

Изучение феномена духовности в контексте религиозного знания и психологической науки

Р. В. Агузумцян, Н. Г. Хачатрян



Агузумцян Рубен Вазгенович
кандидат психологических наук,
доцент, руководитель лаборатории
«Психология личности и
профессиональной деятельности»
Ереванского государственного
университета, Армения.



Хачатрян Нарине Гагиковна
кандидат психологических наук,
ассистент кафедры теории
и истории психологии
Ереванского государственного
университета, Армения.

Отличительные характеристики духовности

Весь человеческий опыт, в каких бы формах он ни проявлялся, указывает на наличие сверхразумной, сверхестественной силы в сознании, в мыслях, в переживаниях человека, которая позволяет ему возвыситься над своей природой, ощутить приобщение к чему-то вечному и истинному и, тем самым, преобразиться. Эту способность человеческой природы называют духовностью. Понятие «духовность» очень трудно объективировать и определить научными категориями. Попробуем выделить характеристики духовности через сравнение близких по смыслу понятий.

Духовность исходит из понятия «духа». «Дух» буквально с латинского означает «дуновение», «дыхание» [25]. Этимология слова показывает, что дух представляет собой живое, активное и свободное начало. «Эта некая сила, которая невидима в качестве воздуха, но способна быть мощной в качестве ветра» [20, с. 118]. Для понимания сущности духа следует рассмотреть трихотомию «тело – душа – дух». Традиция разделения человеческой природы на тело, душу и дух восходит к Платону. Тело – это физическая дан-

ность, которая по своей сути пассивна. Она оживляется, становится активной, будучи одушевленной или одухотворенной. Иногда понятия «душа» и «дух» отождествляются. Однако дух часто рассматривают как развитую часть души, свойственную только человеку. Например, Платон отмечает, что часть души наиболее развита, и определяет ее как «возвышенную» часть, которая может постичь идеи метафизической реальности [2]. В философии Плотина душа проистекает из духа так же, как дух из высшей реальности [2]. Аристотель в своем трактате «О душе» также выделяет несколько уровней развития души [3]. Высший уровень развития он называет «понимающей частью души». Таким образом, в античной философии дух рассматривается как сверхразумное начало, формой проявления которого является теоретическая деятельность. Душа, в свою очередь, преобразуется, будучи обращенной к духу.

В христианском мировоззрении тело-душа-дух – это три основные начала в человеке, которые связаны между собой. Митрополит Суражский Антоний описывает тело и дух как части нашей природы, через которые мы

связаны с Богом и с тварным миром. Во всех своих проявлениях наше тело чисто и естественно, так как оно часть природы. Дух — это дыхание Божие внутри нас, что «позволяет нам вырастать от эмпирического человечества в существа, исполненные Божества, которые из невинности вырастают в святость» [4, с. 120]. Между телом и духом распространяется человеческая душа, которая включает наш ум, эмоции, все формы сознания и которая наиболее уязвима, так как именно сюда направлены все искушения. Как отмечает митр. Антоний Сурожский, писатели древности говорили о душе как о той части человека, которой может коснуться и дьявол, и Бог, и судьба человека зависит от того, что выберет его душа. Архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий) определяет душу как совокупность чувственных восприятий, следов воспоминаний, мыслей, чувств, волевых актов, но без обяза-

неизменны. Тело и душа происходят от природы, а трансцендентное «Я» как чистое сознание — от духа. Цель йоги — это реализация истинного «Я», которое искажается при идентификации только с телом или с мыслями, с чувствами, то есть с душой [29].

В научном миропонимании душа очень часто отождествляется с понятием психики, а дух тождественен, в широком смысле, сознанию как высшей форме психической деятельности, а в узком смысле — мышлению. Может быть, исходя из этого, душа чаще ассоциируется с настроением, чувствами и эмоциями, а дух с волей, разумом, мудростью. А.Н. Бердяев определяет дух как мужественное активное начало, а душу как женское пассивное начало. «Дух совершает акт относительно души, оформляет ее смыслом и истиной, дает ей свободу от власти космических сил» [8, с. 257]. Т.А. Флоренская также приписывает

ствляется в виде стремления бессознательного превзойти или, по крайней мере, сравняться со стремлениями Эго. Таким образом, дух несет в себе творческие возможности, следовательно, раскрывает возможности Я-сознания. Можно сказать, что Я-сознание черпает силы для существования из бессознательного. Однако К.Г. Юнг считает, что в случае обращения к понятию «дух» следует, скорее, говорить о «высшем» сознании, нежели о бессознательном. Неслучайно коллективное бессознательное К.Г. Юнг называет также сверхличным [33]. «Дух» определяется Юнгом также как «умиротворяющий свет, проливающийся во мраке человеческого разума, и потаенный упорядочивающий принцип царящего в нашей душе хаоса» [32, с. 79]. Это содержание выражается в религиозной установке, которая рассматривается К.Г. Юнгом, как психологическая, инстинктивная установка в человеке, благодаря которой осуществляется наблюдение и уяснение неких невидимых и не контролируемых человеком факторов.

Как отмечает С.А. Белорусов, современный синтез западных психологических и теологических взглядов на трихотомическое деление личности показывает, что душа определяется скорее как жизненный принцип, а дух как единство нашего существования, утверждения подлинного «Я» или «уникальности» [7].

В современной философии душа рассматривается как чисто индивидуальный феномен, выражающий состояние человека, особенности его чувств и эмоций, индивидуальных качеств. Состояние души причинно обусловлено внешними или внутренними условиями. Дух — общечеловеческий феномен, который объединяет людей. Дух определяет состояние души. «Дух способен воздействовать на всю душевную организацию: на чувства, волю, разум. Под влиянием духа не только душа, но и организм теряет свой биологический облик, превращаясь в инструмент духа» [10, с. 30]. Дух это свободное начало в человеке, самодетерминирующее и самоопределяющееся. «Дух выступает в качестве противовеса жизни, но лишь с тем, чтобы усовершенствовать и

В научном миропонимании душа очень часто отождествляется с понятием психики, а дух тождественен, в широком смысле, сознанию как высшей форме психической деятельности, а в узком смысле, мышлению.

тельного участия в этом комплексе высших проявлений духа. «Дух и душа нераздельно соединены в единую сущность, но можно в людях видеть различные степени духовности... Дух имеет общение с миром трансцендентным, живет в нем и сам принадлежит вечности» [7, с. 37]. Как видим, в христианстве тело—душа—дух — это три начала природы человека, которые не противопоставлены одна другой, а определяют целостность человека. Эта целостность представляется в образе Христа как совершенного человека в теле, в душе и в духе. Функция поддержания целостности принадлежит духу, так как благодаря ему человек устремлен в вечность.

В классической йоге, несмотря на жесткий дуализм природы человека, также можно увидеть такую трихотомию. Любое человеческое существо состоит из природы и духа, которые

душе женственность, а духу мужественность. «Душа оживляет, дух управляет, тело подчиняется и служит им. <...> Порядок в “доме души” и чистота в нем наступают лишь благодаря господству духа» [27, с. 12–13]. Схожая интерпретация видна у К.Г. Юнга в архетипических образах: Анима — с латинского «душа» — женское начало, Анимус — с латинского «дух» — мужское начало [14]. Однако у К.Г. Юнга встречается также дух как архетип и функциональный комплекс, который часто персонифицируется и переживается как вдохновение, оживление или невидимое присутствие. Архетип духа возникает в ситуации, когда необходимо понимание, самоанализ, совет, но человеку не хватает для этого своих ресурсов. Архетип духа в Я-сознании выступает как автономный комплекс и, с психологической точки зрения, как отмечал К.Г. Юнг, осуще-

облагородить ее обстоятельства. <...> Дух отрицает, чтобы возродить и создать, уничтожает, дабы возвысить» [10, с. 31]. Дух способствует развитию, самосовершенствованию человека. Дух как основополагающее свойство организует, определяет и направляет существо человека.

На основе анализа этих категорий можно определить духовность как состояние души, направленное к духу, преисполненное и освещенное духом. Проявление духа в индивидуальном сознании и бытии можно назвать духовностью человека, которая выражается во всех сферах жизнедеятельности и определяет качественность его бытия.

Для понимания духовности рассмотрим также, как определяется соотношение таких понятий, как духовность и религия. Существует множество определений, но нас интересуют в первую очередь те, которые были описаны с психологической позиции и характеризуют взаимоотношение этих понятий. Так, Р. Эммонс, изучив множество определений, отмечает, что духовность и религия относятся к той сфере жизни, которая имеет отношение к конечному назначению и смыслу жизни, набору принципов и этических установок, к служению Богу или высшей силе, признанию трансцендентного в повседневном опыте, самозабвенной сосредоточенности и набору верований и практик, созданных для установления отношений с трансцендентным [30]. Однако религию и религиозность можно понимать двояко – как систему убеждений, ритуалов и верований, которая направлена на приобщение к божественному и как присутствие божественного в себе и служение ему через личностные переживания и опыт. Описание таких личностных переживаний мы встречаем в работе У. Джеймса «Многообразие религиозного опыта», где он определяет границы между внешней религией как обрядовостью и личной религией как внутренним опытом одиночества, долга, совести, несовершенства человека, через которые он выходит на личную встречу с Творцом [13]. В статье «Духовность сегодняшнего дня» Т. Legege говорит о том, что духовность имеет

дело с опытом, в то время как религия концептуализирует этот опыт. В идеальном случае религиозная система должна приводить к тому, чтобы ее последователь испытал тот же духовный опыт [37]. Приведем еще одно определение, данное Е. Kelly: «Духовность и религия коренятся в измеренных реальностях, выходящих за грань строго эмпирически воспринимаемого мира <...> Термин “религия” подходит для многих кодифицированных, институционализированных и ритуализированных проявлений общественных связей людей с Высшим <...> Духовность – это глубокое чувство принадлежности, целостности, соединенности и открытости бесконечному» [31, с. 179]. Р. Эммонс говорит о духовности или личной религиозности, которая направлена на поиск сакрального. Согласно эти определения, можно предположить, что описанная У. Джеймсом личная религиозность и представляет собой духовность. Таким образом, религия оказывается более широким понятием, чем духовность, одновременно включая ее. Но с другой стороны, если духовность – это опыт личных, внутренних переживаний, которые направлены на поиск сакрального, то мы можем утверждать, что вместе с религиозными переживаниями человек испытывает и эстетические, нравственные, познавательные переживания, которые также выводят человека из эмпирического мира в трансцендентный мир. С этой позиции духовность шире религиозных переживаний и наряду с ними включает и другие. Однако, разграничение духовности и религиозности не принципиально для задач данной работы. Важным в этом анализе является определение духовности через понятие религии. Исходя из этого, мы можем сделать, по крайней мере, два вывода относительно духовности. Первый гласит, что духовность можно понимать как полученный через субъективные переживания внутренний опыт, который позволяет человеку почувствовать свою причастность к чему-то или к кому-то, что находится вне его и выше его. Этот опыт рождает стремление выйти за пределы самого себя и открыть для себя Бога, Абсолютный Дух, Высший

разум или Истину. Из этого вывода исходит и второй – стремление приводит к поиску, и тогда духовность можно определить как поиск сакрального с целью служения ему.

Духовность как поиск в контексте религиозных воззрений

Для понимания духовности как поиска следует обратиться к религиозным воззрениям, поскольку, независимо от того признаем мы это или нет, религия вплотную подходит к вопросам духовности и духовного роста. Религия признает в человеке, прежде всего, духовное начало и служит источником удовлетворения духовных потребностей. Несмотря на различия в системах убеждений относительно сущности человека и практик духовного роста в разных религиях мира, духовность рассматривается всеми ими как непосредственное переживание человеком Божественного. В результате такого переживания человек интуитивно познает свою сущность, свое духовное начало. Так, в индуизме это Атман, в буддизме – природа Будды, в иудаизме, в христианстве – Божественная искра или Святой Дух. Через этот дух человек общается с Брахманом, с Абсолютным началом, с Богом. Открытие в себе духа, то есть осознание своей духовной основы, является смыслом всей жизни человека и целью «истинных» религий. Однако этот процесс не проходит легко и быстро: это длительный путь через страдания, разочарования, ощущения ничтожества своей личности, враждебности к себе и окружающему миру. Только встав на путь духовного развития, через искупление и покаяние, через веру и любовь, в борьбе самим собой, изменив свой облик, свое мировосприятие, человек открывает для себя абсолютные смыслы и законы существования мира. В результате чего происходит, как принято считать в разных религиозных традициях, исцеление, спасение, освобождение, перерождение, просветление, пробуждение человека.

Р. Уолш, изучив духовные практики великих религий, выразил духовные искания и связанные с ними переживания человека такими метафорами, как пробуждение, дегипнотизация,

просветление, раскрытие, свобода, метаморфоза, развертывание, целостность, путешествие, смерть и возрождение. Они наиболее полно описывают процесс духовного поиска [23].

Рассмотрим, как представляются процессы духовного поиска согласно этим метафорам в христианстве и в восточных религиозных традициях, а именно — что происходит с человеком на этом пути, и к чему приводит духовный поиск.

12, 35) [19]. Однако, раскрытие становится возможным только после принятия и устранения причин ложного состояния сознания или «внутренней тьмы». С этого момента духовный поиск становится началом личностных изменений и духовного роста.

Для устранения ложного состояния восточные традиции предлагают путь освобождения посредством уничтожения желаний, воли к жизни, избавления от собственного «Я». Лао-Цзы го-

рые человек находит в мире, притягивают его, пробуждают его телесное Я, однако, в конце концов, не приводят к истине, так как они оказываются бессмысленными, временными. «И мир проходит, и похоть его, а исполняющий волю Божию пребывает вовек» (Первое послание от Иоанна; 2, 17) [19]. Аналогичен подход в христианстве и к собственной личности. Если человек возвеличивает себя, свои знания, свою мудрость и считает это лишь своим приобретением, а не даром Господа, то он опять входит в заблуждение, становится зависимым от своего «Я» и закрывает себя для Бога, тем самым утрачивая свою свободу. «Те люди, которые считают себя мудрыми и знающими, полагаются только на свой ум, очень далеки от духовного и от божественного. Встань перед Богом незнающим. Только тогда ты наполнишься знанием, которое духовно и совершенно» [30, с. 17]. Г. Нарекаци обращается к Богу словами: «... Твое любое слово — приговор, оно — благая весть, источник света <...> Мы пред тобой — песчинки неприметные...» [18, с. 135]. Ложное чувство самостождественности исходит из ошибочного предположения, что личность всемогуща, а ее уникальность увеличивается при отделении себя от окружающего мира и при противопоставлении себя природе и высшим силам. «Но всякое растение, до того как дать обильный урожай, должно быть высажено в почву, чтобы тянуться от земли к солнцу» [24, с. 24].

Освобождение от мирских благ и от своей личности не означает отречение от полноты, от радости бытия ни в христианстве, ни в восточных религиозных учениях. В буддизме, в даосизме понимание освобождения означает не разрушение иллюзии, а распознание ее и способность видеть сквозь нее. Представления о мире и о себе, являясь социальными привычками и установлениями, не должны смешиваться с реальностью [12, 34]. Как отмечает А. Уоттс, такой взгляд означает намного больше, нежели стоическое отчаяние от осознания, что человеческая жизнь — это проигранная битва с природой [24]. Если жизнь и существование принимаются как нечто серьезное, как проблема,

Проявление духа в индивидуальном сознании и бытии можно назвать духовностью человека, которая выражается во всех сферах жизнедеятельности и определяет качественность его бытия.

Духовный поиск начинается с «пробуждения» и «дегипнотизации», то есть с осознания человеком чувства заблуждения, которое связано с всецелым поглощением повседневным, материальным миром — миром физических объектов и живых существ, где все имеет свое логическое объяснение. «Тот вид порядка, который мы называем логическим, или причинно-следственным, является лишь частным случаем общего порядка, он существует в мире, но не характеризует мир как целое» [24, с. 30]. Даосизм считает, что человеку свойственно проецировать социальные условности на законы мироздания. Отсюда и вытекает состояние заблуждения, в котором он находится. В иудаизме и христианстве это состояние считается «грехопадением», в индуизме и буддизме — впадением в состояние майи, в даосизме — отклонением от Дао. Основной причиной такого состояния является зависимость от материального мира и ложное чувство самостождественности. Поняв свое заблуждение, человек «просветляется», пробуждается от иллюзии, которую принимал за реальность, начинает отличать «свет от тьмы», что приводит его к раскрытию своей истинной самости. Следует упомянуть слова Христовы: «Ходите, пока свет с вами, ибо идущий в темноте не видит дороги» (от Иоанна;

Тот, кто гонится во весь опор за добычей, теряет разум» [12, с. 153]. В буддизме проповедуются четыре благородные истины, которые спасают человека от сансары, то есть от порочного круга бесконечно повторяющихся попыток разрешения ложной проблемы существования человека в мире: жизнь есть страдание; причина страданий в привязанностях, которые рожают волю к жизни; освобождение от противоречий приносит избавление от страданий; освободиться от привязанностей и страданий можно, выбирая «восьмеричный путь» — путь этики, мудрости и медитации [17, 34].

В христианской традиции освобождение от мирских благ достигается путем осознания своей греховности и открытия себя для Бога. Совершив первородный грех, человечество встало на путь между добром и злом, между истинным и ложным, между временным и вечным. С познанием Бога решается проблема свободы человека. Имеется в виду его освобождение от своей материальной сущности, от земных благ, от всех тех знаний, которые накопило человечество, так как, если человек прочно связывается с материальным миром, он уже не свободен, и вследствие этого он все дальше уходит от Бога. «Всякий, пьющий воду сию, возраждет опять» (от Иоанна; 4, 13) [19]. Те ценности, кото-

то наше поведение становится нацеленным на ее разрешение, в итоге мы становимся зависимыми и впадаем в порочный круг сансары, то есть мы пытаемся решить проблему, которой на самом деле нет, она абсурдна. Мы попадаем в зависимость от нашего желания и стремления решить проблему существования в мире. Находясь в такой зависимости, мы ходим по кругу, изобретая все новые способы и стратегии, все больше заблуждаясь и уходя от подлинного познания себя и мира. Восточные религиозные учения предлагают путь освобождения от самой зависимости, в результате чего только и возможно проявление духовности и духовное развитие человека. Похожая мысль относительно позиции человека по отношению к материальному миру и удовольствиям наблюдается и в христианской традиции. Самоограничение не есть цель жизни, а лишь средство, через которое человек способен познать и принять подлинный смысл жизни и освободиться от рабства перед условиями существования. С.Л. Франк в своей книге «С нами бог» пишет, что «Христос нигде не учит, что плотские нужды человека сами по себе зло, и что надо избегать их удовлетворения: он только учит, что не следует обременять душу заботами об их удовлетворении» [28, с. 331].

Поворотным шагом на пути к духовному росту является осознание и принятие своей греховности, освобождение от круга сансары, так как, только обретая внутреннюю свободу, человек способен к самоизменениям, которые в результате приводят к изменению его поведения и облика.

Происходящие «метаморфозы» внутри человека и постепенное «развертывание» лепестков, то есть проявление новых качеств, способствуют развитию духовности человека. В христианстве образ Христа и есть образец истинной духовности. Цель же духовного развития христианина — уподобление себя Христу. Тейяр де Шарден отмечает, что истинный христианин одновременно и связан с людьми теснее всех, и наиболее свободен от них. «Именно Бога он ищет в реальности тварного мира. <...> Поэтому в своих достижениях он ищет не себя, а Того,

для Кого он предназначен» [26, с. 41]. В христианской традиции подлинная духовность проявляется тогда, когда человек достиг смирения, то есть смог побороть свою человеческую гордость, освободился от зависимости собственного «Я» [11]. Смирение — это не просто подчинение, а мудрость

ностей [22]. Последнее осуществимо, так как буддизм предлагает устранить различия между чувственной и рациональными формами познания, что приводит к развитию возможности созерцания, в результате чего возможно переживание целостности бытия и собственной личности. Говоря о нрав-

Путь духовного развития в религиозных учениях представляется как сложный процесс преобразования своей личности, «развертывания» истинной сущности человека. В результате такого развития человек приобретает новые качества, основанные на любви, на невозмутимом принятии всего, что окружает человека.

различия истинного и ложного, добра и зла и добровольное принятие и следование тому, что приводит к истинному. Митрополит Сурожский Антоний говорит, что смирение появляется тогда, когда мы действительно поражаемся несоизмеримостью между собой и чем-то, на что мы можем смотреть в молчании и изумлении. А установка, что для внушения смирения необходимо человека «хорошенько затоптать в грязь», является ложной [3]. Со смирением человек начинает открывать для себя свою нравственную природу, имманентно свойственную ему. Нравственность выражается через состояние любви, которое является основным качеством истинного христианина. «Главное состояние, которое делает человека счастливым и дающим возможность начать работу по созиданию в себе духовности — это любовь, возникшая на почве борьбы со своим эгоизмом» [15, с. 181]. Функция любви — это служение, и именно в таком деятельном проявлении она существует и живет. Состояние любви выражается не только по отношению к Богу, но и ко всему окружающему. Буддийская традиция учит, что истинная духовность проявляется тогда, когда человек культивирует в себе любовь и сострадание. Нравственный идеал в буддизме — следовать по срединному пути, то есть избегать край-

ственно-психологической целостности человеческой личности, буддизм выделяет три стороны нравственного поведения — воздержание от эгоизма, обуздание самости и забота о благоденствии всех живых существ [15]. Любовь как служение людям рассматривается в качестве главного фактора преобразования и духовного роста человека также в суфизме. Через любовь человек начинает жить в латихане, то есть освобождается от своего образа, «отпускает» себя и перестает «бороться», то есть доверяет себя Богу [22].

В процессе духовного роста в результате происходящих метаморфоз личности складывается целостный образ человека, то есть все проявления и характеристики его сущности объединяются и подчиняются единому принципу — принципу нравственной жизни, принципу любви, добра и служения. Основа целостности нашего «Я» в христианстве заключается в единстве и равновесии духа, души и тела. Именно развитый дух может побороть раздвоение души и тела и исцелить душу от пристрастий. В восточных религиозных традициях целостность достигается в результате слияния человека с природой, установления гармонии между внутренней и внешней средой, между «Я» и «не-Я». В буддизме конечное состояние целостности — это нирвана, со-

стояние совершенной самоудовлетворенности и самоуглубленности. Вырвавшись из круговорота сансары (жизненного цикла), человек понимает, что жизнь неотделима от смерти, удовольствие — от страдания, добро — от зла, «Я» — от «не-Я». «Нирвана — это радикальная трансформация ощущения жизни: как будто все — это я, или как будто все, включая мои мысли и действия, происходит само по себе. То есть это ощущение, что жизнь — не столкновение между субъектом и объектом, а поляризованное поле, где борьба противоположностей становится игрой противоположностей» [24, с. 65]. В космическом плане она выступает как прекращение волнений, достижение спокойствия и умиротворенности. В даосизме человек обретает целостность, не действуя в противоречии с Дао, не отклоняясь от истинного пути [12]. «Дао одновременно является неподвижным и движущимся. Дао управляет человеком точно так же, как это делают видимая и скрытая составляющие природы (земли и небо)» [21, с. 15]. Человек как частица природы не должен противо-

всего, что окружает человека. Только воспитывая в себе эти качества, человек может приблизиться к тому идеальному, целостному состоянию, о котором говорят все религии, — ощущению себя в Боге и Бога в себе, состоянию нирваны или Дао.

В каком же направлении движется человек на пути к духовному развитию? Все религии мира отмечают путь самопознания, самоуглубления и самосовершенствования. «Путешествие» начинается с субъективной реальности и ведет к объективной. Человек не может найти ответы на вопросы, которые задает душа, вовне. Восточные традиции считают, что только через постижение своей истинной сути человек может достичь непосредственного восприятия Бога и обрести сходство с ним. Августин Блаженный говорил: «Не иди вовне, иди внутрь самого себя, и когда ты внутри обретишь себя ограниченным, там выйди за пределы самого себя» [1]. Цель и смысл жизни заданы в нас самих, в каждый момент времени. Нам остается открыть для себя и понять, что человек должен развивать свою

уступить место следующему, более совершенному «Я». В результате этого преобразования постепенно и раскрывается духовная сущность человека.

Рассмотренные нами религиозные традиции сходятся в понимании процесса духовного развития. Так, самым важным на пути к духовному росту является усмирение своего Эго, преувеличение значимости которого, «раздутость» выражается в гордыне. Гордыня и самовозвеличивание не позволяют человеку проникнуть в суть явлений и познать истинный смысл своего предназначения, так как возможности Эго сильно ограничены. Кроме того, зависимость от своего Эго мешает и процессу самопознания, и познанию божественных, высших законов бытия. Следующее препятствие на пути к духовному росту, где опять сходятся подходы рассматриваемых религиозных учений, это зависимость от пристрастий, от всего того, что накоплено во внешнем мире. В таком случае человек становится более уязвимым, поскольку то, к чему он привязался, может измениться в любой момент. В такой ситуации у него в душе рождаются негативные мысли и эмоции (гнев, зависть, ненависть, злоба), невозможность совладания с которыми приводит к саморазрушению. «Три вещи в жизни разрушительны: гнев, жадность и гордыня» (суфий Магомед) [22]. Все рассмотренные выше религиозные учения признают, что только через воспитание в себе любви и сострадания, терпения и смирения, мудрости и самопознания человек может развивать свою духовную сущность и стать счастливым, почувствовать блаженство своего бытия. Истинная любовь развивается тогда, когда человек осознал и поборол в себе чувство ложного самоутверждения и самоотчужденности, осмыслил и «отпустил» негативные, разрушающие эмоции. Истинная любовь проявляется через такие качества, как благодарность и великодушие. Согласно Лао-Цзы, величайшие сокровища человека — это простота, терпеливость и сострадание [12].

Согласно рассмотренным выше религиозным традициям, в результате духовного развития и преобразования своей личности человек начина-

Только встав на путь духовного развития, через искупление и покаяние, через веру и любовь, в борьбе самим собой, изменив /свой облик, свое мировосприятие, человек открывает для себя абсолютные смыслы и законы существования мира.

поставлять себя ей и должен принять путь невмешательства в естественные законы природы, чтобы достичь целостности. Таким образом, и в буддизме, и в даосизме полная целостность достигается в результате слияния человека с природой, с Космосом, что достигается путем утраты зависимости от собственного Эго.

Путь духовного развития в религиозных учениях представляется как сложный процесс преобразования своей личности, «развертывания» истинной сущности человека. В результате такого развития человек приобретает новые качества, основанные на любви, на невозмутимом принятии

истинную духовную сущность и в результате достичь счастья. Очень часто человек ищет во внешнем мире источник счастья, не заботясь о своей душе. Понимание этого знания Августин Блаженный выразил так: «Ты [Бог] всегда был со мной, только я сам не всегда был у себя» [1]. Только путем самоуглубления, самопознания возможно познание окружающего мира, а путем самосовершенствования возможно совершенствование своего окружения и мира в целом. В процессе этого путешествия «Я» человека многократно «умирает» и «возрождается». Он оставляет прежний образ себя и открывает новое «Я», которое может

ет жить нравственной жизнью. Можно сказать, что нравственная жизнь и есть распространение духовных принципов бытия отдельного человека вовне, на все аспекты бытия. Главный принцип нравственной жизни, который отмечается почти во всех религиях, — «поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступили с тобой», то есть основными побуждениями нравственности можно считать следующее: не причинять вреда и помогать другим.

Как отмечает Р. Уолш, согласно великим религиям, нравственный образ жизни открывает в глубинах души дары, к которым относятся: уменьшение тревоги, вины и страха; уменьшение причин для беспокойства, напряженности и отрицания; более редкие приступы неуверенности в себе, подавленности и отчаяния; рост уверенности, смелости и силы; более глубокое расслабление, невозмутимость и умиротворенность; большая способность к открытости, честности и близости; ощущение чистоты, веры и цельности; близость, внимательность, забота во взаимоотношениях; эмоции счастья, радости и восторга; более открытое, доброе и любящее сердце; более открытый, восприимчивый и пробужденный ум [23, с. 135]. Все эти психологические характеристики соответствуют целостной, психологически зрелой и здоровой личности, которая в разных теориях определяется как «стремящаяся к индивидуации» (К.Г. Юнг), «продуктивная» (Э. Фромм), «зрелая» (Г. Олпорт), «полноценно функционирующая» (К. Роджерс), «самоактуализирующаяся» (А. Маслоу), «самотрансцендентная» (В. Франкл) и т. д. Все виды психотерапии направлены на преодоление фрагментации личности путем интеграции уровней сознания и формирования определенного центра личности. В современной психотерапии все чаще этот центр личности начинают называть «высшим Я» или «духовным Я», считая, что именно этот уровень способствует интеграции личности [6, 9, 16, 23, 27, 35, 36, 38]]. Следует также отметить, что очень многие современные психотерапевтические техники имеют в своей основе элементы духов-

ных практик тех или иных религиозных систем.

Таким образом, на основе сравнительного анализа разных религиозных традиций относительно духовных исканий и стремлений человека можно сделать следующие выводы:

- в процессе духовного поиска происходит духовное развитие человека через расширение сознания;
- расширение сознания идет и вверх — сознательное осмысление и принятие более общих законов и форм бытия, и вниз — осознание человеком своей природы, ограничений и возможностей;
- духовный рост приводит к кардинальным изменениям личности формированию новых качеств, которые способствуют развитию целостной личности.

Список литературы:

1. Августин Блаженный. Исповедь. — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.philosophy.ru/library/august/01/2.html>
2. Антология мировой философии: В 4-х т. / Сост. В.В. Соколов. — Т. 1. — М.: Мысль, 1969. — 576 с.
3. Антоний, митрополит Сурожский. О встрече. — Клино: Христианская жизнь, 2000. — 255 с.
4. Антоний, митрополит Сурожский. Тело, дух, душа: целостность человеческой личности // Моск. психотерапев. журнал. — 2002. — №2. — С. 113–121.
5. Аристотель. Сочинения. В 4-х т. — Т.1. — М.: Мысль, 1976. — 550 с.
6. Ассаджиоли Р. Психосинтез. Принципы и техники. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. — 416 с.
7. Белорусов С.А. Психология духовности, веры и религии // Журнал практического психолога. — 1998. — №6. — С. 21–43.
8. Бердяев Н.А. Дух и реальность. — М.: АСТ; Харьков: Фолио, 2003. — 679 с.
9. Боуэн М. Духовность и личностно-центрированный подход // Вопросы психологии. — 1992. — № 3–4. — С. 23–24.
10. Брегадзе А.А. Проблема сущности человека. — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://anthropology.ru/ru/texts/index.html>
11. Гарнак А. Сущность христианства. — М.: Интрада, 2001. — 191 с.
12. Дао-Дэ цзин / Вступ. статья, коммент. В.В. Малявина. — М.: Астрель, АСТ, 2003. — 559 с.
13. Джеймс У. Многообразие религиозного опыта. — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.psylib.org.ua/books/iames01/index.htm>
14. Зеленский В.В. Аналитическая психология: словарь. — СПб: Б.С.К., 1996. — 324 с.
15. Ильичева И.М. Духовность в зеркале философско-психологических учений (от древности до наших дней). — М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2003. — 208 с.
16. Ильичева И.М. Психология духовности. — М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2003. — 144 с.
17. Китайская философия: «нциклопедический словарь / Гл. ред. М.Л. Титаренко. — М.: Мысль, 1994. — 573 с.
18. Нарекаци Г. Книга скорби. — Ереван: Советакан грох, 1977. — 493 с.
19. Новый завет с методическими указаниями. Перепечатано с Синодального издания. — М.: Книга, Б.и., 1990. — 418 с.
20. Перри Д.У. Духовный кризис и обновление // Гроф К., Гроф С. Духовный кризис: Когда преобразование личности становится кризисом. — М.: АСТ, 2003. — С. 115–133
21. Роузен Д. Дао Юнга. — Киев: София, 1997. — 256 с.
22. Софронов А.Г. Психология религии. — Киев: Ника-Центр, 2002. — 224 с.
23. Уолш Р. Основания духовности. — М.: АСТ, 2004. — 381 с.
24. Уоттс А. Психотерапия. Восток и Запад. — Львов: Инициатива, 1997. — 174 с.
25. Фасмер М. Этимологический словарь русского языка. В 4-х т. — Т. 1, 2, 3. — М.: Прогресс, 1986–1987.
26. Фельдштейн Д.И. Социализация и индивидуализация — содержание социально-возрастного и социально-психологической реализации детства // Мир психологии. — 1998. — №1. — С. 5–11.
27. Флоренская Т.А. Диалог в практической психологии. Наука о душе. — М.: ВЛАДОС, 2001. — 208 с.
28. Франк С.Л. Духовные основы общества. — М.: Республика, 1992. — 511 с.
29. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность. Теория, упражнения, эксперименты. — СПб: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. — 608 с.
30. Шенуда Г. Освобождение духа. — Ереван: Манана, 1999. — 106 с.
31. Эммонс Р. Психология высших устремлений: мотивация и духовность личности. — М.: Смысл, 2004. — 416 с.
32. Юнг К.Г. Ответ Иову. — М.: АСТ, Канон+, 2001. — 384 с.
33. Юнг К.Г. Психология бессознательного. — М.: Канон, 1994.
34. Янгутов Л.Е. Психологические аспекты учения о «спасении» в китайском буддизме // Психологические аспекты буддизма / Отв. ред. В.В. Мантатов. — Новосибирск: Наука, 1986. — С. 11–22.
35. Bennet J. Spiritual psychology. — Lakemount, Georgia: SCA Press, 1974.
36. Campbell P.A., McMahon E.M. Religious-Type experience in the context of humanistic and transpersonal psychology // Humanistic psychology: a source book / Edited by I.D. Welch, G.A. Tate, F. Richards. — New York: Prometheus Books, 1978. — Pp. 239–245.
37. Legere T. A spirituality for today // Studies in formative spirituality. — 1984. — Vol. 5(3). — Pp. 75–84.
38. The use of self in therapy / Ed. by M. Balwin, V. Satir. — New York; London: The Haworth Press, Inc., 1987. — 155 p.