

# ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЫ

А.В. Рудых

DOI: 10.7256/1999-2793.2014.4.9181

## ПРЕОДОЛЕНИЕ СТРАХА САМОАКТУАЛИЗАЦИИ: ПОСТУПЕНЧАТАЯ МЕТОДИКА УТВЕРЖДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ЦЕННОСТЯХ БЫТИЯ

**Аннотация.** В статье рассматривается страх самоактуализации, как основное препятствие в личностном росте человека и принятии им общечеловеческих ценностей. С целью разработки эффективного метода преодоления страха самоактуализации этот феномен рассматривается с диалектических позиций дефицитарной и экзистенциальной культурных ментальностей. На основе анализа разработанной автором феноменологической модели сознания индивида приводится поступенчатый анализ методики преодоления страха. Раскрыты роль и возможности личностной инновации, духовного кризиса и страха-благоговения в развитии личности человека и его утверждению в ценностях Бытия. Обосновано, что усиленный состоянием духовного кризиса экзистенциальный страх принимает свою наивысшую форму — страх-благоговение, который пересиливает страх самоактуализации, и индивид оказывается открытым для подлинной личностной инновации. В этом случае любой дефицитарный страх становится для человека картой, которая может рассказать, какие ценности должны подвергнуться переработке, чтобы раз и навсегда перестать бояться. Данная статья будет интересна не только философам и психологам, но и всем тем, кто интересуется проблемами человеческого бытия.

**Ключевые слова:** философия, культура, психология, ценности, самоактуализация, страх, экзистенциальный, дефицитарный, миф, инновация.

Современное общество разрываемо тысячей противоречий. То, что раньше казалось незыблемой истиной, сегодня подвергается «развенчанию» и даже осмеянию. Поколение отцов не находит общего языка с поколением сыновей. Ученые в разных областях гуманитарных наук пытаются найти и исследовать те причины, по которым социум XXI века находится на грани саморазрушения. Мы нашли одну из этих причин — это страх самоактуализации, исследование которого отражено в нашей прошлой работе<sup>1</sup>. В данной статье мы приводим описание поступенчатого метода преодоления этого типа страха, поскольку именно его преодоление позволит незыблемым

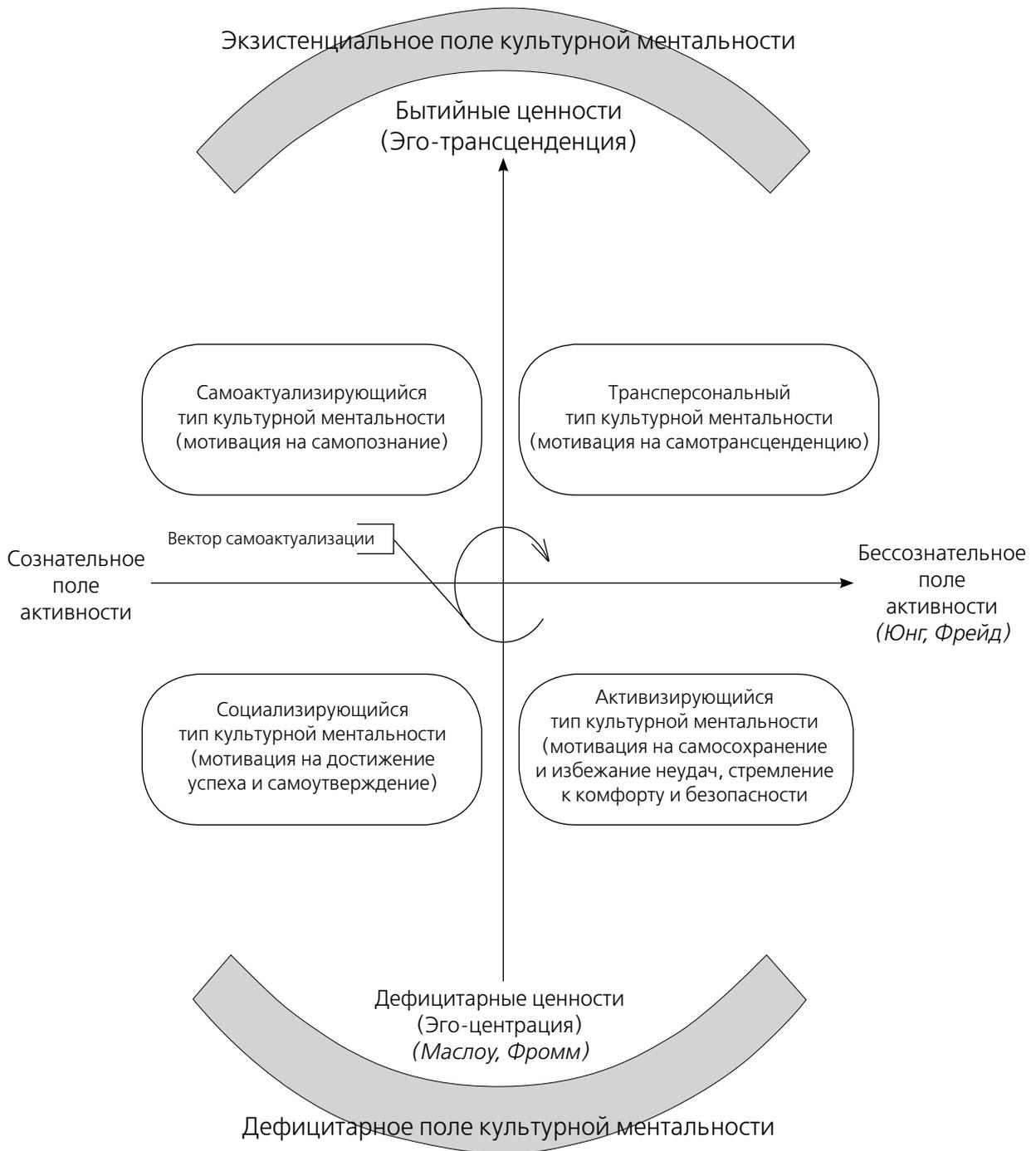
ценностям человеческого общества передаваться и дальше в сохранности от поколения к поколению, поддерживая дух современного общества в состоянии гармонии и моральной устойчивости.

Чтобы разработать эффективный метод преодоления страха самоактуализации, нам представляется необходимым рассмотреть его с диалектических позиций дефицитарной и экзистенциальной культурных ментальностей. Оттолкнемся в данном случае от идей В. Н. Мясищева, считавшего, что «психотерапия <...> заключается <...> в изменении личности в смысле переделки ее отношений»<sup>2</sup>. Отношения ко всему: к самой себе, к окружающим, к своим проблемам и к окружающей действительности.

<sup>1</sup> Рудых А.В. Страх самоактуализации как социокультурный фактор разлада механизма преемственности ценностей // Психология и психотехника. 2011. № 9 (36). С. 35–49.

<sup>2</sup> Мясищев В.Н. Психология отношений. М.: МПСИ; Воронеж: НПО МОДЭК, 2003. С. 66.

*Статья подготовлена при поддержке гранта РГНФ (проект № 11-33-00111/13 «Междисциплинарное исследование социокультурных механизмов преемственности ценностей»).*



**Схема 1.** Феноменологическая модель сознания индивида

Иными словами, чтобы понять возможности позитивных изменений существующего дефицитарного видения действительности, мы обратимся к анализу трансперсонального (или мифологиче-

ского) типа культурной ментальности, в частности такой его составляющей, как *миф*. Поскольку именно посредством мифа реальность предстает перед индивидом во всей своей сакральности.

## Трансперсональный тип культурной ментальности

Бытийный тип культурной ментальности, согласно смоделированной нами схеме, отражающую ценностное соотношение различных областей в сознании индивида (См.: Схема 1), делится на два подтипа: экзистенциальный (самоактуализирующийся) и трансперсональный (мифологический)<sup>3</sup>. Если экзистенциальный тип культурной ментальности составляет стремление к подлинным бытийным ценностям, стремление увидеть мир в его изначальной сакральности, то трансперсональный тип культурной ментальности характеризуется достижением и воплощением этих ценностей. Если экзистенциальная ментальность — это процесс самоактуализации, то трансперсональная — это собственно и есть актуализированная бытийность в жизнедеятельности человека.

Чтобы более четко разграничить обозначенные нами типы бытийной ментальности, отметим, что экзистенциальный тип культурной ментальности, отмеченный стремлением человека к поиску нравственных оснований своего бытия, характеризуется постоянным противостоянием двух начал в психике индивида — дефицитарного и бытийного, между которыми он должен осуществлять постоянный осознанный выбор.

Путь духовного возрождения человека в свете экзистенциальной интерпретации характеризуют постоянным выбором между его первичными потребностями и высшими ценностями. Н.А. Хренов называет это состояние «эффектом двойничества»<sup>4</sup>, которое отражает противоборство стремления к самоактуализации и стремления к удовлетворению дефицитарных потребностей.

Подобная ценностная дихотомия вовсе не характерна для трансперсонального типа культурной ментальности, для которой более естественно ценностное единство в духе «инь-янь». Отсюда можно понять важную особенность индивида с данным типом ментальности: равное отношение к категориям добра и зла, поскольку данные категории он рассматривает с позиции бытийности, а не дефицитарной выгоды.

Обратимся теперь к понятию мифа. На данный момент создано множество теорий, пытающихся объяснить явление мифа как культурного и даже психического феномена в жизни человека. Сегодня можно критически относиться к тем или иным положениям отдельных теорий, рассматривающих мифологическую ментальность с точки зрения трансформации либидо З. Фрейда, дологических структур сознания Л. Леви-Брюля, бессознательного автоматизма Ф. Боаса, сенсомоторной основы интеллекта Ж. Пиаже, категорий архетипов К.Г. Юнга, коллективно-бессознательных ментальных структур К. Леви-Стросса, архетипов коллективной памяти М. Элиаде, пререфлексивного сознания М. Мерло-Понти и др., однако важно отметить, что авторы всех перечисленных теорий мифа, за исключением К.Г. Юнга, помимо единого рассматривания мифа как продукта коллективного воображения и эмоционального мышления, указывают на первостепенную роль подсознания в так называемой первобытной ментальности человека.

На наш взгляд, позиций данных теорий недостаточно для того, чтобы понять мифологический тип культурной ментальности. В контексте нашего исследования мы постараемся рассмотреть миф не как плод человеческого воображения, а как *аутентичное бытие*, особую форму мышления и восприятия окружающего мира.

Для этого мы подошли к рассмотрению феномена мифа с позиции феноменологического подхода К. Роджерса, концепции диалектических оснований культурной реальности А.Ф. Лосева, теорий архетипов психической мифореальности К.Г. Юнга, М. Элиаде, К. Леви-Стросса, а также фундаментальных положений относительно изучения мифа в теориях С.Н. Трубецкого, М. Хайдеггера, К. Хюбнера, М.К. Мамардашвили, В.В. Мантатова. Миф, рассматриваемый через призму положений их трудов, представляется как наивысшая ступень осознания реальности такой, какая она есть: «С точки зрения самого мифического сознания ни в коем случае нельзя сказать, что миф есть фикция или игра фантазии. <...> Это не выдумка, но наиболее яркая и самая подлинная действительность. <...> Миф — необходимейшая, прямо нужно сказать, трансцендентально-необходимая категория мысли и жизни; и в нем нет ровно ничего случайного, ненужного, произвольно, выдуманного или фантастического»<sup>5</sup>.

<sup>3</sup> Рудых А.В. Страх самоактуализации как социокультурный фактор разлада механизма преемственности ценностей // Психология и психотехника. 2011. № 9 (36). С. 35–49.

<sup>4</sup> Хренов Н.А. Социальная психология искусства: переходная эпоха. М.: Альфа-М, 2005. С. 374.

<sup>5</sup> Лосев А.Ф. Философия. Мифология. Культура. М.: Политиздат, 1991. С. 24.

Называя миф самой жизнью в ее бытийно-ценностном естестве, А.Ф. Лосев говорит об основном признаке мифологического типа культурной ментальности — восприятию окружающей действительности в единстве ее образов, подлинных смыслов и форм, что предстает в качестве целостной картины мира. По сути, в доводах А.Ф. Лосева можно увидеть доказательное утверждение, что в основе любой системы взглядов, когда-либо возникшей, лежит мифологическая картина мира.

Таким образом, различные типы мировоззрений и, соответственно, различные школы философской мысли, течения в психологии и социологии возникают только на основании факта *принятия* или *непринятия* определенных элементов мифологической (*сакральной*) картины действительности, принятия или непринятия *ценностей бытия*. Мы можем наблюдать тот факт, что мифологическая картина действительности (и аналогичный тип ментальности) свойственна всем индивидам, однако одни принимают ее в ее целостности, другие же в связи со сменой тождественности и концентрацией вокруг иного центра-ценности пытаются забыть о ней, бороться с ней, исключить ее из ценностного поля своей видимости.

В возвращении к истокам человеческого развития, когда коллективное бессознательное совсем не было бессознательным и посредством мифологического восприятия определяло быт и смысл жизни человека, К.Г. Юнг видел метод возрождения современного человека: «Я подумал о своем приятеле, индейце пуэблос: он видел, что смысл его существования в том, чтобы каждый день помогать отцу — Солнцу совершать свой путь по небу. Я не мог избавиться от чувства зависти к нему — ведь его жизнь была полна смысла, а я все еще без всякой надежды искал свой собственный миф»<sup>6</sup>.

Различные авторы уже описывали то, что мы пытаемся описать как мифологический тип культурной ментальности, в несколько иных понятиях. Так, П. Сорокин в начале XX в. писал: «Самая насущная потребность нашего времени — это человек, способный контролировать себя и свои желания, с сочувствием относящийся к своим ближним, понимающий и ищущий вечные ценности культуры и общества, глубоко осознающий свою личную ответственность в мире. Этот контроль невозможен без системы абсолютных, универсальных или непрехо-

дящих ценностей, а такие ценности несовместимы с чувственной ментальностью и культурой, которые по своей природе относительно, утилитарны, гедонистичны и всего лишь целесообразны»<sup>7</sup>.

А. Маслоу считал это состояние вершиной самоактуализации, которую он описывал в категориях самотрансценденции, т. е. выходы за пределы ограниченности своего Я<sup>8</sup>. Э. Фромм попытался описать этот тип ментальности через введение в свою теорию категории «Новый Человек»<sup>9</sup>. А. Г. Олпорт говорил о конечной стадии личностного развития человека в категориях «осознающей личности» (*self as knower*), или «субъективной, зрелой личности», которая отмечается тем, что индивид, думая о себе, отождествляет себя не со своим именем, одеждой, статусом или достижениями, а лишь с самим собой — с этим размышляющим «Я»<sup>10</sup>. По его мнению, зрелый человек благодаря своим качествам (в число которых он включает сострадание, принятие себя, совесть и др.) видит объекты, людей и ситуации такими, какие они есть в своем естестве.

Итак, «возвращение» индивида к трансперсональной культурной ментальности означает ценностное *перерождение, обновление* человека, осуществляемое посредством самоактуализации.

### **Подлинная и ложная самоактуализация**

А. Маслоу всегда считал, что рост в иерархии потребностей, или это самое «перерождение», возможен лишь потому, что высшие ценности гораздо «вкусней» на вкус, чем низшие, которые, к тому же, краткосрочны и быстро надоедают, требуя постоянной новизны формы и ощущений. Можно сказать, что высшие ценности кажутся гораздо «вкуснее» именно в силу конституциональной мифологичности ценностной природы личности человека, и лишь состояние «вкусовой дефицитарной болезни» способно притупить чувства

<sup>6</sup> Юнг К.Г., Фуко М. Матрица безумия. М.: Алгоритм, Эксмо, 2007. С. 42.

<sup>7</sup> Сорокин П.А. Социальная и культурная динамика: Исследование изменений в больших системах искусства, истины, этики, права и общественных отношений. СПб.: РХГИ, 2000. С. 727.

<sup>8</sup> Маслоу А. По направлению к психологии бытия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002.

<sup>9</sup> Фромм Э. Человек для себя. Иметь или быть? Мн.: В.П. Ильин, 1997. С. 366–368.

<sup>10</sup> Олпорт Г. Становление личности: Избранные труды. М.: Смысл, 2002. С. 337.

человека до такой степени, что он не способен ощутить счастье бескорыстной любви или жертвенного сострадания.

Однако необходимо учесть несколько важных моментов относительно самоактуализации.

**Во-первых**, рассматривая пик-переживания как высшие ощущения самоактуализирующейся личности, важно не забывать о том, что именно (развитие каких процессов) привело человека к данным пик-переживаниям. С одной стороны, это может быть реализация высокого духовного смысла (В. Франкл), с другой, эти переживания вполне могут быть вызваны употреблением галлюциногенов типа ЛСД (С. Гроф, Ф. Зимбардо и др.).

Переживание внешне в обоих случаях можно идентифицировать как пик-переживание, однако не оставляет сомнений тот факт, что по своему качеству эти оба переживания будут совершенно различными, поскольку в одном случае его источником была духовная самореализация (что говорит о долгой внутренней работе индивида над самим собой, своими качествами), в другом — действие психоделиков, что больше походит на искусственную имитацию духовного совершенства в целях быстрого достижения конечного эффекта.

Можно ли назвать наркомана, находящегося под опьяняющим действием галлюциногена и испытывающего «экстаз», духовно развитым человеком, пусть он и воображает себя существом вселюбящим и всестрадающим? В действительности, его «самореализация» закончится тогда, когда наркотическое вещество перестанет воздействовать на его сознание. Именно в контексте этого замечания В. Франкл делает ремарку, что *подлинный смысл жизни* должен быть именно *найден* (иными словами, *раскрыт*), а не *выдуман* под влиянием эффектов массовой киноиндустрии, экзистенциального вакуума или ЛСД: «В таком состоянии возникает опасность, что человек пройдет мимо истинного смысла, мимо подлинных задач реального мира и замкнется на собственных, чисто субъективных смысловых переживаниях»<sup>11</sup>.

Еще раз отметим, что если мифологический тип ментальности представляет собой реальную ступень высшей степени духовного развития индивида, то эта ступень должна быть именно *достигнута* посредством четко определенного метода. Человек должен *раскрыть* свое сострадание,

свою любовь, свою честность, а не *имитировать* сострадание или любовь в соответствии со своими узкими представлениями о них.

**Во-вторых**, в процессе самоактуализации важную роль играет отнюдь не внешняя активность или деятельность индивида, а его внутреннее состояние. Иными словами, первостепенное значение имеет смысл — *ради чего* человек занялся тем или иным видом деятельности.

Именно поэтому А. Маслоу отмечал: «Хотя, в принципе, самоактуализация легка, на практике она случается редко (по моим подсчетам, самоактуализируется меньше 1% взрослого населения)»<sup>12</sup>. Настоящая самоактуализация, а не ее дешевая имитация, достаточно сложна для индивида с дефицитным типом ментальности.

Исходя из описанного, мы можем выделить два типа самоактуализации: *ложную*, или теоретическую, и *подлинную*, представляющую собой процесс из определенных стадий.

На наш взгляд, сущность процесса подлинной самоактуализации, или регуляции психических состояний посредством осуществления в своей жизни высшего духовного смысла<sup>13</sup>, заключается в *практической* смене низшего типа культурной ментальности высшим.

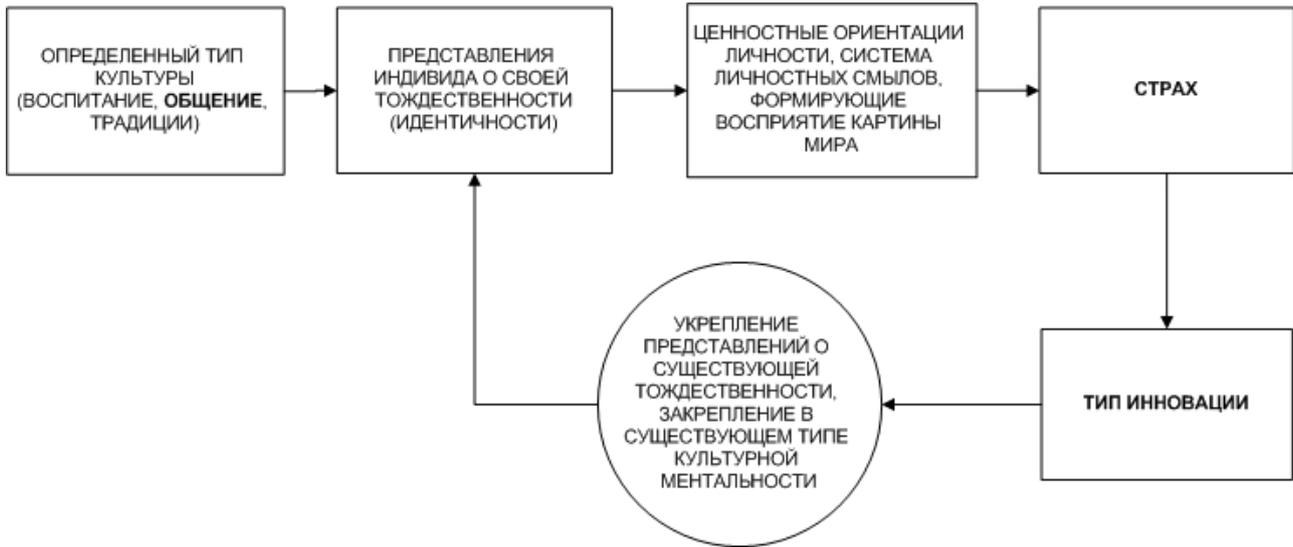
Теоретического понимания реальности ценностей бытия и теоретической (ложной) самоактуализации недостаточно для того, чтобы избавиться от дефицитных страхов. Об этом говорят и современные исследования. К примеру, С. Линдсей в своих кросс-культурных исследованиях пришел к выводу, что для того чтобы добиться существенных преобразований в материальной действительности, в том числе и в преодолении определенных психологических барьеров, необходимо «изменить состояние ума», сформировать определенную «ментальную модель»<sup>14</sup>. В этом же, что интересно, по мнению А. Адлера, заключается основная функция терапевта при помощи пациенту: помочь ему

<sup>12</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология. К. Роджерс, А. Маслоу и Р. Мэй. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. С. 130.

<sup>13</sup> См.: Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. М.: ИП РАН, 2009. 352 с.

<sup>14</sup> Линдсей С. Культура, ментальные модели и ноуменальное процветание // Культура имеет значение. Каким образом ценности способствуют общественному прогрессу. М.: Московская школа политических исследований, 2002. С. 288.

<sup>11</sup> Франкл В.Э. Психотерапия на практике. СПб.: Речь, 2001. С. 276.



**Схема 2.** Функционирование страха в системе элементов, составляющих ментальность личности

изменить мировоззрение, порождающее в его сознании различные неврозы и страхи<sup>15</sup>.

В контексте описания процесса смены одного типа ментальности другим стоит отметить, что этот процесс не ограничен рамками времени или возраста человека, поскольку, согласно Б. Г. Ананьеву, психологическая перестройка личности может происходить на протяжении всего жизненного пути индивида<sup>16</sup>.

### Инновационный потенциал личности

Представим теперь наглядно процесс работы со страхом в виде схемы (См.: Схема 2).

Первые три блока в данной схеме отражают формирование определенного мировоззрения (ментальности) индивида — дефицитарного или экзистенциального. Мировоззренческие установки влияют на доминанту того или иного типа страха в сознании индивида. Поскольку само по себе переживание страха, какого бы он типа ни был, является кризисной, критической, стрессовой ситуацией, индивид, чтобы выйти из данного состояния, подсознательно обращается к своему *инновационному потенциалу*. Инновационный потенциал личности

является одним из важнейших пунктов нашей схемы, поскольку именно направление, в котором он будет задействован, позволит говорить о возможностях преодоления возникшего ощущения страха.

Мы склонны предположить, что теоретическое представление о ценностях бытия, возможно, даже теоретическое принятие необходимости самоактуализации, *без практического применения* в жизни ввиду отождествления индивида со своим ложным образом, приводят лишь к усилению страха самоактуализации и укреплению в ложных представлениях о самом себе и своей жизни. К. Г. Юнг в этом случае утверждал, что «нельзя достичь просветления, воображая светлые персонажи, но отстаивая темноту сознания»<sup>17</sup>, а Б. С. Братусь полагал, что личностные смыслы только тогда влияют на личность и ее образ жизни, когда из разряда нравственных постулатов перерастают в реальный опыт, становятся личным отношением человека к миру<sup>18</sup>.

Иными словами, любая теоретическая самоактуализация должна сопровождаться реализацией ее на практике. К. Г. Юнг отметил: «...приближение к непостижимому — это реальная терапия. Поскольку вы достигаете *опытов* непостижимого, постоль-

<sup>15</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Аналитическая и индивидуальная психология. Карл Юнг и Альфред Адлер. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. С. 105.

<sup>16</sup> См.: Ананьев Б. Г. Избранные труды по психологии. СПб.: СПбГУ, 2007. Т. 2: Развитие и воспитание личности. 549 с.

<sup>17</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Аналитическая и индивидуальная психология. Карл Юнг и Альфред Адлер. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. С. 49.

<sup>18</sup> Братусь Б. С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. С. 126.

ку освобождаетесь от проклятия патологии»<sup>19</sup>. То есть уровни обороны дефицитарного страха слабеют ровно настолько, насколько человек практически реализует свои пока еще теоретические представления о подлинном бытии человека и его поведении.

Именно поэтому в настоящий момент мы обращаемся к категории **инновационного потенциала личности** как одной из ключевых в экзистенциальной терапии страха (в дальнейшем — ИПЛ).

Сегодня уже никто не сомневается в том, что двигателем любого общества является его инновационная деятельность, которая непременно генерируется инновационным потенциалом общества в целом и личности в частности.

В настоящее время в психологической науке можно встретить два взгляда на явление инновации. С одной стороны, инновацию определяют как «нечто новое, созданную реальность, сущность и содержание которой не соответствует традициям»<sup>20</sup>, как «нововведение в человеческую жизнедеятельность, направленное на повышение его эффективности»<sup>21</sup>. С другой стороны, с момента выделения социальной психологии в отдельную отрасль психологии, социальные психологи стали рассматривать инновацию как «процесс влияния меньшинства на большинство»<sup>22</sup>. Таким образом, можно выделить две составляющие понятия «инновация»:

- способность создать нечто новое, уйдя от стереотипного влияния большинства;
- способность продвинуть это «новое» в массы и повлиять на умы большинства, сделав нововведение достоянием общества и частью личных представлений большинства.

На наш взгляд, взаимосвязь между типом культурной ментальности и ИПЛ очевидна: если человеком овладевает страх самоактуализации и связанных с ним необходимостью рисковать, ломать стереотипы, отказываться от дефицитарных

взглядов и позиций, с готовностью открываясь новому экзистенциальному опыту, брать ответственность за свои решения, терпеть неудачи, совершать порой эмоционально тяжелый выбор, — его инновационный потенциал блокируется, а человек становится заложником потребности в безопасности и защите.

Иными словами, каждый раз, затрагивая вопрос об инновационном потенциале личности, мы должны исходить из той посылки, что поле инновационной активности индивида может проявляться посредством реализации двух путей:

- 1) *менять себя* (внутренняя инновация);
- 2) *менять окружающий мир* (внешняя инновация).

Выбор индивида обусловлен типом его культурной ментальности и ценностными ориентациями: бытийный тип ментальности генерирует процесс внутренней инновации, дефицитарный — внешней. Наше предположение заключается в том, что между ценностными ориентациями индивида и его инновационным потенциалом посредником выступает страх. В зависимости от того, какой тип страха преобладает в индивидуальном сознании индивида, один вид инновационной активности блокируется, тогда как другой получает пространство для реализации.

На наш взгляд, современная литература, в т. ч. психологическая, изобилует описаниями инновационного потенциала с позиции прикладных исследований в области преобразования окружающей действительности, тогда как нет практически ни одного психологического исследования, рассматривавшего инновационный потенциал с позиции изменения человеком самого себя, своей личности.

В своем кросс-культурном исследовании психолог Д. Ландес отмечает: «Когда люди видят, что дела идут из рук вон плохо, они склонны задавать себе один из двух вопросов. “Что мы делаем не так?” — таков первый путь. “Кто виноват в наших несчастьях?” — таков путь второй. Из второго сценария рождаются теории заговора и, в конечном счете, паранойя. А первый вопрос ведет к совершенно иной модели мышления: “Каким образом мы можем исправить ситуацию?”»<sup>23</sup>.

Ученый в данном случае указывает, что внутренний путь, путь ценностной переориентации,

<sup>19</sup> Цит. по: Фрейдджер Р., Фейдимен Д. Аналитическая и индивидуальная психология. Карл Юнг и Альфред Адлер. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. С. 58.

<sup>20</sup> Лебедева Н.М., Татарко А.Н. Ценности культуры и развитие общества. М.: Изд. дом ГУ Высшая школа экономики, 2007.

<sup>21</sup> Шакуров Р.Х. Инновации и психологическая перестройка личности. Казань: КГТУ, 2009. С. 11.

<sup>22</sup> Кордуэлл М. Психология А-Я: Словарь-справочник. М.: Гранд; Фаир-Пресс, 2002. С. 120.

<sup>23</sup> Ландес Д. Культура объясняет почти все // Культура имеет значение. Каким образом ценности способствуют общественному прогрессу. М.: Московская школа политических исследований, 2002. С. 44.

является наиболее прогрессивным и конструктивным, поскольку этот путь, хоть он и достаточно долгий и более трудный, позволяет увидеть и устранить подлинную причину проблемы, а не ее следствия.

Именно поэтому в своем делении инновационного потенциала на внешний и внутренний мы исходим из **концепции личностной инновации**, описанной А.Д. Карнышевым<sup>24</sup>. Именно личностная инновация является, на наш взгляд, практической реализацией ценностей самоактуализации в жизни индивида — другими словами, *личностная инновация представляет собой рабочий инструмент процесса самоактуализации*, благодаря которой становится возможным практическое преодоление индивидом своих дефицитарных страхов.

Образно представим процесс личностной инновации в виде организации уборки мусора: внешний путь инновации побуждает строить мусороочистительные учреждения и приборы, создавать новые технологии уборки мусора, внутренний же путь инновации заключается в воспитании качества не мусорить или убирать за собой мусор.

На наш взгляд, индивид, направляя свою инновационную активность по реализации внешнего пути, словно пытается погасить в себе бессознательное стремление к внутренней инновационной активности, которое он, в силу отсутствия знания и правильного понимания природы собственной личности, не может удовлетворить.

Следствием такой переориентации становятся многочисленные новации в социальной, политической, экономической, культурной, духовной сферах жизнедеятельности общества, не способные, однако, погасить зов высших потребностей человека в возрождении своей Самости. Желание внешнего, механистического преобразования действительности и существующего положения дел А. Маслоу также связывал с дефицитарной мотивацией, истоки которой лежат во фрустрированных духовных потребностях индивида и невозможности их удовлетворить. Таким образом, внешняя инновационная активность человека не прекратится до тех пор, пока не будет удовлетворено его сущностное стремление к самоосознанию.

Стоит обратить внимание на следующий момент: нужны ли будут человеку многочисленные технологии улучшения его жизнедеятельности, маркетинговые технологии, технологии создания новых продуктов пищевой сферы производства или аудиовизуальной продукции, если человек избавится от жадности и достигнет состояния самодостаточности и спокойствия? Если преодолет в себе потребительскую алчность и зависть? Если осознает собственный смысл жизни, поймет свое предназначение, свой миф?

В рамках дефицитарной ментальности более легким путем представляется путь технической инновации, чем процесс воспитания в человеке определенного качества. Однако, воспитав в индивиде определенное качество, тем самым мы получаем возможность одновременно преодолеть множество социально негативных явлений и связанных с ними затрат.

Вследствие этого внешний путь реализации инновационного потенциала можно считать второстепенным, косвенным, дополняющим внутренний, поскольку он не позволяет устранить подлинную причину проблему — в нашем случае, страха. Внешняя инновация имеет свой наибольший эффект лишь в случае взаимодействия с внутренней инновацией, без нее внешнюю инновацию можно сравнить с аквалангистом, у которого имеется совершенно сконструированный акваланг, но его тело настолько слабо и нездорово, что не сможет перенести процесса погружения под воду.

Р. Мэй в своей работе «Сила и невинность» говорит о важности для каждого человека сохранить в себе качества бунтаря. Бунтарь, по его мнению, необходим каждому человеку как источник жизненных сил и культурного движения вперед. При этом Р. Мэй проводит разграничение между революционером и бунтарем: революционер стремится к внешним изменениям, к «свержению или отречению от власти одного правительства или правителя и замене его другим», бунтарь же, прежде всего, «стремится <...> к внутренним изменениям — к изменениям установок, чувств и кругозора»<sup>25</sup>.

Однако если Р. Мэй считает, что бунтарь изменяет установки *народа* или борется с самой *системой* ценностно деструктивных политических установок у населения, то, на наш взгляд, это также более тонкое проявление внешней инновации, поскольку бунтарь, или личность, идущая путем внутренней

<sup>24</sup> Карнышев А.Д. Экономическая психология и содержательный анализ инновации // Экономическая психология: актуальные исследования и инновационные тенденции: материалы X Междунар. науч.-практ. конф. Иркутск: БГУЭП, 2009. С. 111–127.

<sup>25</sup> Мэй Р. Сила и невинность. М.: Смысл, 2001. С. 265–266.

инновации, не будет пытаться воздействовать даже на систему ценностей окружающих людей — он не уgomонится лишь в отношении собственной ценностной переориентации на ценности бытия.

Исходя их концепции личностной инновации два пункта, которые мы указали как составляющие понятия «инновация» в плане влияния меньшинства на большинство, мы склонны рассматривать в контексте внутреннего совершенствования человека как влияние его бытийных ценностей и бытийного типа ментальности («меньшинство») на его дефицитарные ценности и дефицитарный тип ментальности (застоявшееся и стереотипное «большинство»). В таком случае мы можем применять все выводы социальных психологов, сделанных относительно влияния меньшинства на большинство в социуме, касательно подлинной самоактуализации индивида.

К примеру, французский психолог С. Московичи доказал, что меньшинство может влиять на большинство лишь *при определенных условиях* — и влияние это всегда *личностно детерминировано*, т. е. определено *качествами меньшинства*. Эксперимент ученого шел в ногу с массовыми тогда движениями в защиту прав женщин, в защиту прав чернокожих и в защиту прав сексуальных меньшинств. То, что в 60–70-е гг. XX века в данной борьбе за свои права победили, соответственно, женщины, чернокожие эмигранты и представители сексуальных меньшинств (все изначально находились в катастрофическом меньшинстве), доказывает верность выводов ученого.

С. Московичи выделил несколько личностных факторов меньшинства, среди которых особо отметил<sup>26</sup>:

- меньшинство должно *придерживаться ясной позиции* в отношении конкретной проблемы и *твердо отстаивать ее*, сопротивляясь давлению большинства;
- *постоянство* (личностное и групповое) — только при условии, что представители меньшинства согласны друг с другом и поддерживают друг друга, а также последовательны и постоянны в своих действиях, они могут постепенно оказать существенное влияние на большинство.

Иными словами, личность, страшась за свою безопасность и за то, как она будет существо-

вать без удовлетворения «большинства» дефицитарных потребностей, никогда не сможет занимать твердую личностно-инновационную позицию и постоянно сопротивляться давлению своего Эго.

Психологи Э. Маас и Р. Кларк, проводившие исследования в духе С. Московичи, экспериментально пришли к трем характеристикам личности, которые станут препятствиями на пути его инновационной активности (в нашем случае — личностной инновации)<sup>27</sup>:

- *чужачество* (или легкомыслие, несерьезность);
- *догматизм* (или следование стереотипам в выборе пути реализации инновации);
- *корыстность* (цель инновационной активности лежит в дефицитарной области).

Стоит отметить, что все три аспекта уводят индивида по пути ложной самоактуализации (создают видимость самоактуализации) в сторону внешней инновации.

*Первое препятствие* — чужачество (легкомыслие, несерьезность) может выражаться в том, что индивид не знает, что отстаивает, ведет себя непоследовательно в отстаивании своей позиции, ведет себя подобно играющему ребенку. Это внутреннее препятствие связано по большей части с невежеством индивида относительно ценностей бытия и своей подлинной тождественности.

*Второе препятствие* — догматизм в осуществлении личностной инновации. Поскольку инновация личностная и представляет собой практический шаг к ценностям бытия, она может быть осуществлена *только* на основе индивидуального глубинного анализа индивидом своих проблем — дефицитарных установок, привязанностей и конфликтов.

Исходя из этого, личностная инновация одного человека будет совсем не похожа на личностную инновацию другого; она всегда уникальна и неповторима: «Смысловой уровень регуляции не предписывает <...> готовых рецептов поступкам, но дает общие принципы, которые в разных ситуациях могут быть реализованы разными внешними (но едиными по внутренней сути) действиями»<sup>28</sup>. Если одному индивиду требуется научиться молчать, чтобы избавиться от эгоцентрированности, то другому, чтобы избавиться от того же самого, необходимо будет научиться говорить, не сдерживать свои чувства.

<sup>27</sup> Тейлор Ш. Социальная психология. СПб.: Питер, 2004. С. 327–328.

<sup>28</sup> Братусь Б.С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. С. 97.

В. Франкл отметил это в следующем замечании: «Во времена, когда для многих из нас десять заповедей потеряли, по-видимому, свое значение, человек должен быть в состоянии воспринять десять тысяч заповедей, которые заключены в десяти тысячах ситуаций, встречающихся в его жизни»<sup>29</sup>. Иными словами, заповедь «Не лги» остается универсальной для применения в жизни каждого человека, однако *каким образом* она реализуется, в связи с какими ситуациями, преодоление каких комплексов затронет, концентрации каких сил потребует, сколько времени займет — у каждого человека будет индивидуально, в полной связи с его особенным жизненным путем.

Что очень важно, стереотипное отношение к личностной инновации в сочетании с *третьим препятствием* — корыстностью, может стать методом осуществления ложной самоактуализации — назовем это **псевдоличностной инновацией**. Опишем те случаи, в которых возможен данный тип инновации:

- Индивид с дефицитарной культурной ментальностью, движимый дефицитарным страхом не стать изгоем в обществе, не выделяться из толпы, если находится в обществе, где в той или иной степени большинство стремится к самоактуализации, выбирает безопасный для своей дефицитарной ментальности способ идти «проторенным путем», т. е. совершить «личностную инновацию», которую совершают все.

К примеру, мальчишка в среде других мальчишек, стремясь показать, что он не трус, идет в одиночку ночью на кладбище; или замкнутый молодой человек, движимый страхом быть засмеянным одноклассниками, начинает применять «тренинги раскрепощения» или следовать моде, говорить определенным образом, одеваться так, как одеваются другие, и т. д.

- Индивид с дефицитарной культурной ментальностью, движимый дефицитарным желанием выделиться из общей массы, стать привлекательным, добиться признания и славы, может обратиться к процессу самоактуализации как способу выделиться из окружающих его людей с дефицитарными ценностями демонстрацией своей принадлежности к ценностному типу иной культурной ментальности.

К примеру, индивид может проявлять сострадание, любовь, терпение, прощение, мудрость, но лишь в тех ситуациях, когда ему это выгодно: например, терпение может демонстрировать превосходство терпящего над другими, и только потому, что ему известно, что эти ценности общепризнанно считаются высшими. Для этого индивид может стать членом благотворительной организации, молодежного или экологического движения, политической партии, попечительского совета, избрать ту профессию, которая является наиболее уважаемой в обществе и т. д.

В настоящее время к этому можно отнести еще и стремление индивида *быть личностью* («играть в личность» по А.Г. Асмолову), которое, в выражениях Э. Фромма, становится формальностью и методом успешно позиционировать и в дальнейшем продать себя на рынке личностей<sup>30</sup>, где ценятся индивидуальные особенности и особенно качества личности, как, например, оригинальное мышление, креативность, независимость от мнения окружающих, ответственность, умение прийти на выручку и т. п. Но все это исключительно ради самопрезентации, что Э. Фромм называет «рыночным характером». Г. Олпорт в данном случае говорит: «Быть участником — не то же самое, что быть просто активным»<sup>31</sup>, имея в виду под активностью внешнюю суетливость, озабоченность индивида, желание показаться участливым в жизни других людей, что не является подлинным стремлением соучаствовать в жизни другого человека.

Отметим, что сегодня различные формы псевдоличностной инновации стали достаточно весомыми элементами массовой дефицитарной культуры, строящей *фабрики* успешных, талантливых, мудрых и т. п. «личностей». В данном случае псевдоличностная инновация, по сути, является внешней, предметно-форменной инновацией, поскольку не ориентирует индивида по-настоящему пересмотреть свои взгляды на себя, свою тождественность, свое Эго и свою жизнь, а помогает ему изменить лишь форму, свой образ в глазах окружающих или своих собственных. Псевдоличностная инновация является очередным бегством человека от подлинной самореализации, лишь укрепляющим его в его дефицитарной реальности и страхах (См.: Схема 3).

<sup>30</sup> Фромм Э. Человек для себя. Иметь или быть? Мн.: В.П. Ильин, 1997. С. 344–351.

<sup>31</sup> Олпорт Г. Становление личности: Избранные труды. М.: Смысл, 2002. С. 336.

<sup>29</sup> Франкл В.Э. Психотерапия на практике. СПб.: Речь, 2001. С. 279.

Достаточно подробно тема имитации личностной инновации или ценностей самоактуализации разработана в трудах К. Хорни, которая объяснила, что когда здоровая личность находит в себе какие-то проблемы, отклонения от нормы поведения, чувствует раздражение, она стремится найти причину этих проблем и устранить ее. Невротик же (индивид с дефицитарным типом ментальности) «начнет с попытки уменьшить свою раздражительность или предпримет попытки ее справедливого обоснования»<sup>32</sup>. Однако, не достигнув какого-либо положительного результата, он будет ругать себя и осуждать за недостаток силы воли и слабость характера, но на этом все его попытки достичь совершенства прекратятся, он успокоится, посчитав, что чувства стыда за собственное несовершенство, проступок, совершенное злодеяние уже и так достаточно, реально не устранив причину возникшей проблемы.

К. Хорни считает, что поведение невротика обусловлено стремлением продемонстрировать достижение совершенства («казаться совершенным») как самому себе, так и другим, именно поэтому оно всегда формально, лицемерно, фальшиво и, конечно, не приносит радости самому невротiku. Это похоже на то, что индивид, из-за того, что не желает терять хорошо обжитого места своей ложной тождественности, добровольно идет на самообман. К примеру: такой индивид может быть постоянно поглощен чувствами зависти и самомнения. Он может понимать, что с точки зрения религиозного сознания именно эти чувства являются смертельными грехами, однако не способен или не желает избавиться от них. Чтобы произвести впечатление порядочного человека в обществе или для успокоения своей совести, он начинает идти «обходным путем» — судорожно вести религиозную жизнь, которая для него становится сплошной чередой ритуалов и механистических действий, производя впечатление очень религиозного человека.

Весь инновационный потенциал такой личности (а, по мнению К. Хорни, каждый человек в той или иной степени невротик, т. е. имеет склонность к побегу от реальности) расходуется на защиту своего образа, маски, Персоны, Эго, и личность становится неспособной к каким бы то ни было внутренним изменениям, постепенно превращаясь в равнодушное ко всему происходящему в этом мире существо, пристраивающееся даже к своим страхам: «Жизнь с нераз-

<sup>32</sup> Хорни К. Собрание сочинений: в 3-х т. М.: Смысл, 1997. Т. 2: Новые пути в психоанализе; Самоанализ. С. 193.

решенными конфликтами означает прежде всего опустошающую трату человеческой энергии, вызванную не столько самими конфликтами, сколько окольными способами избавиться от них»<sup>33</sup>.

В своей лекции в Кельне в 1933 г. К.Г. Юнг очень точно отразил суть личностной инновации во взаимосвязи с ориентацией на ценности бытия: «Если в мире что-то не так, причина этого кроется в каждом из нас, поскольку что-то не так во мне самом. И если я это чувствую, я первый должен выйти на правильную дорогу. И так как внешние авторитеты для меня уже ничего не значат, мне нужно знание сокровенных основ моего существа, чтобы я мог прочно опереться на вечные истины о человеческой душе»<sup>34</sup>.

Э. Фромм придерживается того же мнения: «Мы зачарованы ростом свободы от сил, *внешних* по отношению к нам, и, как слепые, не видим тех внутренних препон, принуждений и страхов, которые готовы лишить всякого смысла все победы, одержанные свободой над традиционными ее врагами»<sup>35</sup>. Предметно-форменная инновация для Э. Фромма и есть бегство от своей настоящей свободы, т. е. того метода, что может сделать индивида по-настоящему свободным от всех страхов и тревог: «Исчезновение страха смерти начинается не с подготовки смерти, а с постоянных усилий уменьшить начало обладания и увеличить начало бытия <...> не относиться к жизни как к собственности»<sup>36</sup>.

На наш взгляд, индивид, выбирающий путь внешней инновации, будь то предметно-форменная или псевдоличностная, движем не чем иным, как страхом самоактуализации. Методы преодоления страха дефицитарными методами вписываются как раз в характеристики данных типов инновационной активности индивида. Однако если в случае индивида с дефицитарной ментальностью понятно, почему он выбирает путь бегства от подлинного решения проблемы, то в случае индивида с экзистенциальной ментальностью непонятным остается тот факт, почему он выбирает тот же самый путь дефицитарного бегства.

<sup>33</sup> Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. М.: Академический Проект, 2008. С. 136.

<sup>34</sup> Юнг К.Г. Душа и миф. Шесть архетипов. Мн.: Харвест, 2004. С. 383.

<sup>35</sup> Фромм Э. Бегство от свободы. М.: Академический проект, 2007. С. 107.

<sup>36</sup> Фромм Э. Человек для себя. Иметь или быть? Мн.: В.П. Ильин, 1997. С. 327.

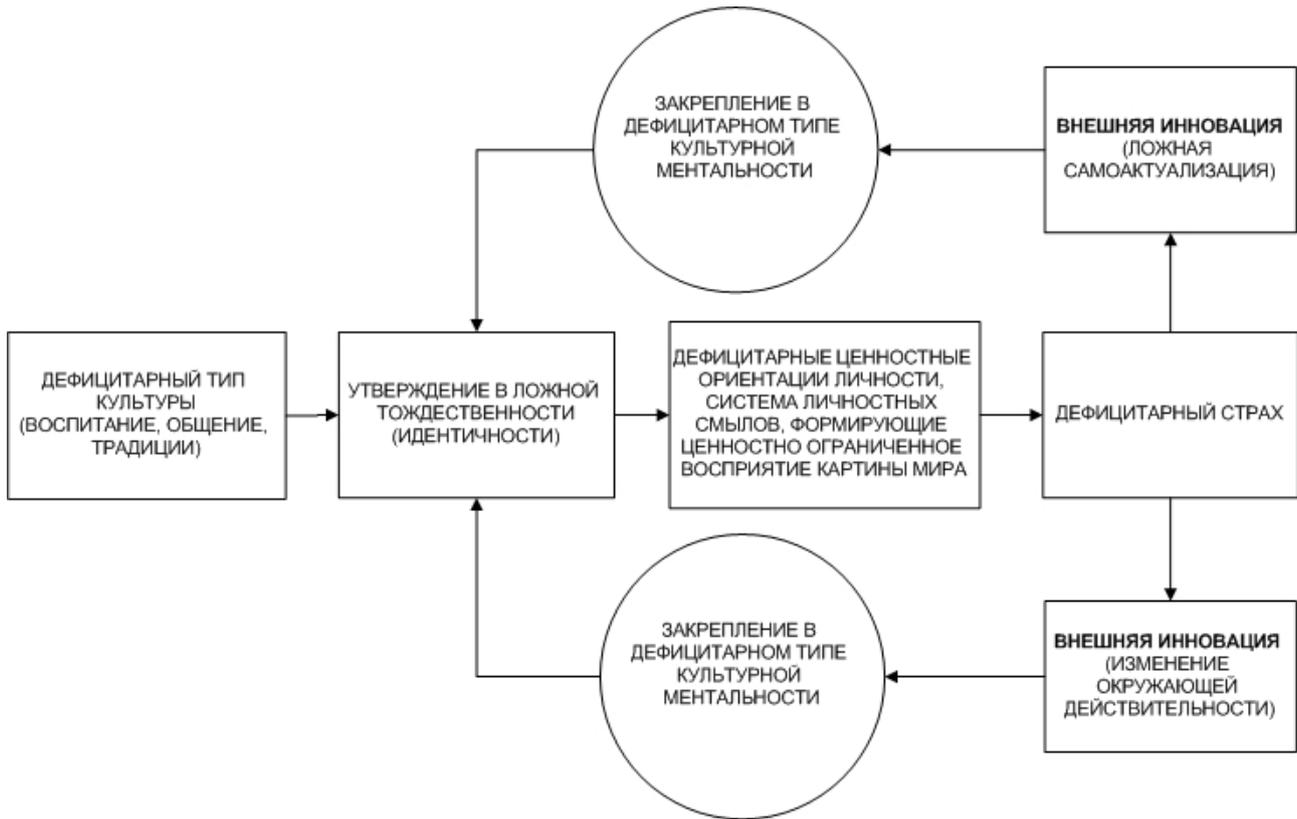


Схема 3. Модель укрепления дефицитного страха в рамках дефицитной культурной ментальности

Ответ, нам кажется, кроется в сущности экзистенциального типа ментальности, который мы обозначили ранее как противоборство двух ценностных начал в индивиде — дефицитного и бытийного. Следовательно, если индивид еще не обладает мифологическим типом ментальности, не утвердился в нем, его экзистенциальное ценностное положение довольно зыбкое — одновременно на него действует как экзистенциальный страх, так и дефицитный. Этот момент является тяжелым моментом выбора, чего же на самом деле хочет человек: сладких иллюзий ложной тождественности, рождающей невротические склонности, или тяжелой и жестокой борьбы за свою подлинную тождественность, путь которой пропитан болью утраты собственных иллюзий. И поскольку бытийные ценности для данного индивида являются хоть и привлекательной, но пока теоретической реальностью, не закрепленной личностной инновацией, велик риск, что, предвидя предстоящую борьбу за свою подлинность, индивид поддастся страху самоактуализации и пойдет путем внешней инновации.

### Духовный кризис

Однако остается открытым вопрос: как теоретические аспекты самоактуализации смогут найти свое воплощение в личностной инновации? Неужели это все дело случая? Вовсе нет. На этом этапе нашего исследования нам необходимо понять, что одними из самых важных элементов подлинной самоактуализации являются переживания **духовного кризиса и страха-благоговения**. Именно эти элементы, пережитые в контексте как минимум теоретического принятия ценностей бытия и представлений о своей подлинной тождественности, способны аккумулировать инновационный потенциал личности индивида по пути личностной инновации.

Понятие духовного кризиса достаточно широко рассмотрено в психологической и философской литературе. С исследованием ситуаций кризиса и их влиянием на развитие личности индивида связаны имена Л.Н. Толстого, У. Джеймса, П.А. Флоренского, З. Фрейда, К. Хорни, Р. Ассаджиоли, С. Грофа, В. Франкла, Э. Эриксона, К.А. Абульхановой-Славской и др.

В китайском языке слово «кризис» состоит из двух иероглифов, обозначающих *опасность* и *возможность*. С. Гроф, описывая состояние кризиса, играл словами SPIRITUAL EMERGENCY («духовный кризис») и SPIRITUAL EMERGENCE («духовное возрождение»), обозначая позитивный потенциал подобных состояний<sup>37</sup>. Э. Эриксон в своей теории кризисных периодов развития личности отмечал, что состояние кризиса — это особые «моменты выбора между прогрессом и регрессом, интеграцией и отставанием»<sup>38</sup>. Иными словами, кризисные моменты являются неотъемлемой частью человеческой жизни, в которые он должен совершать осознанный выбор между тем, какой ценностной основы в дальнейшем придерживаться.

В. Франкл отмечает, что «быть человеком <...> означает находиться перед смыслом, который необходимо осуществить, и ценностями, которые нужно реализовать. Это означает *жить в поле напряжения*, созданном с одной стороны реальностью, а с другой — идеалами, которые необходимо материализовать»<sup>39</sup>. В кризисном поле напряжения человек должен пережить свои абстрактные экзистенциальные ценности практически, осознав их важность для собственной жизни — только тогда, по мнению В. Франкла, они станут его собственными<sup>40</sup>.

Ситуации кризисов могут приобретать разные формы. Это могут быть самые разнообразные страхи, и семейные конфликты, и период полового созревания у подростка, и период службы в армии, и серьезные автомобильные катастрофы, и подготовка к важному экзамену, и переживание опыта общения с негодяем или порядочным человеком, и переживание опыта смерти.

Однако в каждом конкретном случае кризис ставит индивида перед необходимостью увидеть себя таким, какой он есть на самом деле, без всяческих ролей и образов, которые он создал для себя и окружающих, признаться себе в своем положении,

сказать правду. Если ситуации выбора не возникает, или выбор для индивида ценностно не труден, не ставит его перед необходимостью переосмысления своей жизни, значит, ситуация не носит конфликтный характер.

Только индивид с экзистенциальным типом ментальности, сознательно находящийся в постоянном противоборстве со своей дефицитарной стороной, Тенью, Эгом, способен не избегать этих ситуаций, а даже искать их. Только с позиции экзистенциальной культурной ментальности индивид способен в ситуации кризиса не закрывать глаза перед реальностью, а посмотреть правде в глаза.

Когда кризис подлинный (а он, как и личностная инновация, также у каждого человека индивидуален и уникален в связи с типом его ментальности), он сопровождается процессом *покаяния* личности. Слово «покаяние» берет свое начало от греческого metanoia, что в более точном переводе означает «перемена (перерождение) ума». Иными словами, покаяние — это состояние перемены ментальности в процессе развития качества правдивости индивида по отношению к самому себе, т. е. трезвой оценки самого себя, своего положения, своих ценностей, выборов и поступков, жизненного пути с позиции абсолютных бытийных ценностей в их мифологическом единстве. В буддийской традиции этот процесс носит название «осознание себя больным» — завистью, страхом, гневом и т. д., вызывающий сильное стремление вылечиться<sup>41</sup>.

Именно с момента покаяния в ситуации кризиса (пусть даже в момент кризиса индивид сделал выбор отнюдь не в пользу бытийных ценностей) становится возможным естественный, стимулируемый желанием внутреннего, ценностного перерождения процесс личностного роста индивида, поскольку сущностная природа покаяния заключается в ощущении индивидом нестерпимой боли относительно своего несоответствия ценностям бытия, от которой хочется быстрее избавиться. Аристотель называл это состояние катарсисом, или достижением состояния духовного очищения в момент столкновения с реальностью ценностей бытия.

Можно сказать, что в состоянии пережитого кризиса даже самый инертный индивид способен *сам лично* задаться вопросом: «Как же мне освобо-

<sup>37</sup> Гроф С., Гроф К. Духовный кризис: понимание эволюционного кризиса // Духовный кризис. Статьи и исследования. М.: МТМ, 1995. С. 3.

<sup>38</sup> Цит. по: Фрейджер Р., Фейдимен Д. Гуманистический психоанализ. К. Хорни, Э. Эриксон, Э. Фромм. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. С. 83.

<sup>39</sup> Франкл В.Э. Психотерапия на практике. СПб.: Речь, 2001. С. 259.

<sup>40</sup> Франкл В.Э. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. СПб.: Речь, 2000. С. 276–279.

<sup>41</sup> Ламрим: Освобождение в наших руках (Lam rim rnam grol lag bcangs) / Пабонка Ринпоче. Улан-Удэ: БНЦ СО РАН, 2008. Т. 1, кн. 2. С. 83.

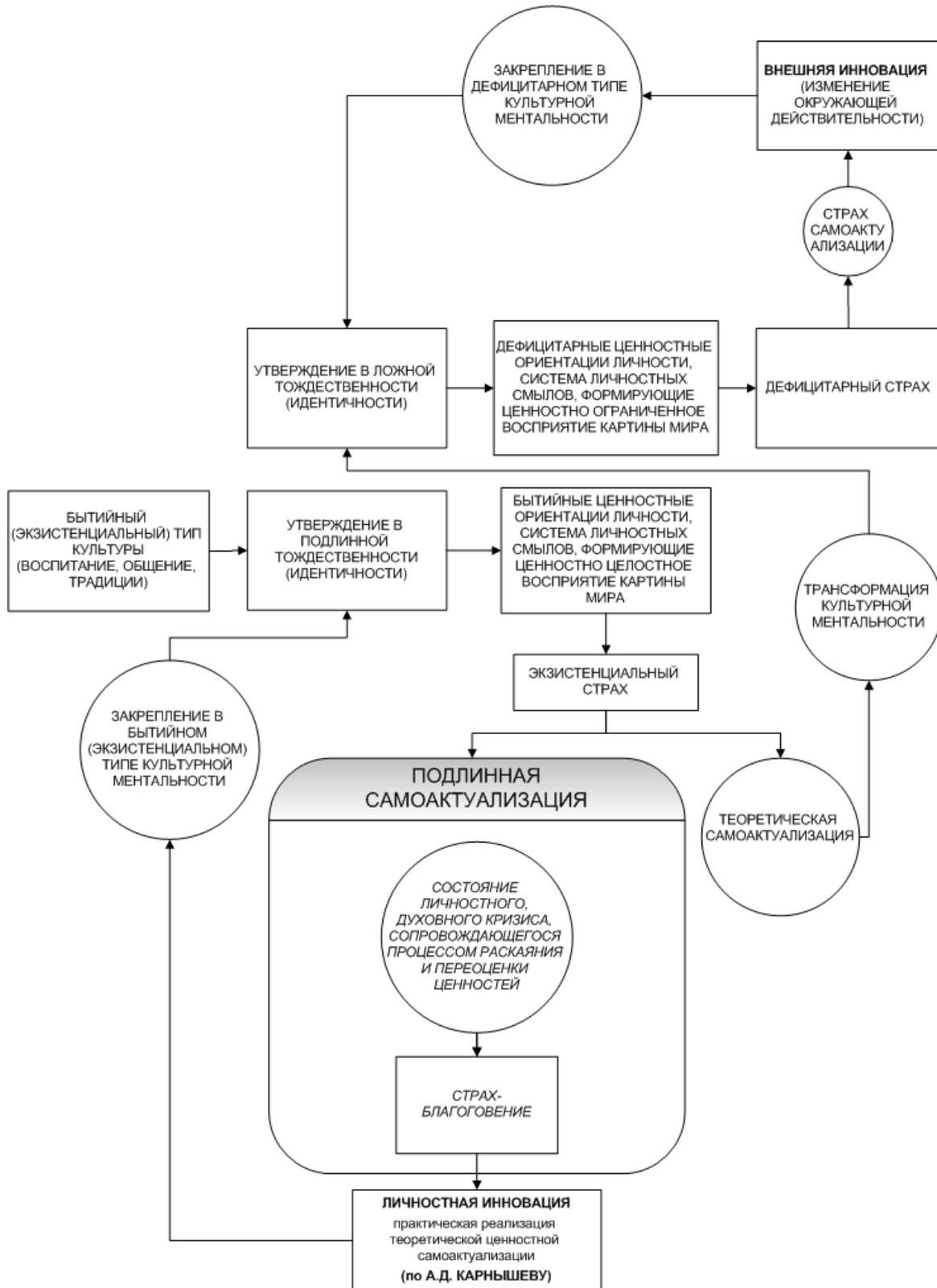


Схема 4. Модель преодоления страха самоактуализации

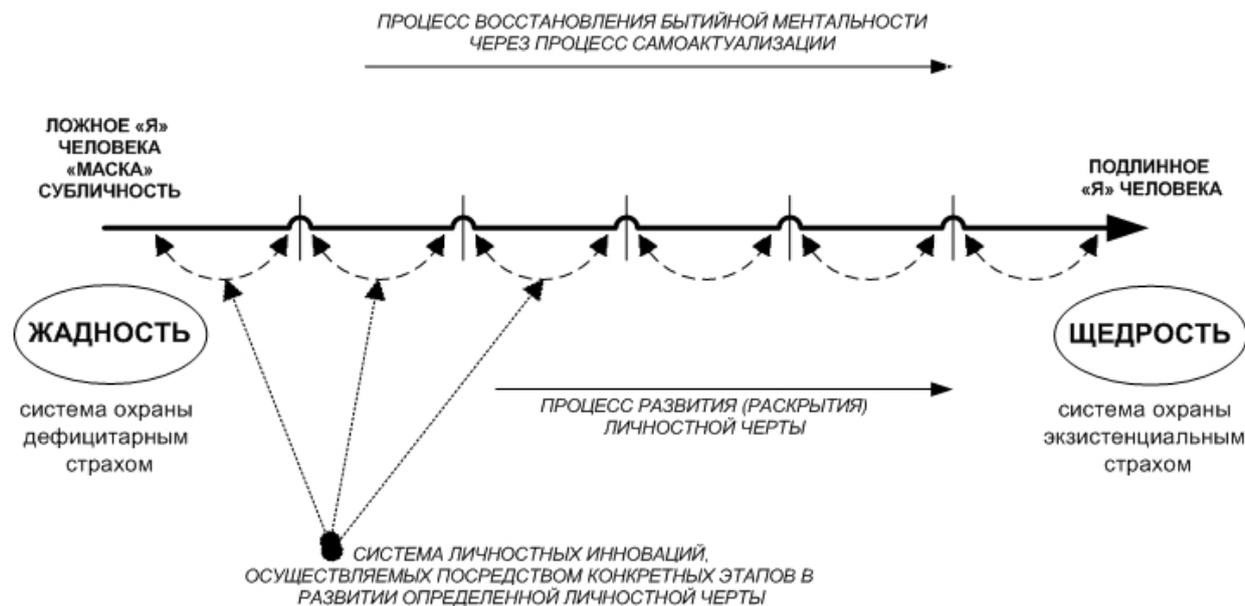


Схема 5. Личностная инновация в системе самоактуализации индивида посредством развития одной черты характера

диться от страха?» Тогда для него это будет *личный, жизненно важный и деятельностно выстраданный* вопрос, ответ на который он воспримет как манну небесную.

### Открытость личностной инновации

В итоге, усиленный состоянием духовного кризиса, катарсиса, экзистенциальный страх принимает свою наивысшую форму — страх-благоговение, который пересиливает страх самоактуализации, и индивид оказывается открытым для подлинной личностной инновации (См.: Схема 4).

В этом случае любой дефицитарный страх для нас становится картой, которая может рассказать, какие ценности должны подвергнуться переработке, чтобы раз и навсегда перестать бояться: «...фобиям присущ определенный прогрессивный аспект; в них содержится образное представление тех явлений, которые человек должен преодолеть для того, чтобы стать более зрелым»<sup>42</sup>.

Того же мнения придерживается Ф. Риман: «Если наш мучительный страх мы будем понимать так же, как указание на необходимость поиска ошибок в собственном поведении или как боязнь новых требований жизни, вследствие которых мы не решаемся на новый шаг в своем развитии, мы

должны принять и понять его как приглашение к выходу на новую ступень нашего развития, как призыв к новой свободе и, вместе с тем, к новому порядку и новой ответственности. В этом смысле мы должны рассматривать страх в его позитивном творческом аспекте, как инициатора перемен»<sup>43</sup>.

В данном контексте дальнейшее описание процесса личностной инновации можно найти у К. Г. Юнга в концепциях борьбы с Тенью и избавлением от Персоны. Борьба с Тенью, т. е. со всем животным и инстинктивным в человеке, по К. Г. Юнгу, заканчивается там, где человек спокойно принимает темную сторону своей личности за счет понимания, что его личность представляет гораздо больше, чем Тень, имеющая природу то исчезать, то появляться вновь. В эти моменты Тень человека озаряется светом его знания и понимания, как избавиться от конкретных усилителей Тени: зависти, гордости, эгоизма и т. д.

К. Хорни выражает ту же мысль более прямолинейно: для нее столкновение с собственными страхами представляет собой «чистилище, через которое нам следует пройти, прежде чем сможем найти спасение»<sup>44</sup>.

<sup>43</sup> Риман Ф. Основные формы страха: Исследование в области глубинной психологии. М.: Академия, 2005. С. 190.

<sup>44</sup> Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. М.: Академический Проект, 2008. С. 134.

<sup>42</sup> Вард И. Фобия. М.: Проспект, 2002. С. 62.

В соответствии с разработанной нами методикой, преодоление таких оплотов ложной тождественности и дефицитарного типа ментальности, как гордыни, зависти, жадности, гнева, похоти, алчности, лицемерия, ханжества, словоблудия, представляет собой практический процесс постепенного укрепления индивидом своей подлинной тождественности и, следовательно, подлинных, бытийных ценностей (См.: Схема 5).

Данная схема показывает, как самоактуализация индивида, т. е. процесс перехода его ментальности из дефицитарного типа в бытийный, осуществляется за счет системы личностных инноваций в процессе развития (точнее, раскрытия, «очищения») определенной личностной черты характера человека, определенного качества. Укрепление бытийного типа ментальности в этом процессе позволяет индивиду ощутить силу не обращать внимание на слабеющие дефицитарные страхи и, отбросив остатки страха самоактуализации, с большей уверенностью погружаться в ситуации кризиса и личностной инновации, пока он, наконец, окончательно не утвердится в бытийном (мифологическом) типе ментальности.

### **Сакральность, искаженная дефицитарной ориентацией**

Хочется также отметить, что как теоретические представления о ценностях бытия требуют подкрепления в личностной инновации, так и собственно личностная инновация, чтобы быть таковой, нуждается хотя бы в теоретической осведомленности относительно того идеального уровня, которого необходимо достичь (восстановиться в нем).

Мы полагаем, что дефицитарная ментальность представляет собой лишь *искаженное изображение* бытийной, подлинной, и в своей практической деятельности индивид с любым типом ментальности подсознательно пытается воплотить именно конституционально присущие ему бытийные ценности. Однако в рамках дефицитарной ментальности это получается в искаженном свете.

К примеру, Б.Т. Свами отмечает, что такое негативное качество, как ревность — это т. н. «плач по любви», то есть искаженное дефицитарной мотивацией чувство любви<sup>45</sup>. Этот «плач» психотерапевт видит также в действиях эгоистичных

детей, самовлюбленных взрослых, действиях преступников и даже террористов: за страхом смерти можно увидеть стремление индивида к вечности; за маниакальным стремлением обладать чьей-то красотой, пусть даже насильственным способом, — стремление ко всему прекрасному; за ужасными социальными экспериментами, опытами с окружающей средой, созданием Глобальной мировой сети Интернет — стремление к обладанию полным знанием. И достаточно лишь *помочь* индивиду *расширить* его ментальность и *ценностную картину мира*, чтобы открыть ему путь к дальнейшей личностной инновации.

Э. Фромм в этой связи отмечал: «И все же, несмотря на всю безопасность, которую дает человеку обладание, люди восхищаются теми, кто способен видеть новое, кто прокладывает новый путь, кто не боится идти вперед. <...> Мы восхищаемся этими героями (Геракл, Будда, Иисус Христос и др. — А. Р.), потому что *в глубине души сами хотели бы быть такими* — если бы могли. Но поскольку мы всего боимся, мы думаем, что нам никогда не быть такими, что такими могут быть только герои. И герои становятся идолами, мы передаем им свою способность действовать, а сами всю жизнь стоим на месте — “ведь мы не герои”»<sup>46</sup>.

Иными словами, конституционально личности человека присущи ценности бытия, поэтому подсознательно он привлекается теми героями (мифическими), что являются носителями этих ценностей: их образы напоминают нам о нашем естественном бытийном положении, о нас самих в своей Подлинности. Однако в силу преобладания дефицитарной культурной ментальности стремление проявить свою принадлежность к ценностям Бытия приобретает невротический характер погружения в виртуальную реальность — увлечение просмотром кинофильмов (поиск кумиров и подражание им), слияние с персонажами игр (появление фан-клубов) или просто человека начинает постоянно тянуть в сон, в «свою» реальность, или на обжорство («заесть» свое несоответствие с любимым персонажем кинофильма) — т. е. человек убегает от подлинного решения проблемы.

Следовательно, индивид с дефицитарным типом ментальности, не имея никакого представления ни о бытийных ценностях, ни о том, что полностью зависим от своей ложной тождественности, когда у

<sup>45</sup> Свами Б.Т. Духовный воин. Т. 4: Победа над врагами ума. М.: Философская книга, 2004. С. 60–61.

<sup>46</sup> Фромм Э. Человек для себя. Иметь или быть? Мн.: В.П. Ильин, 1997. С. 310.

него возникают страх или тревога, подсознательно все же склонен избирать метод личностной инновации, т. е. *практически* пытается преодолеть возникший страх теми способами, что ему доступны.

В таком случае его личностная инновация, лишенная мифологической, бытийной основы и подлинного направления развития, приобретает характер фобической реакции, навязчивых мыслей или деятельности, когда индивид находит себе путь вытеснить свой страх, не думать о нем посредством совершения определенного рода деятельности (к примеру, начинает судорожно мыть полы, вычищая при этом все углы, отмывая страстно все поверхности) или прокручивания в уме определенного рода мыслей (к примеру, «Моя мама не умрет, моя мама не умрет...», «Меня не побьют, меня не побьют», «Если я сейчас сделаю только три глотка из кружки, я сегодня добьюсь успеха» и т. п.).

В желании индивида судорожно отмывать поверхности в ситуации возникновения страшных или неприятных мыслей (когда индивид боится самого себя — к примеру, при возникшем желании убить кого-нибудь или вступить в сексуальные отношения с родной сестрой) можно увидеть его желание смыть с себя эти мысли, отмыть свое сознание от негативных и неприемлемых мыслей, однако поскольку его представления о себе весьма ограничены и он не имеет верного вектора направления своей внутренней работы, постепенно у такого индивида могут развиваться более серьезные психические заболевания.

Единственным выходом в описанных случаях представляется дать индивиду как минимум теоретическое знание о его подлинной тождественности и бытийных ценностях, наполнив его попытки совершить личностную инновацию бытийным смыслом и направленностью, что на протяжении всего существования человеческого общества выполняла народная традиция, мифология и религия. Тогда, возможно, у индивида появится шанс на самом деле постепенно трансформировать свой «плач» в реальные качества любви и сострадания, превратить игру в супергероя в реальность.

### **Экзистенциальная терапия страха**

Меняя свои представления о собственной тождественности, идентичности, возвращаясь к своей Самости, индивид, образно выражаясь, *просыпается*, и все, что ему раньше в силу его ложной тождественности казалось страшным, перестает нести

негативный оттенок, как будто все его прошлые страхи были лишь кошмарным сном. Именно по этому поводу К. Хорни отметила, что «сила реального Собственного Я человека и есть глубинный источник его роста»<sup>47</sup>.

Итак, поступенчато процесс экзистенциальной терапии страха мы можем представить следующим образом:

1. ТИП КУЛЬТУРНОЙ МЕНТАЛЬНОСТИ (формирование экзистенциального типа культурной ментальности в процессе знакомства с ценностями бытия и бытийной культурой посредством прямого общения с представителями бытийного типа ментальности или косвенного — через литературу и иные источники информации);
2. ТОЖДЕСТВЕННОСТЬ (изменение представлений о собственной тождественности, различение своего подлинного Я и ложного образа, Персоны);
3. ЦЕННОСТИ (формирование бытийных ценностей и смыслов, ценностно трансформирующих картину восприятия реальности);
4. СТРАХ (встреча с экзистенциальным страхом (Сверх-Я, Совестью в интерпретации З. Фрейда), принятие его как естественного стража ценностей бытия);
5. САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ (обращение к подлинной самоактуализации)
  - а) вхождение в состояние духовного кризиса;
  - б) развитие качества правдивости;
6. ЛИЧНОСТНАЯ ИННОВАЦИЯ;
7. ЗАКРЕПЛЕНИЕ в бытийном типе культурной ментальности, утверждение в ценностях бытия.

На данный момент можно утверждать, что практически преодолевая иллюзорное представление о реальности, утверждаясь в своей подлинной тождественности, человек поднимается на новый уровень восприятия реальности, где то, что казалось ему страшным на более низком уровне, вовсе не является страшным — даже потеря своего имущества, даже унижение, и даже смерть. Страхи индивида вновь возвращаются к своей экзистенциальной сущности, и индивид начинает ощущать естественный и конструктивный для развития личности страх-благоговение.

Следует отметить, что для экзистенциалистов, вдохновленных в большинстве своем дзенскими и

<sup>47</sup> Хорни К. Невроз и рост личности: Борьба за самореализацию. М.: Академический Проект, 2008. С. 3.

даосскими практиками, страх является неременным атрибутом личностного роста человека, переходной ступенью от обыденного существования человека к осмысленному, осознанному. Поскольку, не преодолев страх самоактуализации, невозможно воплотить в своей жизни те бытийные ценности, которые на протяжении тысячелетий передавались людьми от поколения к поколению. Иначе они так и останутся лишь теоретическими представления-

ми человека о том, как должно быть, а само понятие «преемственность» будет фикцией.

Преодоление страха самоактуализации играет роль вспомогательного рычага, социально-психологической платформы, от которой каждому индивиду следует оттолкнуться в своих поисках путей личностного роста, в стремлении подарить своим детям и согражданам лучшее общество, в котором можно будет жить без страха.

### Список литературы:

1. Ананьев Б.Г. Избранные труды по психологии. СПб.: СПбГУ, 2007. Т. 2: Развитие и воспитание личности. 549 с.
2. Братусь Б.С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988. 301 с.
3. Вард И. Фобия. М.: Проспект, 2002. 78 с.
4. Гроф С., Гроф К. Духовный кризис: понимание эволюционного кризиса // Духовный кризис. Статьи и исследования. М.: МТМ, 1995. С. 13–40.
5. Дандон Э. Инновации: как определять тенденции и извлекать выгоду. М.: Вершина, 2006. 304 с.
6. Карнышев А.Д. Экономическая психология и содержательный анализ инновации // Экономическая психология: актуальные исследования и инновационные тенденции: материалы X междунар. науч.-практ. конф. Иркутск: БГУЭП, 2009. С. 111–127.
7. Кордуэлл М. Психология А-Я: Словарь-справочник. М.: Гранд; Фаир-Пресс, 2002. 440 с.
8. Ламрим: Освобождение в наших руках (Lam rim rnam grol lag bcangs) / Пабонка Ринпоче. Улан-Удэ: БНЦ СО РАН, 2008. Т. 1, кн. 2. 214 с.
9. Ландес Д. Культура объясняет почти все // Культура имеет значение. Каким образом ценности способствуют общественному прогрессу. М.: Московская школа политических исследований, 2002. С. 38–54.
10. Лебедева Н.М., Татарко А.Н. Ценности культуры и развитие общества. М.: Изд. Дом ГУ Высшая школа экономики, 2007. 527 с.
11. Линдсей С. Культура, ментальные модели и ноуменальное процветание // Культура имеет значение. Каким образом ценности способствуют общественному прогрессу. М.: Московская школа политических исследований, 2002. С. 272–289.
12. Лосев А.Ф. Философия. Мифология. Культура. М.: Политиздат, 1991. 525 с.
13. Маслоу А. По направлению к психологии бытия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. 272 с.
14. Мэй Р. Сила и невинность. М.: Смысл, 2001. 319 с.
15. Мясичев В.Н. Психология отношений. М.: МПСИ; Воронеж: НПО МОДЭК, 2003. 400 с.
16. Олпорт Г. Становление личности: Избранные труды. М.: Смысл, 2002. 462 с.
17. Перспективы социальной психологии. М.: ЭКСМО, 2001. 687 с.
18. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний. М.: ИП РАН, 2009. 352 с.
19. Риман Ф. Основные формы страха: Исследование в области глубинной психологии. М.: Академия, 2005. 192 с.
20. Рудых А.В. Ресакрализация бытия: столкновение со страхом в борьбе за высшие ценности // Психология и психотехника. 2013. № 4. С. 352–359.
21. Рудых А.В. Страх самоактуализации как социокультурный фактор разлада механизма преемственности ценностей // Психология и психотехника. 2011. № 9 (36). С. 35–49.
22. Свами Б.Т. Духовный воин. Т. 4: Победа над врагами ума. М.: Философская книга, 2004. 256 с.
23. Сорокин П.А. Социальная и культурная динамика: Исследование изменений в больших системах искусства, истины, этики, права и общественных отношений. СПб.: РХГИ, 2000. 1056 с.
24. Тейлор Ш. Социальная психология. СПб.: Питер, 2004. 766 с.
25. Франкл В.Э. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. СПб.: Речь, 2000. 286 с.

26. Франкл В.Э. Психотерапия на практике. СПб.: Речь, 2001. 256 с.
27. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Аналитическая и индивидуальная психология. Карл Юнг и Альфред Адлер. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 125 с.
28. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Гуманистическая, трансперсональная и экзистенциальная психология. К. Роджерс, А. Маслоу и Р. Мэй. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 221 с.
29. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Гуманистический психоанализ. К. Хорни, Э. Эриксон, Э. Фромм. СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. 156 с.
30. Фромм Э. Бегство от свободы. М.: Академический проект, 2007. 272 с.
31. Фромм Э. Человек для себя. Иметь или быть? Мн.: В.П. Ильин, 1997. 416 с.
32. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. М.: Академический Проект, 2008. 224 с.
33. Хорни К. Невроз и рост личности: Борьба за самореализацию. М.: Академический Проект, 2008. 400 с.
34. Хорни К. Собрание сочинений: в 3-х т. М.: Смысл, 1997. Т. 2: Новые пути в психоанализе; Самоанализ. 544 с.
35. Хренов Н.А. Социальная психология искусства: переходная эпоха. М.: Альфа-М, 2005. 624 с.
36. Шакуров Р.Х. Инновации и психологическая перестройка личности. Казань: КГТУ, 2009. 352 с.
37. Юнг К.Г. Душа и миф. Шесть архетипов. Мн.: Харвест, 2004. 400 с.
38. Юнг К.Г., Фуко М. Матрица безумия. М.: Алгоритм, Эксмо, 2007. 384 с.

### **References (transliteration):**

1. Anan'ev B.G. Izbrannye trudy po psikhologii. SPb.: SPbGU, 2007. T. 2: Razvitie i vospitanie lichnosti. 549 s.
2. Bratus' B.S. Anomalii lichnosti. M.: Mysl', 1988. 301 s.
3. Vard I. Fobiya. M.: Prospekt, 2002. 78 s.
4. Grof S., Grof K. Dukhovnyi krizis: ponimanie evolyutsionnogo krizisa // Dukhovnyi krizis. Stat'i i issledovaniya. M.: MTM, 1995. S. 13–40.
5. Dandon E. Innovatsii: kak opredelyat' tendentsii i izvlekat' vygodu. M.: Vershina, 2006. 304 s.
6. Karnyshev A.D. Ekonomicheskaya psikhologiya i sodержatel'nyi analiz innovatsii // Ekonomicheskaya psikhologiya: aktual'nye issledovaniya i innovatsionnye tendentsii: materialy Kh mezhdunar. nauch.-prakt. konf. Irkutsk: BGUEP, 2009. S. 111–127.
7. Korduell M. Psikhologiya A-Ya: Slovar'-spravochnik. M.: Grand; Fair-Press, 2002. 440 s.
8. Lamrim: Osvobozhdenie v nashikh rukakh (Lam rim rnam grol lag bcangs) / Pabonka Rinpoche. Ulan-Ude: BNTs SO RAN, 2008. T. 1, kn. 2. 214 s.
9. Landes D. Kul'tura ob'yasnyayet pochti vse // Kul'tura imeet znachenie. Kakim obrazom tsennosti sposobstvuyut obshchestvennomu progressu. M.: Moskovskaya shkola politicheskikh issledovaniy, 2002. S. 38–54.
10. Lebedeva N.M., Tatarko A.N. Tsennosti kul'tury i razvitie obshchestva. M.: Izd. Dom GU Vysshaya shkola ekonomiki, 2007. 527 s.
11. Lindsei S. Kul'tura, mental'nye modeli i noumenal'noe protsvetanie // Kul'tura imeet znachenie. Kakim obrazom tsennosti sposobstvuyut obshchestvennomu progressu. M.: Moskovskaya shkola politicheskikh issledovaniy, 2002. S. 272–289.
12. Losev A.F. Filosofiya. Mifologiya. Kul'tura. M.: Politizdat, 1991. 525 s.
13. Maslou A. Po napravleniyu k psikhologii bytiya. M.: EKSMO-Press, 2002. 272 s.
14. Mei R. Sila i nevinnost'. M.: Smysl, 2001. 319 s.
15. Myasishchev V.N. Psikhologiya otnoshenii. M.: MPSI; Voronezh: NPO MODEK, 2003. 400 s.
16. Olport G. Stanovlenie lichnosti: Izbrannye trudy. M.: Smysl, 2002. 462 s.
17. Perspektivy sotsial'noi psikhologii. M.: EKSMO, 2001. 687 s.
18. Prokhorov A.O. Smyslovaya regulyatsiya psikhicheskikh sostoyanii. M.: IP RAN, 2009. 352 s.
19. Riman F. Osnovnye formy strakha: Issledovanie v oblasti glubinnoi psikhologii. M.: Akademiya, 2005. 192 s.
20. Rudykh A.V. Resakralizatsiya bytiya: stolknovenie so strakhom v bor'be za vysshie tsennosti // Psikhologiya i psikhotehnika. 2013. № 4. S. 352–359.
21. Rudykh A.V. Strakh samoaktualizatsii kak sotsiokul'turnyi faktor razlada mekhanizma preemstvennosti tsennostei // Psikhologiya i psikhotehnika. 2011. № 9 (36). S. 35–49.

22. Svami B.T. Dukhovnyi voyn. T. 4: Pobeda nad vragami uma. M.: Filosofskaya kniga, 2004. 256 s.
23. Sorokin P.A. Sotsial'naya i kul'turnaya dinamika: Issledovanie izmenenii v bol'shikh sistemakh iskusstva, istiny, etiki, prava i obshchestvennykh otnoshenii. SPb.: RKhGI, 2000. 1056 s.
24. Teilor Sh. Sotsial'naya psikhologiya. SPb.: Piter, 2004. 766 s.
25. Frankl V.E. Osnovy logoterapii. Psikhoterapiya i religiya. SPb.: Rech', 2000. 286 s.
26. Frankl V.E. Psikhoterapiya na praktike. SPb.: Rech', 2001. 256 s.
27. Freidzher R., Feidimen D. Analiticheskaya i individual'naya psikhologiya. Karl Yung i Al'fred Adler. SPb.: Praim-Evroznak, 2007. 125 s.
28. Freidzher R., Feidimen D. Gumanisticheskaya, transpersonal'naya i ekzistentsial'naya psikhologiya. K. Rodzhers, A. Maslou i R. Mei. SPb.: Praim-Evroznak, 2007. 221 s.
29. Freidzher R., Feidimen D. Gumanisticheskii psikhoanaliz. K. Khorni, E. Erikson, E. Fromm. SPb.: Praim-Evroznak, 2007. 156 s.
30. Fromm E. Begstvo ot svobody. M.: Akademicheskii proekt, 2007. 272 s.
31. Fromm E. Chelovek dlya sebya. Imet' ili byt'? Mn.: V.P. Il'in, 1997. 416 s.
32. Khorni K. Nashi vnutrennie konflikty. Konstruktivnaya teoriya nevroza. M.: Akademicheskii Proekt, 2008. 224 s.
33. Khorni K. Nevroz i rost lichnosti: Bor'ba za samorealizatsiyu. M.: Akademicheskii Proekt, 2008. 400 s.
34. Khorni K. Sobranie sochinenii: v 3-kh t. M.: Smysl, 1997. T. 2: Novye puti v psikhoanalize; Samoanaliz. 544 s.
35. Khrenov N.A. Sotsial'naya psikhologiya iskusstva: perekhodnaya epokha. M.: Al'fa-M, 2005. 624 s.
36. Shakurov R.Kh. Innovatsii i psikhologicheskaya perestroika lichnosti. Kazan': KGTU, 2009. 352 s.
37. Yung K.G. Dusha i mif. Shest' arkhетipov. Mn.: Kharvest, 2004. 400 s.
38. Yung K.G., Fuko M. Matritsa bezumiya. M.: Algoritm, Eksmo, 2007. 384 s.