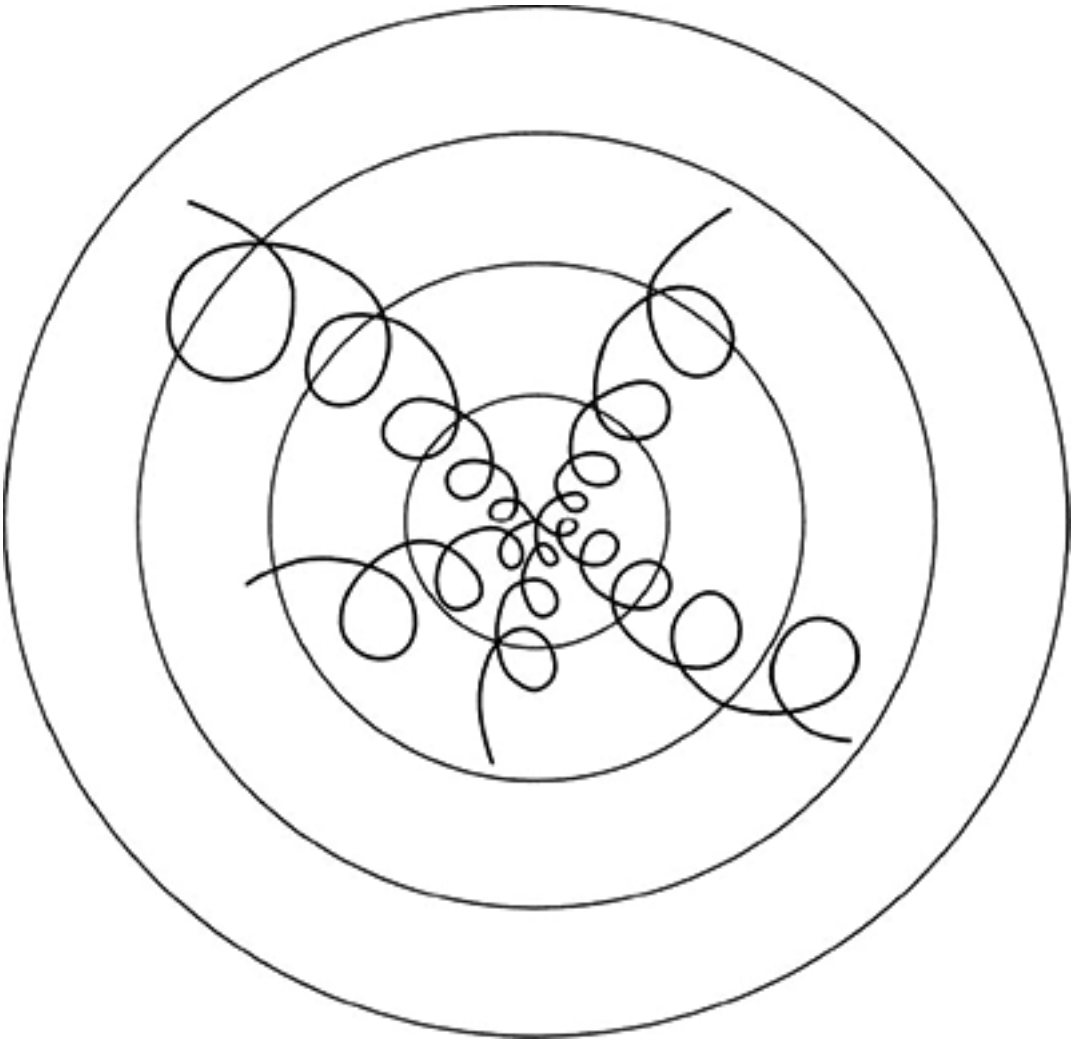


Рис. 2.3. Органические волны и спиральные потоки развития

Существуют две теории, которые пытаются ответить на этот вопрос, и AQAL использует обе. Согласно первой теории, принимаемой большинством исследователей развития, основным критерием считается когнитивная линия, поскольку, судя по всему, это единственная из всех линий, обладающая механизмом, который имеет отношение к остальным. Если точнее, то исследования продолжают показывать, что развитие когнитивной линии является необходимым, но неполным условием для развития остальных линий. Таким образом, можно быть высокоразвитым в когнитивной линии и низкоразвитым в моральной линии (быть очень умным, но не очень нравственным: например, врачи в нацистских концлагерях). Именно поэтому возможно обладать формально-операциональным интеллектом и красными ценностями, но не дооперациональным интеллектом и оранжевыми ценностями (что опять же невозможно объяснить, если считать, что ценностные мемы спиральной динамики являются единственно существующими уровнями). Так что, согласно этому взгляду, высотой является когнитивная линия, которая необходима, но не в полной мере достаточна для развития остальных линий. Другие линии не являются вариациями когнитивной, но зависят от неё.

Основная причина, почему когнитивная линия необходима, но недостаточна для других линий, состоит в том, что сперва нужно осознать что-то перед тем, как действовать в соответствии с этим, чувствовать это, отождествиться с этим или нуждаться в этом. (Именно поэтому вопросы нередко формулируются таким образом: «Из всего, что я осознаю, что я

ценю?») Познание занимается доставкой феноменов, на основании которых оперируют другие линии. Вот почему оно может служить своего рода отметкой высоты.

Вторая теория, которая была представлена в «Интегральной психологии» (и подробно сформулирована в опубликованных в Интернете отрывках), говорит о том, что такой вертикальной осью может служить **сознание как таковое**. Таким образом, «степень сознания» сама по себе является высотой: чем больше сознания, тем больше высота (простирающаяся от подсознательного к сознательному и сверхсознательному). Согласно этому взгляду, все линии развития движутся по одному и тому же высотному градиенту. И этим градиентом является сознание, представляющее собой вертикальную ось, или высоту любой из линий психограммы. Поэтому можно сказать, что уровень тем выше в какой-либо из линий, чем выше присутствующая в нём степень сознания. Все линии, таким образом, действительно можно выстроить в единой психограмме, проходящей по единому высотному градиенту (при этом *в равной степени* верно и то, что линии проходят через собственные специфические структуры или стадии, что позволяет сохранить разницу между апельсинами и яблоками в том смысле, что они не могут быть сведены друг к другу: например, познание невозможно свести до ценностей – и наоборот).

Здесь я прибегаю к следующему сравнению: с дюжины различных горных троп (представляющих собой линии развития) открываются очень разные виды на местность, которые нельзя просто друг к другу приравнять (вид с северной тропинки сильно отличается от вида с южной тропинки), но всё же есть вполне определённый смысл говорить, что обе тропинки находятся на высоте 1000 метров или что южная и восточная тропинки находятся на высоте 3000 метров и т. д. Сами по себе отметки высоты (1000 метров, 3000 метров и т. д.) *не имеют содержания*: они пусты точно так же, как и сознание как таковое, – однако каждую из тропинок можно измерить с точки зрения её высоты на склоне горы. «Метры» или «высота» означают степень развития, что, в свою очередь, означает степень сознания.

Данный взгляд вполне совпадает с представленным в буддийских школах мадхьямака и йогачара взглядом на сознание как на пустотность или открытость. Сознание само ничем не является, это просто степень открытости или пустотности, просвет, в котором проявляются феномены различных линий (но сознание само по себе не является феноменом: это пространство, в котором феномены возникают)[14].

(Существует ещё одна теория, третий претендент на объяснение высоты, и это **теория базовых структур**, также известная под сочетанием слов «**лестница, взбирающийся, вид**», – теория, предложенная моделью AQAL. Достаточно сказать, что она есть нечто вроде комбинации обеих приведённых выше теорий и может быть плодотворно совмещена с обеими в системе AQAL. Нет нужды детально углубляться в эту теорию, поскольку её основные пункты никоим образом не влияют на представленную здесь аргументацию. Заинтересованные читатели могут проследовать по ссылкам на источники или обратиться к статье «Лестница, взбирающийся, вид» («Ladder, Climber, View»), опубликованной на вебсайте www.kenwilber.com.)

Поскольку сознание само не имеет никакого определённого содержания, *каким образом мы можем описывать его степени или уровни*? Другими словами, что в психике мы будем считать находящимся на высоте 1000 метров, 2000 метров, 3000 метров и так далее? Мы могли бы *пронумеровать* уровни, как зачастую и делаем (в разных случаях используя от 3 до 16 базовых уровней сознания или общего развития). Но такой подход малоудовлетво-

[14] Такой взгляд также находится в согласии с представленным выше (и широко распространённым) взглядом на познание как на необходимый, но недостаточный фактор, ведь познание есть попросту качественный тип сознания, проявляющийся в виде действительно существующей линии развития (или горной тропы) со своей структурой и содержимым. Как таковая когнитивная линия является просто одной из множества линий, высота которой точно так же измеряется в терминах сознания как такового.

рителен, поскольку тогда разные числа нередко используются для одних и тех же уровней. Называние или *наименование* их тоже не представляется лучшей идеей, потому что любое имя тянет за собой из прошлого длинную вереницу ассоциаций; тем не менее, мы всё равно нередко таким образом и поступаем (обычно заимствуя термины, использующиеся для уровней в одной линии, чтобы применять их ко всей высоте в целом, – что представляет собой теоретическую катастрофу).

Великие традиции мудрости – начиная с введения системы чакр около трёх тысячелетий назад – пришли к неплохому решению, которое заключалось в том, чтобы использовать **естественные цвета радуги**; и, делая так, они всегда выстраивали эти цвета в их естественном порядке: от красного к оранжевому, жёлтому, зелёному, голубому (бирюзовому), синему, тёмно-синему (индиго) и фиолетовому. Сами чакры, к примеру, начинаются с красного, переходят к жёлтому, а затем к зелёному, синему, фиолетовому и, наконец, чистому свету пустоты.

В дополнение к тому, что я иногда буду использовать числа и названия, я собираюсь следовать этой древней традиции и попросту использовать радугу как вертикальную ось, олицетворяющую возрастающие уровни *развития вообще*, как «высоту-от-подножия горы». На рис. 2.4 я также привожу в виде примеров конкретных линий развития со своими определёнными уровнями когнитивную линию (используя комбинацию из терминов Пиаже для более низких, Майкла Коммонса и Фрэнсиса Ричардса для промежуточных и Ауробиндо для наиболее высоких стадий в данной линии)[15], линию ценностей Грейвза (я также добавил туда термины/цвета спиральной динамики), порядки сознания Кигана (orders of consciousness) и некоторые основные стадии линии самотождественности (self-identity), наиболее плодотворно описанные Лёвинджер/Кук-Гройтер.

Преимущество этих «отметок высоты» развития – они согласны с теориями развития в том, что действительно уровни одной линии не могут быть использованы для наименования уровней в других линиях. (Если обратиться к рис. 2.4, то, к примеру, нельзя говорить «познание уровня «соперничество» так, словно бы познание и ценности являются одной и той же структурой, так как уровень «соперничества» может присутствовать при нескольких различных уровнях развития познания.) Но вы можете использовать «высоту» для того, чтобы описывать аналогичные общие уровни в различных линиях. (*Можно* говорить о янтарном познании, янтарных ценностях, янтарном самоощущении и так далее.) Выше мы уже приводили сравнение с горными тропами: существует дюжина тропинок, ведущих к вершине горы, и панорамы, открывающиеся с каждой из них, несколько отличны друг от друга, и нельзя использовать панорамные виды, или «структуры», любой из отдельных троп для обозначения панорамных видов, или структур, других тропинок. В данном смысле мы поистине говорим о разнице между апельсинами и яблоками. Виды с северного склона и с южного склона попросту нельзя считать одним и тем же, не прибегая к редукционизму (разновидности однолинейного абсолютизма).

Более того, исследование, которое осуществлялось для обоснования стадий-уровней в одной линии (например, Лёвинджер, Колберг, Грейвз), почти определённо не включало условия или структуры других отдельных линий, не говоря уже обо *всех* существующих линиях вообще (от кинестетической до музыкальной). Отсюда и ещё одна причина, почему уровни одной линии не могут быть использованы для описания уровней другой линии. Однако

---

[15] Для продвинутых читателей отмечу, что в отношении более высоких уровней развития термины «ранее – „психический“», «ранее – „тонкий“», «ранее – „причинный“» поставлены в скобки. Я поступил так, потому что теперь мы используем эти термины только для обозначения тел и соответствующих им состояний сознания, а не для обозначения структур сознания. И, конечно же, грубое/психическое, тонкое, причинное и недвойственное состояния сознания могут проявляться на любой структурной стадии сознания, а не только на более высоких и наивысших стадиях (то есть здесь имеется в виду решётка Уилбера – Комбса).

использование «высоты» как общей линейки развития позволяет нам указывать на общие сходства, разделяемые различными линиями, и при этом высота, подобно метрам, дюймам или ярдам **сама по себе не имеет содержимого**: она пуста. Дюйм – это мера длины строительных досок, сама собой ничего не представляющая. Вы же не жалуетесь друзьям: «Мне пришлось остановить строительство дома, потому что запас дюймов подошёл к концу», или: «А не купить ли мне немножко метров про запас». Метр – это мера или разметчик чего-либо, сам по себе ничего не содержащий.

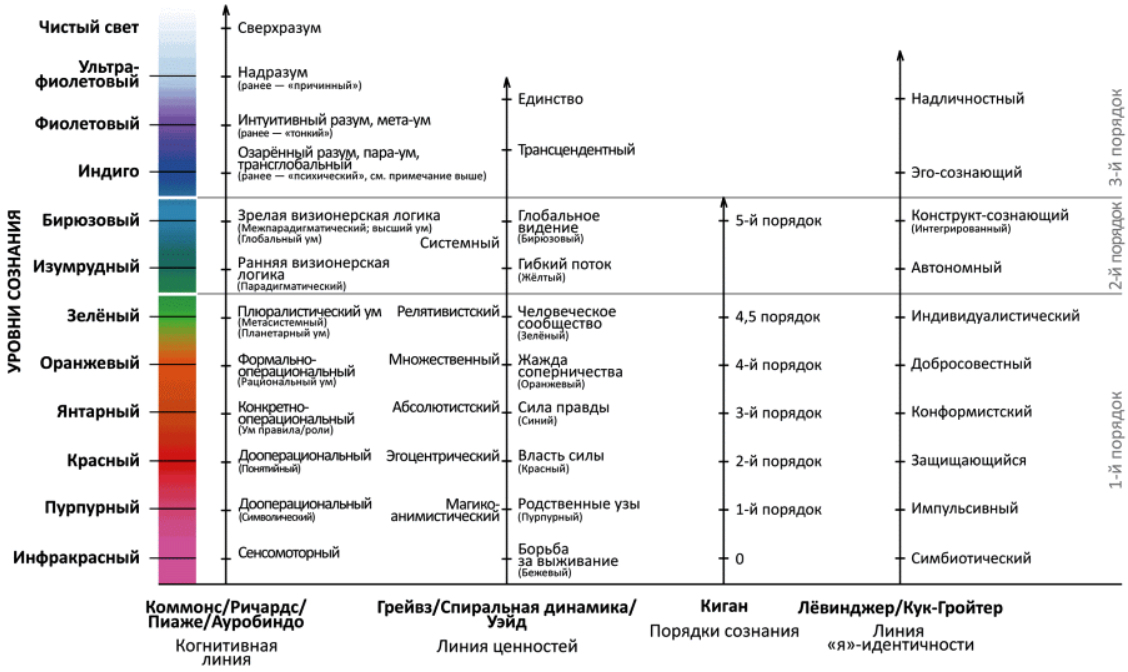


Рис. 2.4. Некоторые основные уровни развития

То же самое относится в данном случае и к тому, что называется сознанием. Оно не является ни вещью, ни феноменом и не имеет содержания. У него нет описания. Это не мировоззрения, не ценности, не мораль, не познание, не ценностные мемы, не математико-логические структуры, не адаптивные способности, не множественный интеллект. Особо следует отметить, что сознание не является линией среди линий, но это пространство, в котором возникают все линии. Сознание – это пустота, открытость, просвет, в котором возникают феномены, и если эти феномены развиваются через стадии, они образуют линию развития (когнитивную, моральную, самотождественности, ценностей, потребностей, мемов и т. д.). Чем больше феноменов этой линии может возникнуть в сознании, тем выше уровень этой линии. Повторюсь, сознание само по себе является не феноменом, а пространством, в котором возникают феномены.

Таким образом, как показано на рис. 2.4, на *янтарной высоте* когнитивная линия (являющаяся необходимой, но недостаточной для других линий) находится на конкретно-операциональном уровне, линия ценностных мемов – на абсолютистском (сила правды / синий), уровень «я»-развития – конформист, а мировоззрение традиционное. На *бирюзовой высоте* когнитивные способности находятся на уровне поздней, или зрелой, визионерской логики, ценностный мем – на систематическом уровне (глобальное видение / бирюзовый), потребности – на уровне самоактуализации и т. д. Все эти линии развития относительно независимы друг от друга, поскольку человек может находиться на уровне зрелой визионерской логики по когнитивной линии и всё еще иметь ценности «силы правды» и т. д. (В «Инте-

гральной психологии» вы можете ознакомиться с таблицами, содержащими более 100 моделей развития, сопоставленных с уровнями когнитивной линии как «маркёра высоты».)

Но при этом не забывайте одну вещь: эти стадии (и модели стадий) – лишь концептуальные фотоснимки великой и неиссякаемой Реки Жизни. Нет нигде в Космосе того, что называется синим ценностным мемом (кроме как в концептуальном пространстве учёных-теоретиков, которые в него верят). Это *не* означает, что стадии являются *лишь* конструкциями или выдумкой общества, что было бы другой крайностью. Стадии существуют в том смысле, что в реальном мире действительно проявляется что-то, что мы называем развитием или ростом. Просто «стадии» этого роста на самом деле являются лишь фотоснимками, которые мы делаем в определённые моменты времени и с определённой точки зрения (*которая, в свою очередь, тоже растёт и развивается*).

Вспомните, что мы кратко упоминали о следующей идее: **космический адрес = высота + перспектива**. Мы ещё не раз вернёмся к этой удивительной идее. Суть здесь в том, что, когда мы фотографируем какой-то предмет, находящийся в процессе роста (например, дуб в зоне 6, общество в зоне 8, индивидуальные системы ценностей в зоне 2), у этого предмета есть адрес, но *адрес есть и у фотографа*. Мы не утверждаем, что стадии не существуют в реальном мире, но их «снимок» не является тем, что они есть в реальности. То, что есть в реальности, можно сфотографировать сотнями различных, равным образом полезных и прекрасных способов, причём каждый из них *порождает* нечто новое. Было бы просто глупо спорить о том, какая из фотографий цветка передаёт единственно правильную реальность.

Адрес фотографа (высота + перспектива) не менее важен, чем адрес фотографируемого предмета. Всегда полезно напоминать себе, что фотограф не видит вещей, находящихся за пределами его объектива, и поэтому даже и не подумает их сфотографировать.

Джеймс Фаулер: стадии веры

Прежде чем мы покинем зону 2, я хотел бы рассмотреть ещё одну очень важную линию развития, открытую при использовании этой методологии, а именно – линию, изученную Джеймсом Фаулером и описанную в его известной книге «Стадии веры» (James Fowler, «Stages of Faith»), а также в последующих работах. Я поместил стадии по Фаулеру на рис. 2.5, обозначив их как **уровни линии развития веры**, вместе с Гебсером, Лёвинджер/Кук-Гройтер (для сравнения), а также отметил *состояния сознания*, которые мы вскоре рассмотрим.

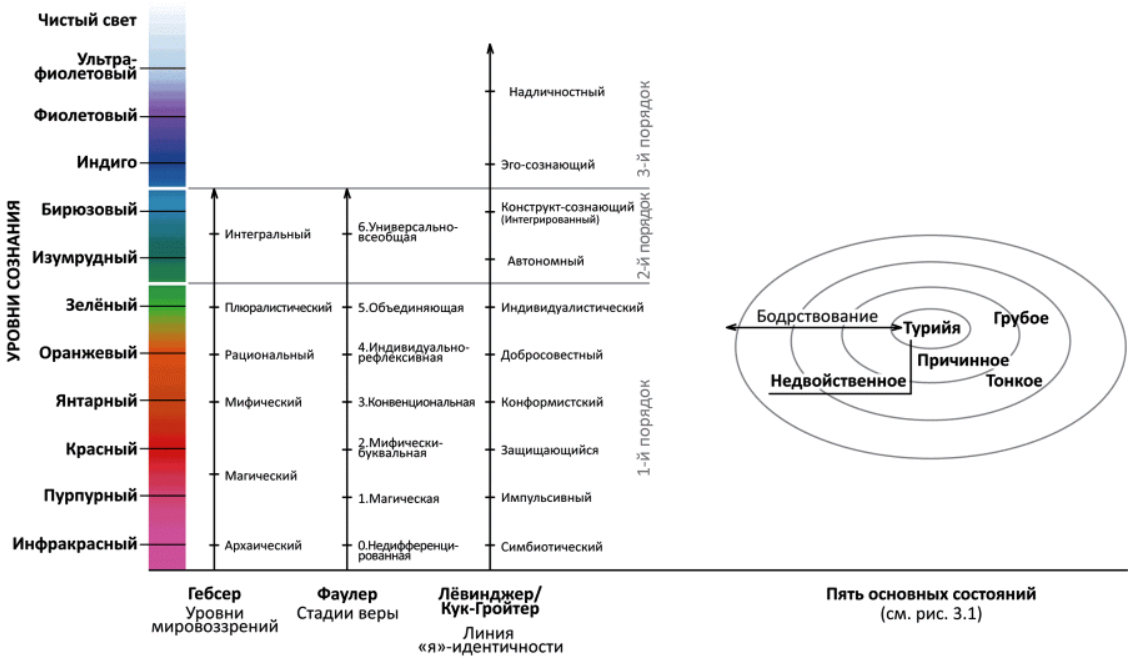


Рис. 2.5. Гебсер, Фаулер, Лёвинджер/Кук-Гройтер

Что касается работы Фаулера, необходимо сразу же подчеркнуть, что такие понятия, как «вера» или «духовность», многозначны, и Фаулер исследует лишь одно из этих значений. В главе 4 мы будем говорить о разных значениях или аспектах духовности – включая понимание духовности как высших уровней любой из линий, как отдельной самостоятельной линии и как изменённых состояний сознания. Фаулер исследует второе значение – духовность как *отдельную линию развития*. Это значение или аспект духовности можно рассмотреть как с точки зрения *развития*, так и со *структурной* точки зрения, – классический пример подхода зоны 2, на этот раз применённого не к когнитивному, эмоциональному или музыкальному интеллекту, а к **духовному интеллекту**. Данная конкретная линия развития является важным аспектом духовности вообще, и мы ещё не раз будем возвращаться к тому, как эта линия соотносится с другими измерениями, или аспектами, духовности. (Для тех, кто незнаком с работой Фаулера, я позднее изложу её краткое содержание.) В дальнейшем, когда я буду говорить о *стадиях духовного интеллекта*, буду делать это на основании конкретных научных открытий Фаулера.

Всё, что мы сейчас говорили об уровнях и линиях развития, представляет собой внутренние холоны (ВЛ), рассмотренные снаружи (зона 2). На что они похожи при взгляде изнутри (зона 1)?

Глава 3. Состояния сознания

Как выглядят внутренние холоны изнутри? Как всё, что вы непосредственно чувствуете в настоящее мгновение.

Феноменология, чувственный опыт и состояния сознания

И с данного места все становится чуть более сложным. Одно из важных различий, подчёркиваемых AQAL-моделью, состоит в различении **структур** и **состояний**. **Структуры**, изучение которых мы начали в предыдущей главе, попросту являются ещё одним термином для обозначения **уровней** в любой из линий. Каждый уровень обладает *структурой*, или определённого рода действительной архитектурой или паттерном. Например, когда мы говорим об уровне комплексности языка, сам этот уровень обладает некоторой структурой, или конфигурацией, или паттерном в том же смысле, в каком мы бы говорили о структуре клеточной стенки или структуре новой коры.

Примечательно в отношении этих структур то, что они, будучи далёкими от того, чтобы быть фиксированными или застывшими, буквальным образом представляют собой вихри. Язык имеет устойчивый паттерн, или синтаксис, даже несмотря на то, что используемые слова находятся в постоянном движении. Структуры – это обладающие крайне высокой динамикой паттерны, зачастую склонные к «автопоэзу», или самоорганизации. Различные части клетки находятся в постоянном движении, но клетка остаётся клеткой, потому что у неё есть устойчивый самоорганизующийся паттерн. Сей **динамический холистический паттерн** и является структурой этой клетки.

Эта организованная целостность или её стадии, будучи рассматриваемыми извне в качестве объектов, являются теми самыми «структурами», которые изучаются **структурализмом** и **наукой о развитии** (developmentalism). Так, согласно Лёвинджер, «конформистский», «добросовестный», «индивидуалистический» и тому подобные понятия описывают основные структуры (или уровни) линии развития эго.

(Эти *структуры/уровни* возникают в рамках *последовательных стадий*, и поэтому мы часто употребляем термины «**структуры**» и «**стадии**» как взаимозаменяемые, *однако с формальной точки зрения структуры и стадии не одно и то же* – в стадиях возникают и другие вещи, так что в этой части нашего обсуждения мы их уравнивать не будем. Как бы громоздко это ни выглядело, когда захотим обратиться к ним вместе, мы будем использовать термин «**структуры-стадии**», имея в виду *последовательное развёртывание* в психике структур зоны 2. Лёвинджер, Киган, Селман, Перри, Броутон и др. описывали структуры-стадии. Невзирая на терминологическую громоздкость, это делается по причине, которая, на мой взгляд, вскоре станет очевидной.)

В этой главе мы рассмотрим **состояния сознания** в сравнении и сопоставлении со **структурами сознания**. Какой бы неинтересной эта тема поначалу ни показалась, в их соотношении, по-видимому, заключается *единственный важнейший ключ к пониманию природы духовного опыта* (и, как следствие, самой роли, которую играет религия в современном и постсовременном мире). Вот после такого скромного и застенчивого введения мы можем начать наше обсуждение.

Выше мы упоминали, что зона 1 в ВЛ (внутренняя сторона «я») является всем тем, что я думаю, чувствую и ощущаю в настоящее мгновение. Я мог бы продолжить описывать свой текущий, непосредственный, чувственный опыт и восприятие прямой речью от 1-го лица («Я испытываю ощущение тяжести, тепла, напряжения, лёгкости, ясности, чувство любви, заботы, возбуждения, мерцающие вспышки опыта и т. д.»), и многие разновидности **феноменологии**, под каким бы названием они ни скрывались, занимаются именно этом (рис. 1.3). Все они являются подходами зоны 1, и некоторые из них исследуют определённые типы внутренних переживаний, известные как **феноменальные состояния**.

Иными словами, то, что я напрямую испытываю в 1-м лице, в дополнение к определённым «содержаниям» или «непосредственным переживаниям» (чувство, мысль, побуждение, образ и т. д.) включает то, что обычно называется феноменальными состояниями. Заметьте, что, хотя я и могу пережить состояние, я не переживаю структуры как таковые. Я *никогда непосредственно не переживаю* ничего, что было бы похоже на «третью моральную стадию», или «добросовестную структуру», или «способность к межличностным отношениям четвёртой стадии», хотя это и может быть той стадией, на которой я нахожусь, причём все мои мысли в действительности возникают внутри этой структуры, мне неведомой. **Структуры** можно обнаружить только при помощи методологии зоны 2. Вот почему вы не сможете обнаружить их при помощи медитации или созерцания любого рода[16]. **Состояния** же, с другой стороны, напрямую доступны сознаванию при различных условиях. Я испытываю состояния, а не структуры.

Большинство из нас знакомы с состояниями сознания, знакомы с ними и великие традиции мудрости. В веданте, например, выделяется пять основных **естественных состояний** сознания: состояния бодрствования, сновидения, глубокого сна, свидетельствования (*турийя*) и недвойственное состояние (*турийятита*). Эти пять состояний крайне важны, так что, пожалуйста, потратьте несколько мгновений, чтобы их запомнить.

В дополнение к естественным, или обычным, состояниям встречаются **изменённые**, или **необычные**, **состояния**, включающие **экзогенные** состояния (например, химически вызванные) и **эндогенные** состояния (которые включают такие **тренируемые состояния**, как **медитативные**).

Особо интенсивные состояния, как обычные, так и необычные, принято называть **пиковыми переживаниями**.

Большинство культур и, конечно, великие традиции предлагают **картографию состояний**, которая включает естественные, экзогенные и эндогенные состояния.

Некоторые из **медитативных картографий** необычайно подробны, но все они основаны на методологиях и предписаниях зоны 1 (как, например, дзадзен, центрирующая молитва, шаманское путешествие, випассана, церемония айяхуаски, кружение дервишей, созерцание и т. д.), и они, как феноменологические переживания, могут быть проверены теми, кто желает следовать соответствующим предписаниям (например, сидеть на коврике для медитации и считать вдохи и выдохи от 1 до 10 до тех пор, пока не выработается способность не сбиваться со счёта в течение часа, или принять определённое психоактивное вещество, или танцевать определённым образом, или отождествиться с коаном и т. п.).

Если вы будете правильно следовать этим предписаниям, перед вами развернётся последовательность феноменологических переживаний. Не приходится и говорить, что крайне интересный вопрос (к которому мы далее ещё вернёмся, ведь это одна из основных областей интегральной постметафизики) заключается в том, имеют ли эти *феноменологические переживания* («я переживаю что-то похожее на неиссякаемый свет и безграничную любовь») действительно существующие *онтологические референты* («существует божественная Основа Бытия»)[17].

Многие великие традиции разработали детализированную психологию на основе этих состояний. Хотя и не стоит позволять подробностям уводить нас от основной канвы обсуждения, позвольте мне подчеркнуть несколько важных особенностей. Ведь мы здесь, как

---

[16] Можно ощутить внутреннюю сторону структур, если можно так выразиться, ибо они выполняют роль русла, по которому протекают ваши мысли и чувства, но вы не сможете увидеть ни их действительную структуру, ни даже заподозрить их существование, если будете использовать только лишь феноменологию, медитацию, интроспекцию и т. д.

[17] Для интересующихся отмечу, что психоделическая картография Станислава Грофа аналогичным образом представляет собой картографию зоны 1 (именно поэтому вы не найдёте ничего похожего на стадии зоны 2 в любой из таких картографий, что крайне ограничивает их «космическую игру» и космологические выводы).

минимум, говорим о некоторых из величайших систем внутренней феноменологии, когда-либо разработанных человеком. Те взаимосвязи, которые я хочу обобщить, сами по себе весьма спорны и сложны в доказательстве. Но мы просто допустим их на некоторое время. В качестве примера я приведу веданту и ваджраяну (хотя с неменьшим успехом подошёл бы и неоплатонизм), и перед тем, как начать, нам стоит прояснить некоторые терминологические сложности.

Согласно обеим традициям, медитативные состояния являются вариациями естественных состояний. К примеру, медитация на форме (*савикальпа самадхи*) – такие её разновидности, как *визуализация божества* или повторение его имени или *мантры*, – есть вариация **состояния сновидения**, тогда как бесформенная медитация (*нирвикальпа самадхи*) – такая её разновидность, как сосредоточение на самом сознавании без какого-либо определённого объекта, – есть вариация **состояния глубокого бесформенного сна**. Более того, три основных естественных состояния сознания (бодрствование, сновидение и сон), как считается, поддерживаются определённой энергией, или «телом»: **грубым телом**, **тонким телом** и **причинным телом** соответственно (например, нирманакайя, самбхогакайя, дхармакайя; иногда утверждается, что четвёртое тело – свабхавикакайя – поддерживает свидетельствующее/недвойственное состояния сознания). Хотя, формально говоря, термины *«грубое», «тонкое» и «причинное» относятся только к телам, или энергиям (в ВП)*, мы также используем эти термины для того, чтобы обозначать соответствующие общие состояния сознания (в ВЛ). Таким образом, мы можем выделить пять основных, естественных и/или медитативных состояний сознания: грубое, тонкое, причинное, свидетельствующее и недвойственное состояния сознания. (Подобно тому, как обычно поступают и сами традиции, я иногда буду отсылать то к 3, то к 4, то к 5 основным **состояниям сознания**, но подразумеваются все 5.)

Для тех, кто прекратил всяческие попытки понять, что я говорю, где-то посередине предыдущего абзаца, делаю простое заключение: согласно великим традициям мудрости, всем мужчинам и женщинам доступны, по меньшей мере, пять великих естественных состояний сознания, каждое из которых можно напрямую пережить:

состояние грубого бодрствования – как те, которые можно испытать при езде на велосипеде, чтении этой страницы или занятиях физическим трудом;

состояние тонкого сновидения – подобные тем, которые я могу пережить в красочном сновидении, в процессе мечтания или при выполнении упражнения на визуализацию, равно как и в определённых типах медитации на форме;

состояние причинной бесформенности – как в случае глубокого сна без сновидений и некоторых типах бесформенной медитации, а также при переживаниях безбрежной открытости и пустотности всего;

состояние свидетельствования – или «Свидетель», – что означает способность к свидетельствованию всех остальных состояний; например, способность к непрерывному вниманию в состоянии бодрствования и способность к осознанным сновидениям;

непреходящее недвойственное сознавание, которое является не столько состоянием, сколько вездесущей основой всех состояний (и может переживаться в качестве таковой).

Веданта и ваджраяна утверждают, что эти состояния (и соответствующие им тела или сферы бытия) доступны всем людям благодаря нашему «драгоценному человеческому телу». Это означает, что **данные основные состояния бытия и сознания доступны до некоторой степени всем людям буквально на любой стадии развития**, включая и младенцев, попросту потому, что даже младенцы могут бодрствовать, спать и видеть сны.

Это действительно крайне, весьма и очень важный момент, к которому мы ещё вернёмся.

(В качестве небольшого предисловия: поскольку важнейшие черты этих основных *состояний* доступны всегда, можно испытать пиковое переживание более высокого состояния, но не более высокой стадии. Если, например, по Джейн Лёвинджер, вы находитесь на ответственной структуре-стадии развития, для вас попросту невозможно испытать в пиковом переживании более высокую структуру, такую как автономная, – но вы *можете* пережить пиковый опыт грубого, тонкого, причинного, свидетельствующего или недвойственного **состояния** сознания. То, как именно эти два аспекта соотносятся друг с другом, будет предметом нашего разговора позднее.).

Хотя общие контуры этих основных состояний бытия естественным и спонтанным образом доступны всем людям, некоторые из них поддаются интенсивной тренировке или исследованию, и тогда такие **тренируемые состояния** и вправду раскрывают некоторые секреты.

Тренируемые состояния: созерцательные и медитативные состояния сознания

Несмотря на утверждение, что основные естественные состояния бытия и сознания доступны всем людям на всех стадиях, это не значит, что их нельзя тренировать и упражнять. **Тренировка состояний** является особенно продвинутой технологией зоны 1, развившей невероятно глубокие формы в рамках великих медитативных традиций Востока и Запада.

Если говорить обобщённо, то *естественные состояния не демонстрируют развития*. Состояния сновидения происходят, но они никуда не развиваются. Естественные состояния и большинство изменённых состояний не показывают стадий. Они просто приходят и уходят, как происходит в случае с большинством состояний – неважно, состояние ли это эмоций, или же состояние погоды, к примеру, гроза. Более того, большинство состояний сознания имеют исключающий характер: невозможно быть одновременно пьяным и трезвым. И естественные состояния устойчиво наблюдаются даже на самых продвинутых стадиях – даже будды бодрствуют, спят и видят сны (хотя они и свидетельствуют их как недвойственное).

Но некоторые состояния возможно *тренировать*, и когда такая тренировка включает упражнение внимания, – что наблюдается во многих формах медитации и созерцания, – *такие тренированные состояния, как правило, разворачиваются в определённой последовательности*. Если это имеет место, то они, как правило, следуют естественному порядку из грубого в тонкое, причинное и недвойственное состояния.

Это означает, что в моём *непосредственном опыте от 1-го лица* феноменальные состояния во многих типах медитации, как утверждается, разворачиваются от грубых феноменов («я вижу камни») к тонким феноменам («я вижу свет и блаженство, я ощущаю бесконечную любовь»), причинным феноменам («есть только лишь безбрежная пустотность, бесконечная бездна») и недвойственным («божественная Пустота и относительная Форма, по сути, не две раздельные вещи»). Всё это не *структуры* 3-го лица (видимые зоной 2), а *состояния* 1-го лица (зона 1).

Когда состояния разворачиваются в какой-то последовательности (главным образом в процессе их тренировки), мы называем их **состояниями-стадиями** (в противовес **структурам-стадиям**).

Поскольку **состояния** по своей природе гораздо более аморфны и изменчивы, чем структуры, такая стадийная последовательность состояний имеет очень изменчивый и флюктуирующий характер, и более того – **вы можете испытывать пиковые переживания более высоких состояний**. (Хотя, как правило, без постоянных занятий они будут недолговечны, оставаясь просто изменёнными состояниями или преходящими пиковыми переживаниями. Однако в результате углублённой тренировки пиковые переживания возможно стабилизировать в так называемые плато-переживания.) Таким образом, если вы пребываете в определённом *состоянии-стадии*, то нередко сможете испытывать пиковое переживание более высокого состояния-стадии, но стабильно удерживать его в виде плато-переживания не удастся.

С другой стороны, исследования раз за разом подтверждают, что *структуры*-стадии, в отличие от *состояний*-стадий, являют собой довольно дискретные уровни или ступени развития. Мало того, как вновь и вновь демонстрируют исследования, *невозможно пропустить структуру-стадию, равно как невозможно испытать пиковое переживание структур-стадий более высокого уровня*. Например, если вы пребываете на дооперациональной стадии в когнитивной линии, то вы попросту не можете пережить формально-операциональный опыт, но вы *можете* испытать пиковое переживание тонкого состояния! (Опять же мы вскоре ещё вернёмся к соотношению состояний и структур.)

Что до этих **состояний**-стадий – которые в целом движутся от грубого опыта к тонкому, причинному и недвойственному, – то можно открыть практически любое руководство по медитации или созерцанию, будь то восточное или западное, и обнаружить описания медитативных или духовных переживаний, разворачивающихся, по сути своей, в том же порядке и с теми же очень определёнными характеристиками. На ум сразу же приходят внутренние зáмки св. Терезы, необычайные картографии св. Иоанна Креста, медитативная картография «Вишудхимагга» Буддхагхоши.

Вероятно, наиболее сложная и тщательная работа по исследованию медитативных традиций была выполнена Дэниелом П. Брауном (включена в книгу Уилбера, Энглера и Брауна «Трансформации сознания: конвенциональные и созерцательные перспективы на развитие», 1986, планируется к переизданию[18]). Браун провёл обширное исследование фундаментальных текстов и основных интерпретаций трёх медитативных традиций – «Йога-сутр» Патанджали, «Вишудхимагга» Буддхагхоши и «Phyag chen zla ba'i 'od zer» («Махамудра – сияние лунного света») Таши Намгьяла. В определённом смысле всё это столпы как индуизма, так и буддизма.

Браун обнаружил, что медитативный путь везде проходил через одни и те же базовые созерцательные стадии: вначале всевозможные формы грубых подготовительных практик, затем тонкие переживания света и сияния, потом различные варианты бесформенного погружения или причинного «чёрного пред-достижения» и, наконец, прорыв в недвойственную реализацию (а впоследствии, возможно, и дальнейшие утончения стадий «постпросветления»). Дотошная тщательность исследовательского процесса, включившего чтение текстов на языках оригинала, обеспечило исследованию Брауна твёрдый статус блестящей классической работы, посвящённой медитативным стадиям. (В таблице 3.1 представлено сделанное им краткое обобщение основных стадий медитативных состояний.)

В процессе нашей с Брауном и Энглером совместной работы над составлением «Трансформаций сознания» мы попросили гарвардского теолога Джона Чирбана разрешить изложить в книге проведённое им обширное исследование стадий созерцательных состояний у ранних отцов церкви, на что получили согласие. Оно выявило те же самые ключевые последовательности стадий – от грубых явлений к тонкому свету, причинной тьме и недвойственному единению. (См. таблицу 3.2. Как и в случае с исследованиями Брауна, речь не идёт о том, что каждый созерцатель проходил через все эти стадии. Это лишь сводное обобщение.)

Возможно, одно из наиболее простых и доступных изложений типичных стадий медитативных состояний можно найти в работе Дэниела Гоулмана «Многообразие медитативного опыта»[19]. Обратите внимание, что название книги перекликается с названием шедевра Уильяма Джеймса «Многообразие религиозного опыта». Это совершенно обоснованно: обе книги описывают феноменологию зоны 1 и обеим неведома зона 2. (У Джеймса это вызвано тем, что первый величайший исследователь методологии зоны 2 Джеймс Марк Болдуин был современником Джеймса, а в начале XX века революционные исследования Болдуина ещё не приобрели известность в академических кругах ни в Америке, ни за рубежом; позже они способствовали развитию как структурализма, так и постструктурализма.)

[18] Wilber K., Engler J., and Brown D. P. «Transformations of consciousness: Conventional and contemplative perspectives on development». – 1986. – *Прим. ред.*

[19] Daniel Goleman, «The varieties of meditative experience». – *Прим. ред.*

	Стадии медитации	Перспектива	
		Буддизм	Йога
Установка, аффективное поведение	**I. Предварительные этические практики** А. Формирование веры; изменение установки Б. Формальное обучение; внутрипсихическая трансформация В. Чувственная/поведенческая регуляция Тренировка непрерывной осознанности	(подобный частице)	разум-как-свет (подобный волне)
Мышление	**II. Предварительная тренировка ума/тела** А. Тренировка телесной осознанности Б. Успокоение дыхания и мышления В. Перестройка потока сознания	прерывистость мгновения	непрерывность трансформации одного и того же
Восприятие	**III. Концентрация с поддержкой** А.1. Тренировка концентрации; декатегоризация А.2. Интернализация; перестройка образа Б. Опознавание различных паттернов всех чувственных модальностей из семени В. Остановка ума, т. е. грубого восприятия	прерывисто исходящее семя	непрерывно преобразующееся семя
«Я»	**IV. Концентрация без поддержки** А. Настройка на тонкое восприятие Б. Опознавание тонкого потока В. Коллапсирование обычного наблюдателя; реструктуризация перспективы	прерывистые непосредственные события Сопутствующая перспектива (доступ)	Непрерывная вибрация танматр Осознание пуруши (буддхи)
Пространство / время	**V. Практика инсайта** А. Высокоскоростной поиск тонкого потока; искоренение «я»; дереализация Б. Высокоскоростной поиск грубых ментальных событий; сдвиги в воспринимаемой длительности и частоте событий тонкого потока; только возникновение; целостное событие в замедленном движении; краткие вспышки психических сил; экстатические переживания; белый свет В. Анализ мгновений ума и их последовательности; проблема воспринимаемого пространства-времени Взаимосвязанность всех потенциальных событий	пустотность отсутствие сущностной природы (ngo bo nyid med) дискретные вспышки Нерастворение Взаимозависимое происхождение всех планов и времён	прекращение чувственных восприятий единообразие (тулья) трансформация основы (дхармин) Единство Единство проявленного космоса (пракрити)
Космос	**VI. Продвинутый инсайт** А. Равностность взаимосвязанных событий; взаимодействие специфических событий Б. Остановка всякой ментальной активности/реактивности; мгновения просветления Основа: прекращение ментального содержания; расширенное сознавание Путь: возвращение ментального содержания из изменённого локуса сознавания	Нерастворение	Все взаимодействия проявленного космоса Облако самадхи

Таблица 3.1. Стадии медитативных состояний в некоторых известных восточных традициях (Дэниел П. Браун, цит. по: «Трансформации сознания», 1986).

Апофатические подходы

Стадии	Св. Исаак Сирин	Св. Серафим Саровский	Св. Григорий Палама	Св. Иоанн Лествичник	Св. Максим	Св. Дионисий
V **Теозис**	(3) Совершенство	Стяжание Святого Духа	(3) Теозис	Ступень 30 Подобие	(3) Ἀεί Εἶναι Вечное бытие	(3) Единение Молитва единения
		Царство Праведность Мир				(Молитва покоя)
IV **Свет**		Озарение	(2) Божественный свет Чистый исихазм	Ступени 29 28 27 Исихазм		(2) Озарение
						(Молитва сосредоточенности)
III **Апатейя**	(2) Очищение					(1) Очищение
				Духовное развитие		(Разумная молитва)
II **Метанойя**	(1) Покаяние		(1) Молитва Труд	(1) Ступени 1–26	Εὐ Εἶναι (Благоденствие)	
		Молитва Пост Милостыня				Молитва простоты
I **Образ**					(1) Εἶναι (бытие)	

Таблица 3.2. Стадии созерцательных состояний у некоторых выдающихся святых церкви (Джон Чирбан, «Стадии духовного развития в восточном православном христианстве» (глава 9 из книги Уилбера и соавт. «Трансформации сознания», стр. 77–78))

В зоне 1 Уильям Джеймс, как правило, заостряет внимание на естественных или спонтанно возникающих состояниях, Гоулман же подробно рассматривает тренируемые состояния в зоне 1, которые, как следствие, демонстрируют некоторое подобие последовательности. И опять же эта последовательность более или менее совпадает с описанной Дэниелом П. Брауном и с тем, что в общем можно встретить практически в любой системе медитации (или **тренировки состояний**) мира.

Стоит повторить, что, поскольку речь идёт о *состояниях*-стадиях, а не структурах-стадиях, может наблюдаться гибкость, временные скачки через стадии, пиковые переживания более высоких состояний (но не структур) и т. п. Но основная прогрессия состояний по мере их освоения (от спонтанных через пиковые переживания к переживаниям плато) остаётся той же – от грубых к тонким, причинным и недвойственным.

Состояния трудно изобразить графически; мы их иллюстрируем «облакоподобными» эллипсами. Рис. 3.1 представляет собой изложение типичной прогрессии медитативных состояний в рамках полного курса медитативной практики, освоение которого может занять от 5 до 20 лет. То, что представлено на иллюстрации, есть общая прогрессия пробуждения от грубого к тонкому, причинному и недвойственному: это прогрессия пробуждённости от его обычной ограниченности бодрствующим состоянием к пробуждённости, которая удерживается в состоянии сновидения (на данном этапе обычны осознанные сновидения) и/или медитативных состояниях промежуточного уровня и затем в причинном бесформенном состоянии (как бы оно ни называлось), при котором становятся возможны состояния продвинутой медитации (включая пресечение) и/или очень тонкое сознавание, проникающее в состояние глубокого сна, чтобы пробуждённость переживалась даже в глубоком сне без сновидений (имеются данные исследований паттернов ЭЭГ у очень продвинутых практиков медитации, подтверждающие это). На этом этапе все субъективные состояния были сделаны объектом свидетельствующего присутствия, при котором нередко сообщают о недвойственном единении и даже отождествлённости с изначальной Основой. Что именно означает «божествен-

ная Основа»? Вы прекрасно знаете, что это значит, но мы ещё вернёмся и обсудим вопросы пробуждения в свете интегральных интерпретаций.

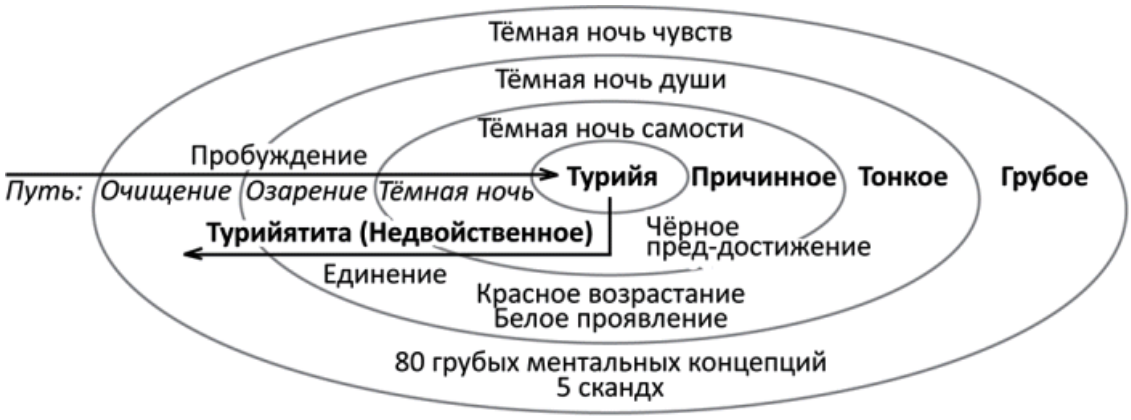


Рис. 3.1 Основные стадии медитативных состояний

И вопрос на миллион звучит так…

Мы изучили *структуры сознания* (проявляющиеся в стадиях) и *состояния сознания* (которые при тренировке могут проявляться в виде стадий). И вопрос на миллион звучит так: как они связаны? Ответ таков: они представляют собой основополагающий вклад, сделанный, соответственно, **конвенциональными подходами** к верхне-левому квадранту (структурализм и генеалогия зоны 2) и **созерцательными подходами** к верхне-левому квадранту (медитация и созерцание зоны 1). И это возвращает нас к изначальному вопросу: как получается, что можно десятилетиями сидеть на коврике для медитации, но так и не увидеть ничего напоминающего стадии спиральной динамики? И почему можно до посинения изучать спиральную динамику и никогда не пережить сатори?

Глава 4. Состояния и стадии

Одна из задач, которые я постараюсь решить в этой книге, состоит в том, чтобы дать очень краткое описание прекрасно известных методологий, а затем предложить способ их эффективной интеграции при помощи AQAL-подхода, – это необходимо сделать в любом случае, если понятию «интегральная духовность» предстоит обрести хоть какой-либо смысл. Мы начинаем с дзен и спиральной динамики и с вопроса: если очевидно, что состояния и стадии отличны друг от друга, то как они соотносятся?

Зоны 1 и 2: дзен и спиральная динамика

Спиральная динамика основывается на работах Клэра Грейвза, одного из основоположников изучения развития в зоне 2. Его модель опирается на исследование, первоначально проводившееся с привлечением студентов университета, которых попросили выполнить одно простое задание: «Опишите поведение психологически здорового человека». Пользуясь стандартной методологией зоны 2, которую ввёл ещё Болдуин, Грейвз проанализировал ответы, что в результате привело его к формулировке системы развития, которую он и его ученики называли уровнями «**системы ценностей**». Спиральная динамика, основывающаяся главным образом на работах Грейвза, описывает **цMEM** (**vMEME**), который определяется как «**системный или ценностный мем**», а также как «центральный интеллект» (который я просто называю интеллектом, или линией развития, ценностей – одним из множества интеллектов)[20].

Грейвз и СД говорят о **8 уровнях/стадиях** этого адаптивного интеллекта, которые кратко можно представить следующим образом (приведённые ниже термины взяты напрямую из книги «Спиральная динамика»[21]):

Уровень 1 (A-N) – *Борющийся за выживание*; остаться в живых; «Борьба за выживание»

Уровень 2 (B-O) – *Магический*; защита и безопасность; «Кровные узы»

Уровень 3 (C-P) – *Импульсивный*; эгоцентрический; сила и действие; «Боги силы»

Уровень 4 (D-Q) – *Целеустремлённый*; абсолютистский; стабильная и целеустремлённая жизнь; «Сила правды»

Уровень 5 (E-R) – *Достигающий*; множественный; успех и автономность; «Жажда соперничества»

Уровень 6 (F-S) – *Коммунитарный*; релятивистичный; гармония и равенство; «Общность людей»

Уровень 7 (G-T) – *Интегративный*; системный; «Гибкий поток»

Уровень 8 (H-U) – *Холистичный*; основывающийся на опыте; синтез и обновление; «Глобальное видение»

Многие люди, применяющие спиральную динамику, плохо понимают природу знаний, представляемых этой моделью в рамках более масштабной системы координат AQAL, так что позвольте мне предложить вам провести следующий мысленный эксперимент.

Предположим, вы слушаете курс по спиральной динамике в университете. Давайте в целях нашего эксперимента допустим, что с точки зрения развития вы пребываете на Уровне 4 – «Целеустремлённый». Вы прочли учебник, выучили описания 8 уровней, или 8 цМЕМОВ, обсудили их с преподавателем и группой. На итоговом экзамене ваше задание: описать 8 уровней систем ценностей. Поскольку вы всё выучили, это не составит для вас никакого труда. Вы получаете высший балл.

---

[20] Спиральная динамика (СД) утверждает, что цМЕМЫ описывают все интеллекты, но это категорически неверно: хотя цМЕМЫ и обладают своими типами познания, морали, эстетики и так далее, сами по себе цМЕМЫ структурно не описывают, помимо всего прочего, познание по Пиаже, мораль по Колбергу, самоощущение по Лёвинджер, деятельное познание по Торберту, взаимодействие по Селману или диалектику по Базеше – и уж в любом случае не в терминах, признаваемых этими теоретиками. Всё это разные линии с отличающимися структурами. В той степени, в которой СД утверждает обратное, она пребывает в западне очевидного однолинейного абсолютизма.

[21] Don Edward Beck, Christopher Cowan, «Spiral Dynamics». – *Прим. ред.*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.