

## РАЗМЫШЛЕНИЯ

УДК 159.923.2

Кузнецова А. В.

### МОДЕЛЬ А КАК ИНСТРУМЕНТ ДУХОВНОГО РАЗВИТИЯ

Исследовано соответствие блоков информационной модели психики и направлений духовного развития человека.

*Ключевые слова:* соционика, духовность, христианство, буддизм, суфизм, функция информационного метаболизма, развитие личности.

Дух выше жизни,  
как свобода выше детерминации,  
как личность выше безликой стихии,  
как активность выше пассивности,  
как целостный смысл выше  
бессмыслицы и бессвязности.

*Бердяев Н. А.*

Число определений понятия «духовность», их различие и широта трактовки иногда просто пугают. У каждого человека, которому оскомила, вызванная этим словом, не мешает искать его определения, рано или поздно появляется какое-то свое устойчивое понимание. Чаще всего «духовность» связывают с церковью, религией, проникновением в Высший Промысел. Атеистически воспитанные люди предполагают под этим понятием наилучшие человеческие качества и добродетели, такие, как честность, справедливость, самопожертвование, мудрость, способность к творчеству, самосовершенствование.

После нескольких лет поисков и занятий сравнительным религиоведением у меня возникла своя система понятий, определяющих категорию «духовность». В перечень освоенных материалов вошли книги по языческим культам, каббале, даосизму, суфизму, различным ветвям христианства, буддизму (и его западной ветви — теософии). Не могу сказать, что это были глубокие академические исследования. Скорее — поиск общих основ, являющихся пересечением всех этих верований и религий. Особенно хочется отметить труды таких философов и духовных Учителей как Лао-Цзы, Феофан Затворник, Джидду Кришнамурти, Иван Ильин, Николай Бердяев. Получившийся результат дал мне стойкое ощущение, которое формулировалось в шуточной фразе «С духовностью я разобралась».

Поиск этот был вызван желанием найти антитезу соционике, о которой заявлял на одной из московских конференций, как о необходимости, Е. Шепетько и которая должна являть собой синтез, в отличие от анализа, на котором строится соционика. На первых порах мой ответ Шепетько представлял собой полторы страницы текста под названием «Техника безопасности в соционике», помещенные на моем сайте. См. Приложение. Затем появились более обоснованные и выношенные аргументы, которые и сформировались в данную работу. Нет возможности здесь рассказывать последовательно о пройденном пути. Нас ведь интересует именно результат и его практическое применение с использованием знаний по соционике.

Кратко изложу полученный результат. Это несколько принципов, из которых (по моему убеждению) строится духовная жизнь (не обязательно религиозная). Многие положения могут показаться каламбуром или абсурдом. Это закономерное явление в духовной жизни. Вспомните фразу «Верую, ибо абсурдно!». Тем не менее каждый из пунктов основан на многочисленных заповедях и духовных принципах из разных источников. В другой — более развернутой — работе я планирую привести эти аналогии. Однако суть и основные положения гарантированно останутся теми же:

1. **Внимание за своим вниманием.**
2. **Усилие не делать никаких усилий.**
3. **Целостность внутреннего мира и его Единство с внешним миром.**

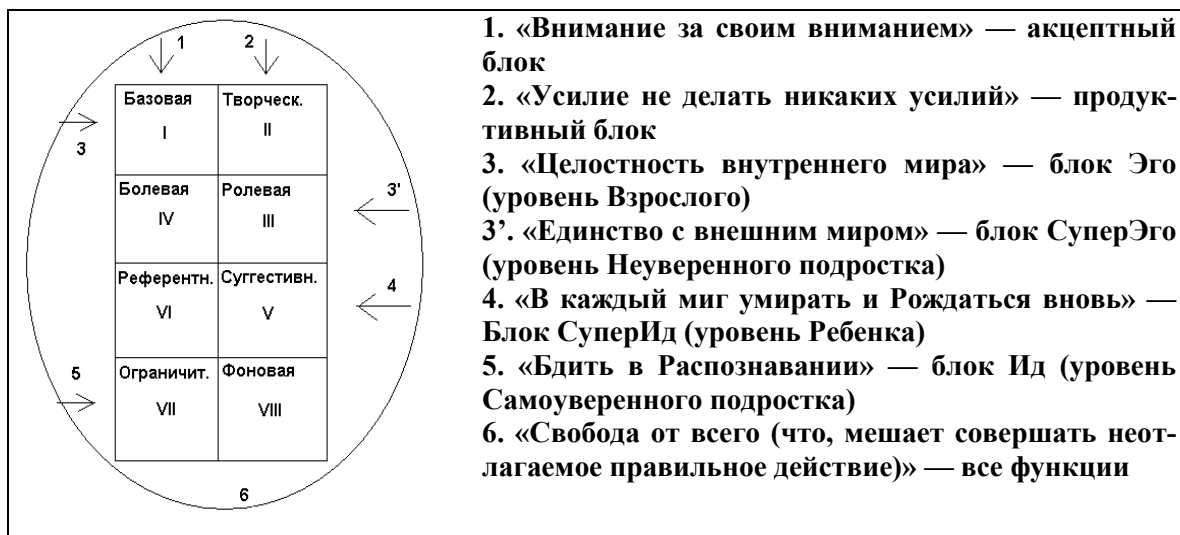
4. В каждый миг умираешь и Рождаешься вновь.
5. Бдить в Распознавании.
6. Свобода от всего (что мешает совершать правильное действие).
7. Поток в потоке.

Из следования этим принципам проистекает **единственно правильное действие**, в результате которого решение проблемы не рождает новых проблем. А значит, происходит реальное изменение (по Дж. Кришнамурти, [1]).

Любовь к аббревиатурам привела к короткому слову, созданному из основных положений этих пунктов, — ВУЦЕРПС. Можно для краткости так и называть данную теорию. «Поток в потоке» можно не рассматривать. Этот пункт — кумулятивный для всех предыдущих и уходит корнями в глубокую эзотерику. Все предыдущие пункты не являются сугубо религиозными или культовыми, — они часто фигурируют во многих психологических тренингах, предназначенных для развития уверенности в себе, для прорыва к успеху, для расширения своих способностей и раскрытия творческого потенциала. Расшифровку каждого пункта я буду делать по ходу привязывания их к Модели А, т. к. проработка этих духовных принципов неожиданно по структуре практически совпала с представлением соционических функций в модели. Эта неожиданность удивляет только на первый взгляд. На самом деле такое совпадение только подтверждает полноту и совершенство самой модели и описываемых ею аспектов.

Я предполагаю, что можно качественно изменить свою жизнь, освоив принципы духовной жизни. Даже применение какого-то пункта в отдельности повысит эффективность жизнедеятельности и очевидно оптимизирует энергетические затраты. Но еще больших изменений к лучшему можно ожидать при соединении этих духовных принципов с правильной активацией функций информационного метаболизма.

Предположим, что человек достаточно уверен в правильном определении своего Типа Информационного Метаболизма (ТИМа). Значит, он может нарисовать модель А для своего типа и проработать функции в соответствии с принципами духовной жизни.



Итак: начнем с **первого принципа духовной жизни «Внимание за своим вниманием»**. Все духовные практики собирают внимание человека, делают его сосредоточенным и концентрированным. И везде осуждаются бессмысленные раз-вращения, раз-гул, раз-деление, раз-доры. Цитаты из Православия: Игумен Петр (Мещеринов) говорил о Святом Духе: «Он — Дух мудрости, порядка, устройства (1 Кор. 14,33), совершенства, полноты, ... Он делает человека **внимательным**, деликатным и тактичным. ... Чуть ослабишь **напряженное внимание** — страсти опять набирают силу»[2]. Из книги «О молитве» К. Пархоменко: «Мы обязательно должны сделать то, без чего не достичь общения с Господом, — это приложить максимум старания, чтобы научить свой ум не рассеиваться, пребывать в со-

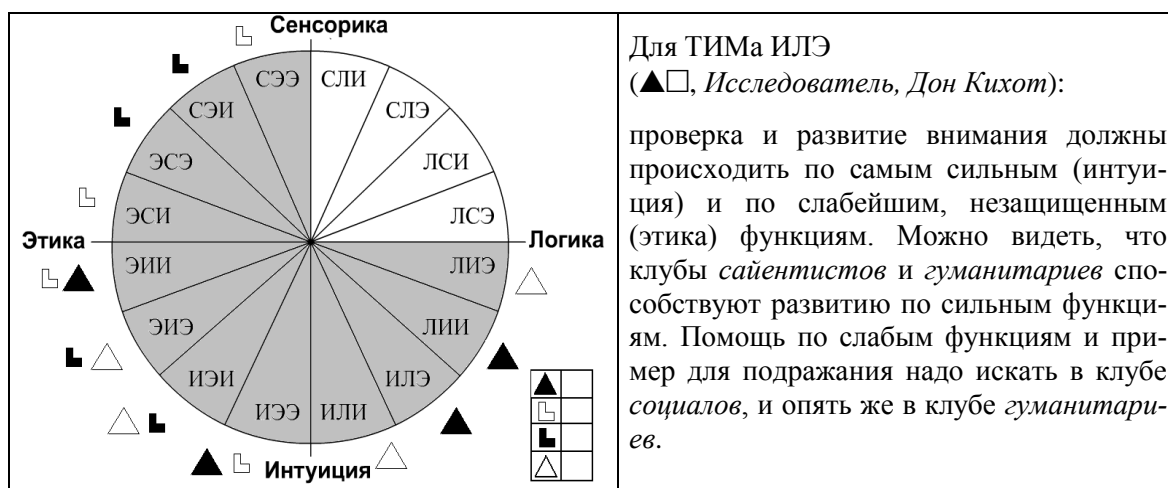
стоянии **сосредоточенного внимания**. (Остановитесь мыслью на этом замечательном слове: внимание. Это слово означает нашу готовность слушать!)» [3].

В суфизме: «"Идолопоклонство" — это сосредоточение внимания на каком-либо посреднике, будь то человек или предмет, с той стороны и в такой момент, когда этого делать не следует. Это значит принимать форму за содержание». Важно именно не только само внимание, а то, где оно в каждый момент времени пребывает. Когда суфий говорит: «Только это правильно», он подразумевает: «Для данного времени, данного лица и данной цели мы должны сосредоточить на этом все свое внимание, как будто только это является правильным». «Если вы не научились послушанию, вы вообще неспособны учиться. Послушание есть часть внимания» [4].

Дж. Кришнамурти, касаясь вопроса дисциплины, говорил: «Здесь мы используем это слово не в смысле обучения у другого, а в смысле наблюдения самого себя, что требует дисциплины, являющейся не подавлением, не подражанием, не подчинением, даже не приспособлением, а действительным наблюдением. Сам акт учебы есть своя дисциплина, в том смысле, что от вас требуется **огромное внимание, громадная энергия, интенсивность и безотлагательная непосредственность действия**». И еще у него: «Когда вы смотрите, существует искажение. Чаще всего вы видите не объект, а образ о нем, созданный вами ранее. Поэтому возникает противоречие. Только **при условии, что у вас есть особое внимание** и большой интерес к наблюдаемому, возникает возможность видеть вещь «так, как она есть»» [1].

Больше всего условие внимания за своим вниманием относится ко времени: нужно отдавать себе отчет постоянно, что ни прошлое, ни будущее не должны владеть слишком долго нашим вниманием. Только здесь и теперь, в настоящем, можно что-то совершить или изменить. Вне настоящего момента (в котором все равно присутствует вся ось времени) — это невозможно.

Принцип «Внимание за своим вниманием» нужно прорабатывать вертикально по акцептному блоку: функции 1, 4, 6, 7. Примеры на рисунках касаются (по традиции) ТИМа ИЛЭ. С помощью полезного инструмента представления социона — Социоворота — можно показать набор ТИМов, которые способны помочь проработать принципы духовной жизни в применении к определенным блокам в модели А. Отмечены по осям: абсцисс — дихотомия *этика-логика*, ординат — *интуиция-сенсорика*. Таким образом, квадранты между осями из 4-х ТИМов — это малые группы, называемые клубами (*сайентисты, гуманитарии* и т. д.).



«Внимание за своим вниманием» отслеживается в первую очередь для самых сильных и самых слабых функций:

1-я базовая функция — четырехмерная — по своему назначению призвана воспринимать информацию. Поэтому зрелая личность должна большую часть времени реализовать именно эту — самую сильную свою функцию. При внимании за своим вниманием нужно

все время осознавать, работает ли в данный момент базовая функция, активизировать ее и нагружать максимально.

4-я болевая функция — одномерная — наиболее уязвимая функция, осознаваемая менталом. Внимание по ней должно осуществляться с точки зрения самосохранения. Нужно щадить и оберегать свою психику от избытка информации с негативным истощающим содержанием. Полезно также учиться на примерах поведения *родственных* типов и *суперэго*.

6-я референтная функция — двумерная. Восприятие с условием доверия к компетентному источнику. Внимание за творческой функцией *дуала*. Здесь должен параллельно подключаться 5-й принцип — Распознавание: насколько можно доверять данному источнику.

7-я ограничительная функция — внимание по ней в норме никогда не ослабевает. Зрелость по этой функции дает гарантии при сотрудничестве с человеком.

Таким образом, постоянная проверка внимания должна происходить по самым сильным и по слабейшим, незащищенным функциям. Если не делить их на *интровертные* и *экстравертные*, то внимание активно по двум полюсам информационного метаболизма: крайнему плюсу (одноименные функции — базовая и ограничительная) и крайнему минусу (одноименные функции — болевая и референтная). Здесь работает очень важный духовный принцип — снятие противоречия между противоположностями за счет одновременного удержания их во внимании. В духовном мире противоречия преодолеваются выходом на более высокий уровень — над рассматриваемыми полюсами. Причем это информационное «коромысло» мы должны нести ровно, без перекаса в сторону одного из полюсов. В противном случае, появляются проблемы, и искомая гармония уже недостижима. Удерживая внимание на полюсах, можно быть спокойным за фланги своего энергоинформационного поля.

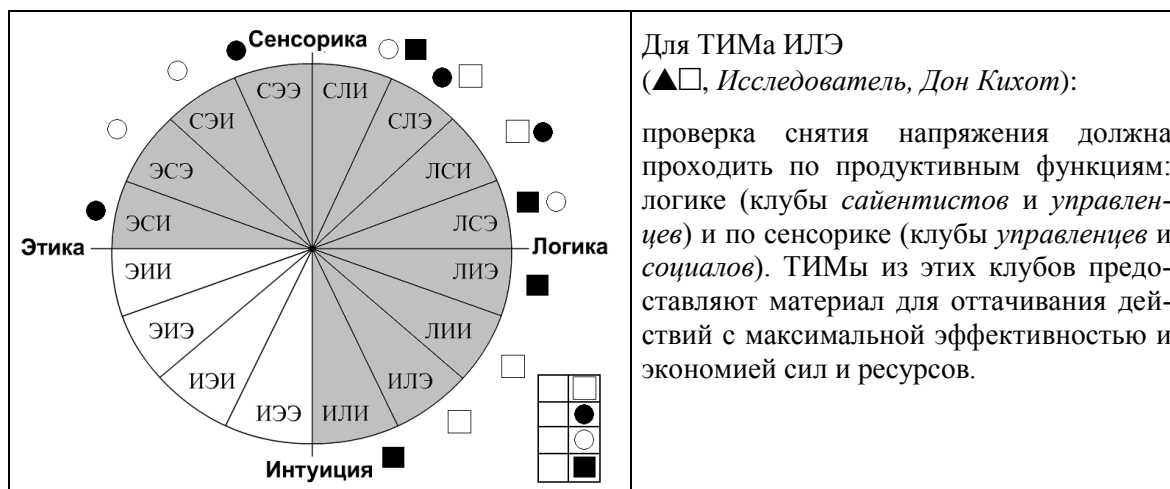
Исходя из примера для ИЛЭ, лучшей средой для развития первого духовного принципа будет клуб *гуманитариев*. «Внимание за своим вниманием» в данном случае нужно оттачивать при восприятии произведений искусства и музыки, чтении литературы и посещении театров, наполняя максимально *интуитивные* функции и обучая *этику*.

**Второй принцип «Усилие не делать никаких усилий»** должен осуществляться также вертикально по продуктивному блоку: функции 2, 3, 5, 8.

Представители разных духовных практик спорят, чья религия дается более легко, естественно, без сверхусилий. Вот цитата из работ А. Меня: «Древние мистики и пророки, суфии, дервиши, индийские брахманы — все они через свой мистический опыт в какой-то мере приближаются к Богу. Но все это идет через человеческие усилия, через человеческую устремленность вверх. И только в одном случае, **в случае Христа, Бог является непосредственно**. Это единственное и самое прямое откровение, поэтому спасение во Христе есть уникальное, единственное в своем роде, то есть самое глубочайшее приближение к Богу...» [5]. Так считают христиане. Но сам данный принцип почерпнут мной как раз на теософском семинаре из притчи о совете буддийского Учителя: «Вы должны совершать единственное усилие — не делать никаких усилий». Напряжение — это трата энергии. Причем эта энергия тратится не на предмет воздействия, а на побочные (зачастую вредные) мышечные зажимы. По теории Анохина: любая мысль — это мышечное напряжение. Для эффективных действий необходимо минимизировать затраты энергии на эти мышечные зажимы. Это достигается осознанием их.

Вот как о вреде психического напряжения говорит С. Синьков: «С удивлением узнал, что людьми страдание понимается чуть ли не как средневековые пытки. Все гораздо проще: страдание — это любое психическое напряжение. Именно о таком понимании страдания говорит Гаутама (Будда). Соответственно, когда вы устраняете все психические напряжения, наступает блаженство (пустота). ... Что вызывает напряжение? Желания. Собственность. Несогласие с текущим моментом. Сразу ловушка для дураков: избегание любых психических напряжений. Если вы двигаетесь в каком-либо направлении, то напряжения неизбежны... Подсознание — возможно, самый малодоступный источник психического напряжения.

Также страх. Осознанность как метла убирает сначала крупные напряжения, а потом все более и более мелкие» [6].



Проработка принципа «усилие не делать никаких усилий» идет по продуктивному блоку:

2-я функция творческая — условие не делать никаких усилий относится к ней в наибольшей степени. Затрата энергии допустима только во время обучения какому-либо действию. Наиболее эффективный результат возможен только при минимизации энергетических потерь. Мы с удовольствием наблюдаем за работой настоящих мастеров именно потому, что все их движения доведены до совершенства, в них нет ничего лишнего. Давно уже стало поговоркой: «Главное — не делать лишних движений!».

3-я функция ролевая — продуктивность на социуме по этой функции ограничена, по ней происходит быстрое истощение. Поэтому экономия ресурсов должна быть строжайшей. Возможный автоматизм (домашние заготовки) при отработке действий может помочь.

5-я функция — суггестивная, внушаемая одномерная. Поскольку своего мнения по данному аспекту иметь невозможно, то все усилия заключаются только в поиске *дуала*, способного оказать качественную поддержку в данном вопросе. После чего усилий больше не требуется, а требуется только следование советам и подражание по мере сил.

8-я функция — фоновая — «Без слов на деле». Эта четырехмерная функция работает в фоновом режиме, почти без осознания, но очень эффективно. Именно здесь принцип «без усилий» проявляется наилучшим образом. Работа проходит в витальном кольце, и ее качество является показателем зрелости личности. «Легко!» — главный девиз функции.

Для ТИМа ИЛЭ (▲□) проверка снятия напряжения и минимизации усилий при своей продуктивной деятельности должна проходить по творческой и фоновой функциям — логике (клубы *сайентистов* и *управленцев*) и по ролевой и суггестивной функциям — сенсорике (клубы *управленцев* и *социалов*). ТИМы из этих клубов предоставляют опытный материал для оттачивания объективного мышления, структурирования информации и фактического материала, оптимизации действий по производственным заданиям, ведению деловых переговоров, созданию комфортной среды для работы. Таким образом, наилучшей средой для шлифовки этого духовного принципа будет для ИЛЭ клуб *управленцев*.

Дальнейшая проработка функций в соответствии с принципами духовной жизни будет проходить по горизонтальным блокам: Эго, СуперЭго, СуперИд, Ид. А также по всей модели А в целом.

**Третий принцип «Единство Целостного внутреннего мира с внешним миром»** на самом деле содержит два подпринципа: «Целостность внутреннего мира» и «Единство с внешним миром», важных, как по отдельности, так и совместно (в большей степени).

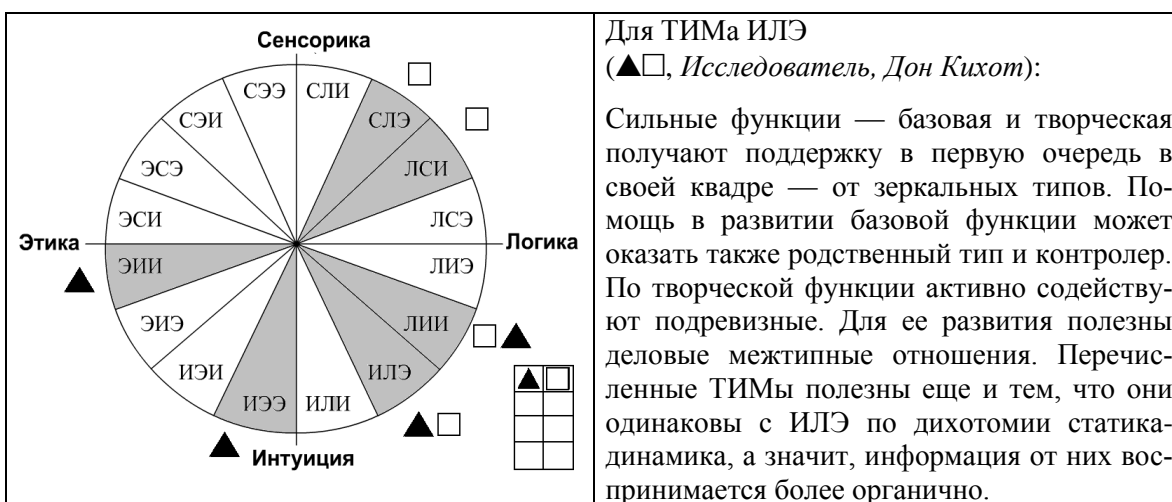
Почему целостность внутреннего мира так важна? Непротиворечивость и непрерывность психических процессов — основа эффективных действий и правильного жизненного

выбора. В Библии читаем: «Соломон, взойдя на царство, обзавелся гаремом, стал поклоняться языческим богам. А вслед за целостностью внутреннего мира царя затрещало и царство». [3 Цар 11:1-43]

В подражание китайским классикам образ жизни, при котором человек может даже на грани между жизнью и смертью наслаждаться красотами пейзажа, называли в Японии фурию (кит. Фэнлю), что означает «ветер и поток». Подобное мировоззрение позволяло неизменно воспринимать жизнь как «ветер и поток» во всей её эфемерной полноте. Наиболее совершенным воплощением философии «ветра и потока» стал широко распространённый среди самураев обычай слагать перед смертью «прощальное» стихотворение — чаще всего в жанре пейзажной лирики.

«Ни раем, ни адом  
Меня уже не смутить,  
И в лунном сиянии  
Стою непоколебим, —  
Ни облачка на душе...»  
Уэсучи Кэнсин [7].

В христианстве этот принцип носит название целомудрия: «Мир раздражает «неуместная» правдивость христианина в словах и поступках, нередко порожающая конфликтную ситуацию, которой можно было бы избежать ценой лжи. Христианином же руководит не слепая преданность букве религиозной морали, а стремление жить по совести. **Целостность внутреннего мира, целостный образ мысли (целомудрие) предпочитается внешнему благополучию.** Отсюда странные, «неразумные» поступки, непонятные для окружающих». Действительно, психологи подтверждают: ложь создает инородный очаг возбуждения в мозгу, который требует дополнительной энергии на свое обособление. Чисто интуитивно это чувствуют и неспециалисты. Вот выводы работников библиотеки, которые активно возрождают духовность в своем городе Новоуральске: «В этом поиске мы пришли к выводу, что духовность — это единство и целостность внутреннего мира человека. А что сегодня может изменить и сохранить душу человека, возродить духовность? Наверное, обращение к нашим истокам и нашей культуре, в том числе и к православию» [8].



«Целостность внутреннего мира» прорабатывается по горизонтали — 1-я и 2-я функции — Блок Эго («Взрослый»). Это сильные функции, определяющие тип информационного метаболизма, — именно они являются центром, благодаря которому создается целостность внутреннего мира. Их полная реализация говорит о зрелости личности. При качественной работе первых функций организм получает колоссальный приток информации и энергии, что позволяет ликвидировать все «изоляты». Под «изолятами» подразумеваются (в терминах гештальт-терапии) обособленные психические структуры, образовавшиеся при

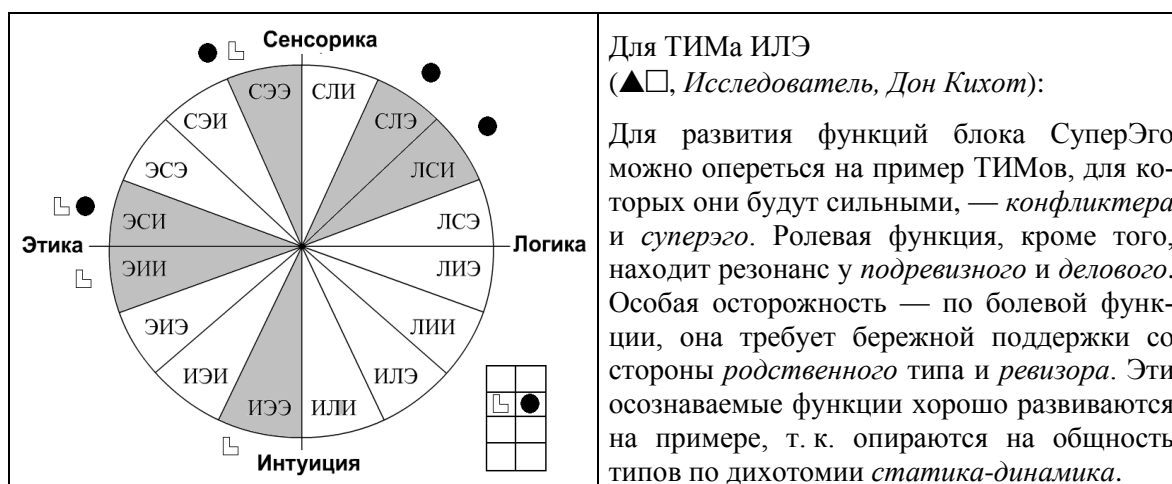
недостаточно пережитом стрессе. Они сохраняют незрелые инфантильные черты, как бы застывшие во время получения этого стресса. Их вред психике заключается в том, что они, не производя полезной энергии, тем не менее являются потребителями ее, что истощает общий потенциал. Иногда изоляты становятся причинами различных зависимостей, от которых человек никак не может избавиться и которые сильно понижают качество жизни.

Активно работающие первые функции производят достаточно энергии, чтобы интегрировать изоляты в общий целостный внутренний мир, что положительно скажется на состоянии психики. Именно здесь лежит эффективный способ преодоления зависимостей вроде алкоголизма, переедания, игровой зависимости или трудоголизма.

Для ТИМа ИЛЭ (Исследователь, Дон Кихот): сильные функции — интуиция возможностей и структурная логика — получают поддержку в первую очередь в своей квадре — от зеркального типа, имеющего аналогичные сильные функции (с поправкой на мерность), родственного типа и контролера.

По творческой функции активно содействуют *подревизные*, несмотря на сложности в общении. Именно эти отношения в значительной степени оказывают развивающее воздействие, т. к. у *подревизного* мерность структурной логики выше, что идет на пользу по принципу опережающего развития. Для творческой полезны также и деловые межтипные отношения. В дихотомии статика-динамика все перечисленные ТИМы-помощники одинаковы, что и позволяет усваивать информацию наилучшим образом.

Единство — один из основных духовных принципов: это проявление еще более глобального универсального принципа — принципа Непрерывности. «Все связано со всем», «дух бродит, где хочет», «искра Божия, которая есть в каждом», — само понятие слова «религия» имеет смысл «восстановление связи». Приведем слова игумена Петра (Мещеринова) «О Святом Духе»: «Иисус подарил нам в Церкви общение всех в Духе Святом. Это общение — абсолютно реальное, жизненное — не только с живущими ныне христианами, но и отшедшими, разрешившимися (Фил. 1,23) от земной жизни. ... А Дух Святой — великий Объединитель, Дух совершенства и целостности. Он объединяет меня в общении со всеми христианами — безразлично, живут они на Земле или уже вне ее. Это объединение — неотъемлемое свойство Церкви, в ней это общение — повторю, абсолютно реальное — осуществляется» [2].



«Единство с внешним миром» прорабатывается соответственно по горизонтали — 3-я и 4-я функция — блок СуперЭго («Неуверенный подросток»). Слабые и осознаваемые функции находятся чаще всего в перенапряжении, поскольку общество спрашивает по ним, предъявляя повышенные, на взгляд человека, требования. Максимально эффективная адаптация возможна при сознательно поставленной установке, известной еще из сказки Киплингa «Маугли»: «Мы с тобой одной крови, ты и я» [9]. Разнообразные страхи по поводу враждебной окружающей среды приносят значительный урон общему потенциалу личности. Со-

знательное культивирование состояния «доверия к миру», состояние благодати, установки «положиться на Бога», «на все воля Его» — это способы преодолеть негатив, отравляющий жизнь многим мнительным и свехосторожным людям. Во многих духовных практиках предлагается постулат, что внешний мир является зеркальным отражением нашего внутреннего мира. И человек своим внутренним ожиданием, отношением притягивает к себе ситуации во внешнем мире. Позитивное мышление, привычка видеть хорошее и акцентировать на нем внимание создают возможность преодолеть страхи, сохранив, таким образом, энергию, которая на них тратилась ранее.

Казалось бы, чрезвычайно трудно развивать принцип единства с *подревизным* или ревизором. Сами названия этих межтипных отношений уже вызывают опасение и напряжение, готовят к противостоянию. Тем не менее, именно эти типы и оказывают информационное спонсорство для блока СуперЭго, и осознание этого позволяет с большим вниманием и доверием отнестись к этим типам. Они — наши настоящие учителя и примеры, достойные для перенимания опыта.

**Четвертый духовный принцип «В каждый миг умираешь и рождаешься вновь»** наилучшим образом прорабатывается на функциях детского блока — СуперИд — 5-я и 6-я функции («Ребенок»).

В восточных боевых искусствах мысли о смерти были ключевыми: «Не рассуждай! Направь мысль на путь, который ты предпочёл, и иди! Каждое утро думай о том, как надо умирать. Каждый вечер освежай свой ум мыслями о смерти. И пусть так будет всегда. Воспитывай свой разум. Когда твоя мысль постоянно будет вращаться около смерти, твой жизненный путь будет прям и прост. Твоя воля выполнит свой долг, твой щит превратится в стальной щит». «Бусидо — Путь воина — означает смерть. Когда для выбора имеется два пути, выбирай тот, который ведёт к смерти» [7].

Практически во всех религиозных течениях существует сюжет умирания и воскрешения. Исторически более поздние течения заимствуют их у своих предшественников, преобразуют, но тема бесконечного обновления никогда не исчезает. Если вспомнить народные и религиозные праздники, то во все времена люди отмечали приход весны, пробуждение природы от зимнего сна. Славяне (а затем христиане) водили хороводы, пекли блины, дарили друг другу символы возрождения — пасхальные яйца. Рождение и смерть обыгрывались в различных ритуалах. В христианстве смерть Иисуса Христа на кресте и его воскресение — основа всей веры. Розеншток-Хюсси (1888–1973, немецко-американский христианский мыслитель) утверждал, что «самой своей жизнью, состоявшей из постоянного умирания, и своей крестной смертью Христос показал, что **не может быть никаких ответов, данных раз и навсегда**. Поэтому Евангелие — это не био-графии, а танато-графии, и христианская культура основана не на жизни, а на смерти Иисуса Христа. Христос зримым образом пережил все ложные вечности, продемонстрировал умение предвосхищать свой неизбежный конец, а потому — необходимость **своевременно погребать все мертвое в себе**» [10].

Каждый день в церквах отслеживают так называемые «Часы», когда нужно поминать час взятия Христа под стражу, час водружения Его на крест, час смерти и воскрешения. То есть верующие каждый день напоминают себе о том, что главная духовная практика — рождение в каждый момент времени. В каждый момент вы — совершенно новорожденные.

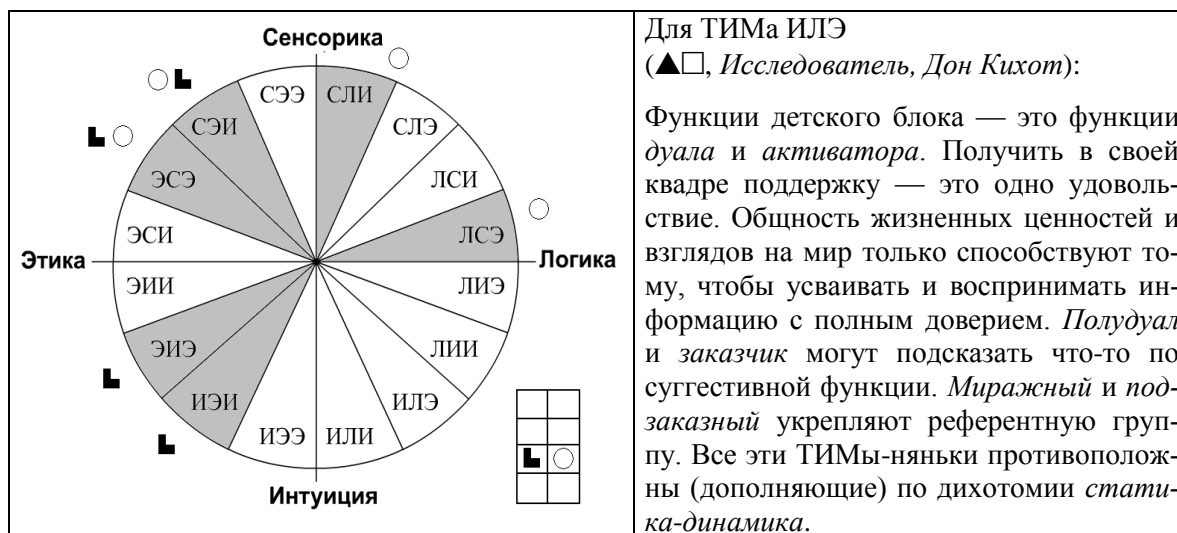
Все наши обиды, сожаления, раскаяния живут в прошлом. Сколько энергии душевной уходит на эти страдания о том, чего уже нет, но что продолжает мучить. С другой стороны, в будущем гнездятся все наши страхи, неуверенности, концы света... И туда уходит прорва эмоций (читай энергии). Два решета — прошлое и будущее, бездонных и ненасытных. Тот, кто живет и действует «здесь и сейчас», ничего не боится и ни о чем не сожалеет. Вся энергия остается при нем, душа полнится и спасается.

Если представить ось времени в виде стрелы — слева (прошлое) направо (будущее), а потом повернуть эту стрелу так, чтобы она превратилась в одну точку, тогда все мысли,



которые улетают в воспоминания, и все мысли о будущем — все мечты, превращаются в «здесь и теперь».

Вся энергия концентрируется в данном моменте. Трудно представить, что можно сотворить с такой мощной энергией. Нет ни чувства вины за прошлое, нет страха перед будущим — только ощущение силы и бесконечности возможностей. При таком потенциале можно горы свернуть. И это есть — настоящая жизнь. А если эту силу направить на освоение каких-то нужных навыков, изучение языков, обучение компьютерным программам, то произойдет накопление энергии в виде информации (знаний). Да, любое действие в таком состоянии — намного энергичнее, а чувства при этом ярче и насыщеннее. И все мелкое становится ненужным. Хочется только настоящего.



Находим утверждение этого духовного принципа и у Ницше («Так говорил Заратустра»): «Но скажите, братья мои, что может сделать ребенок, чего не мог бы даже лев? Почему хищный лев должен стать еще ребенком? Дитя есть невинность и забвение, новое начинание, игра, самокатящееся колесо, начальное движение, святое слово утверждения. Да, для игры созидания, братья мои, нужно святое слово утверждения: своей воли хочет теперь дух, свой мир находит потерявший мир».

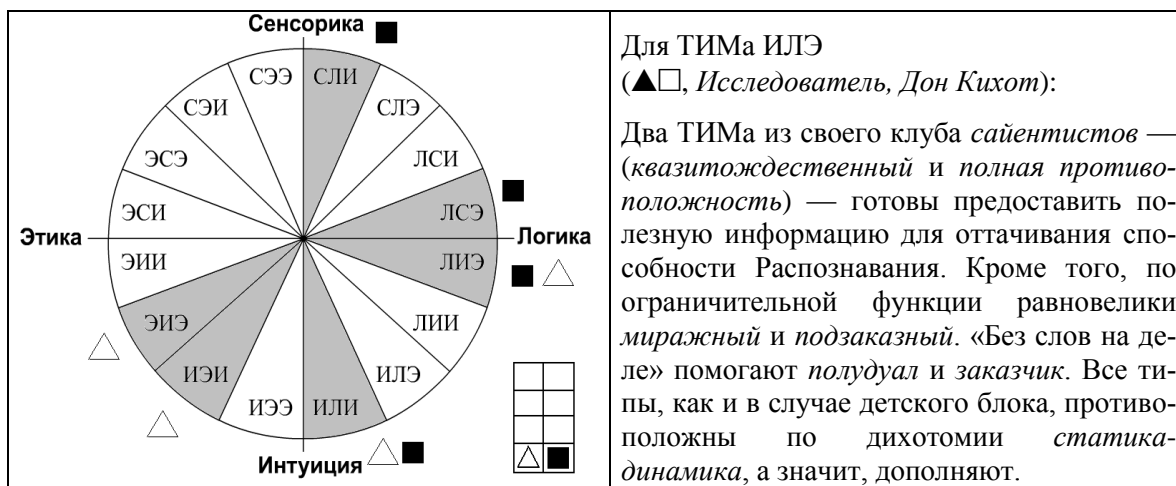
*«Дни волны рек, в минутном серебре.  
Песка пустыни в тающей игре.  
Живи сегодня, а вчера и завтра  
Не так важны в земном календаре»*  
О. Хайям [11].

Для выполнения такого принципа нужно научиться умирать для всего старого, отжившего, косного и тормозящего развитие.

Действительно, маломерные функции (5-я и 6-я) вынуждены опираться на чужое мнение. Доверие — главная их черта. И здесь призыв Христа «Будьте как дети» — основной. В каждый момент времени сознание человека должно быть свободным от установок и стереотипов, потому что жизнь никогда не повторяет в точности до деталей никакую ситуацию или событие («нельзя дважды войти в одну и ту же реку»). Попытка решать проблемы по шаблону приводит к хождению по кругу, без возможности вырваться за пределы и решить ее окончательно. Только свежий взгляд, новое «видение» проблемы, творческий игровой подход дает шанс принять нестандартное решение, способное разорвать порочный круг. Детский взгляд не помнит обид, не держит камня за пазухой. Что было вчера, забыто и вычеркнуто из памяти. Главное то — что «здесь и теперь», поэтому способность адаптации к внешнему миру максимальна и безошибочна. Это качество выходит на первый план в связи с катастрофическим ускорением технического прогресса и угрозой футуристического кол-

лапса, когда человеческое сознание не в состоянии перестраиваться в одном темпе с технологическими изменениями среды. Только режим «рождения в каждое мгновение» позволит сделать эти два процесса параллельными.

**Пятый принцип «Бдить в Распознавании»** — это дело блока Ид — 7-й и 8-й функций. Этот блок у Т. В. Прокофьевой назван блоком «самоуверенного подростка» [12].



Дихотомии «добро — зло», «плохо — хорошо», «годится — не годится», «свой — чужой», «полезно — вредно», и, конечно, «круто — не круто» — все эти и огромное количество других противоположностей надо распознать при входе во взрослую жизнь, отдифференцировать и разложить по полочкам. Главное слово духовной жизни — **Распознавание**. Когда должен ты, а когда должны тебе. Когда важнее истина, а когда — милость. Когда нужно действовать, а когда пребывать в недеянии. «Время собирать камни и время разбрасывать камни». Когда важнее искусство, а когда естественность. Что перед тобой — закономерное чудо, как результат пребывания в резонансе с информационным потоком, или просто мимолетная фантазия.

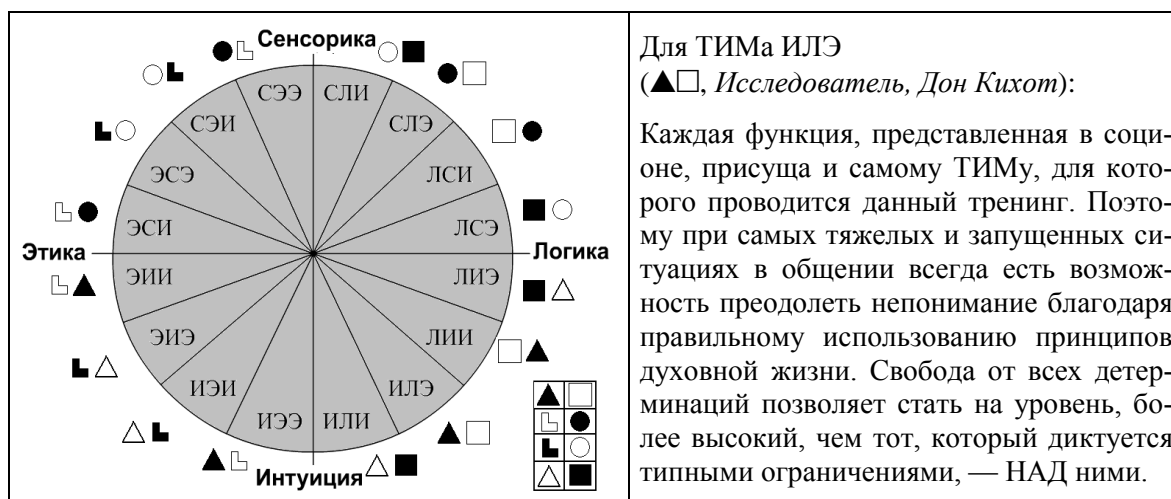
Осознание в витальном блоке затруднено, что и делает этот духовный принцип столь важным. 7-я ограничительная функция ставит рамки для ресурса по своему аспекту, а фоновая 8-я аккуратно осуществляет четырехмерное сообщение важной информации на осознаваемую болевую функцию дуала. И только правильность Распознавания гарантирует правильность дальнейшего действия.

**Шестой принцип «Свобода от всего (что мешает совершать правильное действие)»** выражается в словах Апостола: «Все мне можно, но не все полезно. Все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною». Именно свобода является для человека источником творческой энергии и счастья. Этот духовный принцип должен охватывать все 8 функций информационного метаболизма в целом.

По каждой функции нужно провести проверку на свободу: от условностей социума, от шаблонного мышления, от стереотипов и родительских привычек, усвоенных в детстве, от вредных автоматизмов... Бердяев учил, что нет ничего невозможного для свободного и творческого духа. «Именно в духе человек свободен, не чувствует зависимости не только от детерминации природной и социальной, но и от детерминации логического универсализма, т. е. от детерминации природного, социального и логического, родового бытия. Гегель знал, что свобода значит «быть у себя», а дух есть вечное возвращение к себе. ... Дух личен и раскрывается в личности, но он наполняет личность сверхличным содержанием» [13]. Но свобода и творчество возможны только при условии, что произведена работа по освобождению сознания от косности и клише, выставляющих свои ограничения. «Дух не характеризуется сознанием. Дух соединяет, сознание изолирует. ... Царство духа есть царство конфликта, предполагающего свободу. Дух имеет силу давать смысл. Дух экспансивен. ... Дух есть це-

лостный творческий акт человека. (Бытие — это остывшая свобода)» [13]. Только живое восприятие всей совокупностью чувства-ума-тела живой жизни без разделения на наблюдателя и наблюдаемое (по Джидду Кришнамурти) позволяет совершать неотлагаемое правильное действие [1].

Именно такое действие позволяет создавать что-то по-настоящему новое. Такое действие ведет к настоящему решению проблемы без порождения новых, зачастую еще более тяжелых проблем, как это часто бывает при неоптимальном решении. Если каждое действие человека будет совершаться в таком свободном режиме, то происходит внутренняя революция, в результате которой возможен выход на новый уровень постижения действительности.



Жизнь становится качественно новой — окрашивается более сочными красками, начинает звучать большим числом тембров и оттенков, появляется осмысленность каждого проживаемого мгновения. Это и есть работа предлагаемых Принципов Духовной жизни (ВУЦЕРПС) в действии.

Почти в каждом описании принципов звучало понятие энергии, которая теряется при неправильном подходе и начинает сохраняться, как только действия становятся правильными. Действительно, совершенно примитивным, почти материалистическим образом переход на духовные принципы в мировосприятии и проживании повышает жизненный тонус, убирает психосоматические заболевания, возвращает радость и вкус жизни. Жизненный потенциал (к сожалению, мы еще не располагаем инструментом для его измерения) в значительной степени восполняется и даже начинает расти. Дополнительным выводом может стать утверждение, что жизнь по духовным принципам выгодна как энергетически, так и экономически.

## Выводы

1. В работе представлены принципы духовной жизни (психотренинг, ВУЦЕРПС), которые могут стать антитезой соционике, а именно послужить в качестве инструмента синтеза в противовес аналитическому делению на типы, квадры, дихотомии, малые группы.
2. Предлагаемые принципы могут быть проведены в жизнь через модель А, позволяющую работать с функциями информационного метаболизма как по отдельности, так и в наборах: акцептный блок, продуктивный блок, уровни Эго, СуперЭго и т. д.
3. Разработанная методика саморегуляции может быть рекомендована также для работы в консультативных центрах. Консультант может осуществлять помощь нуждающимся в психокоррекции по предлагаемой методике с целью освоения ими принципов духовной жизни (ВУЦЕРПС).

## Приложение. Немного о технике безопасности в соционике

«Врачу — исцели себя,

*соционику — сначала стань счастливым сам,  
потом типировуй и консультируй»*

Соционика описывает механизмы получения и передачи информации и претендует на статус средства, делающего людей более счастливыми (а иначе зачем?). Это важно понимать: средство, а не цель, не религия, не смысл жизни.

Как у всякого средства, у соционики должны быть обоснованы условия применения (таких описаний уже много), но не менее важны для эффективного ее использования — это меры предосторожности, техника безопасности и профилактика побочного действия. А побочное действие многие наблюдают. Так, Горенко и Толстиков отмечают опасность шовинизма типного или квадрального, а также предупреждают, что «соционика никого не делает лучше или хуже, она усиливает все человеческие качества: сильного делает сильнее, а слабого — слабее, подленького — рафинированным подлецом и т. д.». Приведем некоторые примеры побочных эффектов. Многие, изучив соционические функции, начинают играть в игру «Деревянная нога» по Э. Берну: «Что вы хотите от человека с деревянной ногой», например: «Я не виноват, что у меня этика отношений — одномерная функция!». Такое оправдание, может быть, и объясняет определенные недостатки поведения, но уж явно не ведет к их устранению, а значит, тормозит в развитии, культивируя беспардонность. Иногда намеренно начинают использовать знания соционики для манипулирования на социуме или для устранения конкурентов, которые для чего-то посланы судьбой и могут быть полезны с точки зрения роста. «Сильный противник стимулирует развитие и продвижение по Пути».

Другая крайность: некоторые замыкаются на идее самосовершенствования, руководствуясь, вероятно, девизом «Спаси себя, и вокруг тебя спасутся многие». Они бесконечно изучают свои функции и их возможности, прячась в раковину самоанализа, делают это смыслом жизни и уходят от жизни как таковой (Е. Шепетько). Это ограниченность точкой самосознания («нуль-перехода») бесконечно обедняет жизнь и культивирует страх перед внешним миром, от которого соционика, собственно, и должна излечивать, давая ключи к пониманию (и принятию) этого мира. Это не единственный страх, который отдаляет нас от счастья. Есть еще страх самого себя («я не такой, как все» или «я такой, как все»), страх бесконечного, страх конечного (болезни и смерти), страх несвободы и страх свободы и много-много других. Нельзя допустить, чтобы соционика добавляла к уже существующим новые страхи и приводила к усилению страха перед жизнью. Страх *конфликтеров* и ревизоров, страх или презрение ценностей другой квадры, страх перед слишком активными *экстравертами* или перед непонятными *интровертами*. Многие рекомендации социоников сводятся к фатальному совету «дистанцироваться», значит, избегать и отдаляться. Это увеличивает и без того развитое сейчас одиночество в толпе, загоняя в экзистенциализм с его принципиальной невозможностью понять друг друга.

Делаем вывод: главная опасность в соционике — это увлечение принципом «разделяй и властвуй». Конечно, без анализа (разделения, расчленения, противопоставления) не обойтись, но увеличение знания, понимание механизмов информационного метаболизма, перегрузка сознания схемами, моделями, функциями, структурами и техниками ведет к дисбалансу («во многих знаниях многие печали»). Происходит смещение и перекося по оси Истина — Милость в сторону интеллектуальной сферы в ущерб **целостности и чувству единства с окружающим миром**, а значит, в ущерб духовности. Чтобы не терять полноты восприятия, нужно сознательно культивировать в себе состояние **влюбленности в жизнь**, понимание, что она все равно сложнее и богаче нашего о ней знания. Чем больше знания, тем больше любви! Особенно это касается логиков, для которых всегда «истина важнее» друга. Итак: правило техники безопасности — это ощущение **Великой тайны бытия** и удерживание себя в состоянии **Любви**, которая одна способна преодолевать все и всяческие границы и разделы («тот, кто любит своего врага, — непобедим»). Как? — на этот вопрос каждый ищет свои ответы. Религия, медитации, искусство, музыка, природа, общение — выбор есть. Глаза любимых и любимых домашних животных, маленькие дети с их непосредственностью, рифма, пришедшая из ниоткуда, луч солнца, прорвавшийся в трещину между небо-

скребками, смешной оборот речи, услышанный в транспорте... Умение по крохам собирать сущее — наилучший из способов коллекционирования. У Лао Цзы это называется чистотой созерцания, которая позволяет проникать в глубинную суть вещей. Все это капитал, вернее, золотое обеспечение денежных (бумажных) знаков под названием знания. Без этого обеспечения наступает инфляция, девиз которой «горе от ума».

*«Тот, кто следует Пути, ничего не копит  
и ничему не придает собственного значения.  
Совершенномудрый ... не следует известным учениям.  
Он учится только у жизни,  
Поэтому в действиях не оригинален.»*  
(Лао Цзы) [14].

Кстати, дуалы здесь играют не последнюю роль. Хотя сейчас уже подвергается сомнению и величайшее счастье дуализации. Например, В. Гуленко для успешного дуального общения указывает на выполнение трех дополнительных условий, а иначе и дуал не спасет. Дуэт авторов (Ю. Симонов, А. Немировский) на конференции в Киеве в 2002 г. утверждал, что секс с дуалом хуже, чем с любым другим партнером (интересно узнать, какая у них накоплена статистика?). Е. Шепетько также записывает в миф все, что утверждалось ранее о дуальных отношениях. Но мы не согласны с таким развитием темы дуализации. «Роскошь человеческого общения», особенно комфортного общения дает прекрасную возможность ощутить себя во Вселенной и Вселенную в себе по принципу Дао. Гармония Инь-Ян в душе, свой собственный баланс материи и духа, чувство совмещения центра себя с центром Мира — великолепная гарантия от любых побочных эффектов (в том числе от побочных эффектов при погружении в соционику).

#### Л и т е р а т у р а :

1. Кришнамурти Д. Вне насилия. — М.: Разум, 1997. — <http://azfor.narod.ru/duhovn/krish-kr.htm>.
2. Петр (Мещеринов), игумен. Киевская Русь. Основы веры. О Святом Духе. — <http://kiev-orthodox.org/site/faithbasis/1546/>.
3. Пархоменко К. О молитве. — СПб.: Нева, Олма. — [http://azbyka.ru/parkhomenko/5gl1\\_28-all.shtml](http://azbyka.ru/parkhomenko/5gl1_28-all.shtml).
4. Идрис Шах. Путь суфиев. — М.: Единство, 1993. — 268 с.
5. Мень А. и пр. Азбука веры. Чем отличаются религии? — <http://azbyka.ru/religii/>.
6. Синьков С. Школа Адекватности. Страдание-блаженство. — [www.sinkov.ru/ponimanie/stradanie-blagenstvo.htm](http://www.sinkov.ru/ponimanie/stradanie-blagenstvo.htm).
7. Путь воина. — <http://www.sunhome.ru/journal/1895/p7>.
8. Иванов А. Христианин в современном мире. — [http://www.reshma.nov.ru/alm/pr\\_sov/hrist\\_sovr\\_mir.htm](http://www.reshma.nov.ru/alm/pr_sov/hrist_sovr_mir.htm).
9. Киплинг Р. Маугли. — М.: Эксмо, 1994.
10. Розеншток-Хюсси (Rosenstock-Huussy). — <http://culture.niv.ru/doc/culture/encyclopedia-xx-vek/443.htm>.
11. Омар Хайам. — <http://biblioteka.org.ua/book.php?id=1120000624&p=31>.
12. Прокофьева Т. Развитие личности по теории Э. Эриксона и по модели А. — <http://www.socionics.ru/ericson.htm>
13. Бердяев Н.А. Дух и реальность. Основы богочеловеческой духовности. — М.: Хранитель, 2007. — 382 с.
14. Соловьёва М. Завет пути Силы. — М.: Амрита-Русь, 2003. — 112 с.

Статья поступила в редакцию 31.10.2008 г.