

УДК 1

DOI 10.21661/r-115950

М.А. Шумков, Т.И. Олешко

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ИЛИ ОПЫТ НАДЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ И СОЗНАНИЯ

Аннотация: в данной статье авторы, анализируя различные точки зрения о методах воздействия на сознание, приходят к доводам касаясь общей целесообразности применения некоторых эзотерических практик. В работе представлен метод холотропного дыхания.

Ключевые слова: психология, трансперсональное, перинатальный период, психоанализ, бихевиоризм, религиозный опыт, холотропное дыхание, философия, мистецизм.

М.А. Shumkov, T.I. Oleshko

TRANSPERSONAL PSYCHOLOGY. THE EXPERIENCE OF TRANSPERSONAL DEVELOPMENT AND CONSCIOUSNESS

Abstract: the authors of this article have analyzed different points of view about methods of effect on consciousness and have made a conclusion that it is important to implement some esoteric practices. The work describes the method of holotropic breathing.

Keywords: psychology, transpersonal, perinatal period, psychoanalysis, behaviorism, religious experience, holotropic breathing, philosophy, mysticism.

В настоящее время мнение по отношению к трансперсональной психологии, несмотря на открытость и вполне изученность её методов остаётся не однозначным. Разногласия возникают, как при определении целесообразности так при вопросе о состоятельности данного направления и притягивания, данной теории как серьёзной области в психологии.

Если брать во внимание классическое определение, то трансперсональная психология – это целостное течение в психологии, которое интегрирует в психотерапевтическую практику вековой опыт эзотерических и религиозных традиций. Отличительной чертой, концептуальной идеей, данного направления, является теоретическое представление о душе, в которой, в полной мере, признаётся значимость духовного и космического измерений, и даёт предпосылки, возможности, для эволюции сознания.

Очевидно, что столь размытая формулировка повлекла споры в среде научных сообществ, порождая критику со стороны учёных психологов, в связи с отсутствием научной обоснованности. Но подходя к вопросу о понимании трансперсональной психологии и объективного рассмотрения критических замечаний, изначально стоит, более детально, рассмотреть историю их появления.

В частности, впервые термин «трансперсональное», применил американский философ и психолог Уильям Джеймс, в начале XX века. В своей работе, которая получила название «Многообразие религиозного опыта», автор высказывал мнение, что разделение субъекта и объекта, в психологии, является ошибкой, поскольку не существует независимых от восприятия объектов, все объекты, так или иначе, зависимы друг от друга.

Позднее, швейцарский психиатр, Карл Густав Юнг, основоположник аналитической психологии, в своих работах сформулировал идею о «коллективном бессознательном», в котором заключается опыт человечества в целом.

Современник Юнга, итальянский психолог и гуманист Роберто Ассаджиоли, критикуя методы психоанализа, в целом соглашался с идеей о «бессознательном». Однако работая в области саморазвития человека, Ассаджиоли, сформулировал, собственную, теоретико-методическую концепцию «психосинтеза», в которой старался объединить всё лучшее, созданное З. Фрейдом, К. Юнгом. Сегодня, можно с уверенностью говорить о том, что на развитие трансперсональной психологии, в той или иной степени, оказали влияние христианский мистицизм, индийская философия, западная неязыческая религия и шаманские практики народов севера.

Рассуждая о направленности трансперсональной психологии, стоит заметить, что в область её интересов входят исследования пограничных состояний сознания, и включает в себя духовный кризис, творчество и интуицию, околосмертные переживания и перинатальный период жизни человека. Анализируя всё выше изложенное, не трудно понять скептицизм, с которым порой воспринимались идеи, в европейском обществе, о «трансперсональном», к тому же принимая во внимание использование психотропных веществ, то данное направление и вовсе теряет «ореол» объективного исследования в области психологии.

Тем не менее, начиная со второй половины XX века, идеи трансперсологов позиционирует себя как полноценное направление в психологии наряду с психоанализом, бихевиоризмом и гуманистической психологией. Этот период развития тесно связан с именами таких учёных психологов как Абрахам Маслоу, Майкл Мерфи, Станислав Гроф.

Именно развиваясь как научно обоснованная дисциплина, трансперсональная психология способна решать внутриличностные проблемы человека, его обусловленные страхи и комплексы путём телесно-ориентированных практик. Медитация и гимнастика, интроспекция и самогипноз, практика холотропного дыхания. Данный перечень является спектром практических возможностей, с которыми трансперсональная психология ориентирована на решение задач в психологии путём надличностных переживаний.

Более того, если анализировать статьи американского психолога и основателя метода холотропного дыхания Станислава Грофа, то можно заключить, что в классической психиатрии, касательно большинства психических заболеваний, в основе своей, заключены кризисы личностного и духовного роста. Причины таких кризисов, по мнению С. Грофа, лежат в спонтанно пережитых состояниях, которые по причине неготовности сознания, не были полноценно пережиты.

Идеи, которые выдвигает Станислав Гроф, по своей сути, не противоречат классической психологии, однако утверждение о том, что практика холотропного дыхания и надличностные переживания способны, в полной мере, решать психологические задачи вызывает ряд вопросов.

Стоит лишь напомнить читателю о методе холотропного дыхания. Данная практика, по средствам, учащённого дыхания приводит к перенасыщению организма кислородом, в результате чего организм человека переходит в состояние «холотропной сессии». Не будет лишним заметить, что сам факт пребывания организма в подобном, пограничном, состоянии является сильнейшим стрессом, для сердечно сосудистой и центральной нервной систем.

Следовательно, наличия подобных стрессовых состояний, уже изначально, может ставить под сомнение целесообразность проведения подобной процедуры, ибо предугадать реакцию организма на подобные ситуации достаточно сложно, даже в рамках полноценного медико-диагностического исследования.

Однако, Станислав Гроф, в своих выступлениях, опирается на многолетний опыт, в котором тысячи обратившихся обрели практику холотропной сессии, с положительными последствиями. Данные опубликованные С. Грофом были высоко оценены в сообществе учёных психологов. И тот факт, что в 2007 году Станиславу Грофу было присвоено почётное звание профессора Московского Государственного Университета, подтверждает последнее высказывание.

Вывод, который можно сделать в связи с выше изложенным – не однозначен, как и сами методы, предлагаемые трансперсональной психологией. Безусловно, что степень подготовленности специалистов в данной области должна быть высочайшего уровня. Также стоит упомянуть уровень подготовки и осознанности самих холонавтов (человек на стадии подготовки и пребывания в «холотропной сессии»). По мнению самих трасперсологов, любые практики, связанные с погружением в пограничные состояния должны иметь чёткую обоснованность и понимание в отношении цели и результата.

Список литературы

1. Морозов А.В. История психологии: Учебное пособие для вузов. – М.: Академический проект, 2003. – 288 с.
2. Юнг К.-Г. Человек и его символы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.ihtik.lib.ru
3. Леонтьев А.Н. Деятельность, сознание, личность. – М., 2005. – 356 с.

4. Элиаде М. Шаманизм. Архаические техники экстаза.

5. Портал Холонавт [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
<http://www.holonavt.com>

Шумков Михаил Алексеевич – контролер ООО «Компания Благо», Россия, Армавир.

Shumkov Mikhail Alekseevich – supervisor ООО “Kompania Blago”, Russia, Armavir.

Олешко Татьяна Ивановна – канд. психол. наук, доцент, преподаватель ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет», Россия, Армавир.

Oleshko Tatiana Ivanovna – candidate of psychological sciences, associate professor, lecturer FSFEI of HE “Armavir State Pedagogical University”, Russia, Armavir.
