

МЕТА-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО НЕЙРОПРОГРАММИРОВАНИЯ

Резюме: Наука существует в некоем силовом, социальном поле, подчиняясь внутренним векторам. Возникшая социальная ситуация часто диктует ход науки, обуславливая те или иные ее повороты, ту или иную ее биографию. Особенно в переломные времена, как нынешние. Прямо на наших глазах рушится практически все. Политическое устройство мира. Экономическая его стабильность. Религиозная и культурная толерантность. Индивидуальная психологическая устойчивость: ощущение осмысленности и безопасности собственного существования. Кажется, что выхода из этого экзистенциального тупика не существует. Люди обречены бесконечно выживать в безумной атмосфере тотального кризиса. Однако, все не так безнадежно. Выдвигается гипотеза, что экзистенциальное нейропрограммирование – новейшая область современной прикладной психологии и психотерапии – дарит человеку один из возможных вариантов выхода из вышеизложенной безнадеги. Как теоретически, так и практически, данная система знаний ориентирована на жизнь человека, качество его экзистенции и благополучие всех направлений и этапов жизненного пути.

Ключевые слова: мета-психология, экзистенциализм, нейропрограммирование, принцип кватерности, квантовые скачки

Введение

В экзистенциальном движении наука впервые поняла человека как микрокосмос и восприняла как безусловную ценность. Более того, приверженцы гуманистического и трансперсонального течений определили человека как существо, непрестанно развивающееся в соответствии со своими внутренними законами.

По своему научному значению это стало прорывом в понимании человеческой природы, сравнимым с тотальной революцией в физике XX столетия. На совершенно ином уровне фактически была переосмыслена древняя

¹ kraliobg@abv.bg

идея о беспредельной природе микрокосмоса, положившая начало сугубо научному исследованию „внутренних вселенных“ отдельных людей.

Можно утверждать, что эти направления в психологии оказались самыми человечными среди всех.

Психологи наконец-то заинтересовались внесоциальными и надбиологическими аспектами феномена человека. Обратились к углубленному исследованию высших октав жизнедеятельности организма при полном уважении специфики индивидуальности человека как целостного существа. Они приняли на вооружение самые разнообразные методы и приемы расширения сферы восприятий, мобилизации творческих возможностей, вообще рассматривают человека как творческое существо.

Однако наука существует в некоем силовом, социальном поле, подчиняясь его внутренним векторам. Возникшая социальная ситуация часто диктует ход науки, обуславливая те или иные ее повороты, ту или иную ее биографию. Это мысль имеет слишком много подтверждений, чтобы пытаться ее оспаривать.

Но хотелось бы задаться вопросом, а что определяет саму эту давящую социальную ситуацию? Что определяет то силовое социальное поле, в котором – как железные опилки в поле магнита – начинают выстраиваться линии общественного и научного движений? Это вопрос отнюдь не праздный, а один из ключевых для самосознания ученого, но и каждого человека, особенно в переломные времена, как нынешние.

Прямо на наших глазах рушится практически все. Политическое устройство мира. Экономическая его стабильность. Иллюзия социальной гармонии. Религиозная и культурная толерантность. И, конечно же, индивидуальная психологическая устойчивость: ощущение осмысленности и безопасности собственного существования. Кажется, что выхода из этого экзистенциального тупика не существует. Люди обречены бесконечно выживать в безумной атмосфере тотального кризиса.

Однако все не так безнадежно. Это не значит, что мы должны считать указанные факты непреодолимым препятствием. Напротив, осознание их может стать частью нашего становления и помочь нам глубже постичь всю полноту смысла человеческого бытия.

Пусть вспомним, что неперменной особенностью любого человеческого общества является неизбежность для индивида чувства фрустрации. В простейшем случае фрустрация возникает, когда обстоятельства препятствуют осуществлению желаемого. Однако чаще фрустрация возникает как следствие противоречивых желаний человека и ограничений запретов, налагаемых обществом – поскольку в основе существования социальных образований лежит необходимость баланса между потребностями индивида и нуждами социальной группы. Вследствие интернализации социальных стандартов по мере взросления человека этот конфликт становится внутренним.

Таким образом, возникающее противоречие и испытываемое чувство фрустрации наилучшим образом может быть изучено „внутри“ индивида, равно как и его следствия и психические процессы, направленные на его преодоление.

В последующем изложении выдвигается гипотеза, что экзистенциальное нейропрограммирование – новейшая область современной прикладной психологии и психотерапии – дарит человеку один из возможных вариантов выхода из вышеизложенной безнадеги. Как теоретически, так и практически, данная система знаний ориентирована на жизнь человека, качество его экзистенции и благополучие всех направлений и этапов жизненного пути:

- выражение воли и проявление самостоятельности;
- оттачивание интеллекта;
- наслаждение красотой;
- развитие воображения;
- пробуждение интуиции;
- постижение любви;
- раскрытие Я и его назначения.

Здоровое и уравновешенное развитие человека распространяется во всех направлениях. Именно по этой причине мета-психологическая модель экзистенциального нейропрограммирования пытается учитывать все подлинно важные измерения человеческой жизни, забвение которых лишает ее полноты и смысла.

Опыт обоснования

Происходящие кардинальные изменения в области политики, экономики, идеологии и общественной морали привлекают пристальное внимание ученых разных специальностей. Широко известны мнения и дискуссии ведущих экономистов, юристов, историков, социологов. В тоже время до сих пор остается затушеванным аспект психологический, анализ того, к каким последствиям во внутренней организации личности привели истекшие годы.

Почему позитивные изменения, появление новых возможностей и свобод привело одновременно к растерянности, потере ориентиров, увеличению числа психических депрессий и неврозов, резкому повышению уровня агрессивности, страху перед будущим, массовой эмиграции? Отсутствие серьезного психологического анализа происходящего объясняется многими причинами, из которых назовем лишь две главные.

Во первых – это объективная сложность психологических изменений. Т. е., их неочевидность, глубинность, совершение за поверхностью внешне наблюдаемого или осознаваемого самим действующим лицом поведения.

Общественный запрос к психологии еще как бы не сформирован. Экономическая разруха сразу бросается в глаза, психологическая разруха личности может успешно камуфлироваться громкими фразами и яркостью внешних атрибутов.

Другая причина связана с состоянием самой психологической науки. Бюрократически-командный стиль управления извратил многие понятия, сам климат научного сообщества. Вместо научных школ появились „команды“, вместо научных руководителей – „администраторы со связями“, занятые удержанием „высот“, устранением „чужих“ и продвижением и расстановкой „своих“. Сколько часто приходилось слышать вопрос о том или ином психологе: „Чей это человек?“ Не „что это за человек?“, не „каков он как ученый или преподаватель, чем он занимается?“, а именно – „чей это человек?“. Утвердившись затем в науке, вернее, в научных и учебных заведениях, эти „чьи-то люди“ насаждали усвоенный ими стиль, плодя новые „команды“.

Последствия этого разложения еще долго будут сказываться в нашем сообществе. Не ослабевало и мощное идеологическое давление и цензура. Если это иго могло, наверное, не ощущаться в психофизиологии, при изучении зрительного восприятия, деятельности, памяти, или даже мышления, то в области психологии личности его действие было крайне пагубным, нередко, по сути, заграждающим возможность открытых исследований многих основополагающих реалий внутренней жизни человека. Долгие годы в психологии были фактически запретными такие темы, как вера, духовность, смысл жизни, совесть.

Но сейчас положение постепенно меняется. В обществе все более зреет понимание того, что никакие экономические доктрины, никакие выверенные юридически законы не заработают до тех пор, пока не будет понята и учтена сложившаяся психология отдельных людей. Слишком долгое время насаждалось, что все в человеке строится снизу, от материального, что „бытие определяет сознание“, забывая и, тем самым, игнорируя силу и реальность обратного, когда сознание определяет бытие, формирует, тормозит или изменяет его. Законы и доктрины могут забегать вперед или отставать, но история и культура движутся в конечном итоге скоростью шага конкретных людей, составляющих народ, страну, общество. Поэтому настал черед и психологии сказать свое слово, внести свой вклад в понимание происходящего кризиса и путей выхода из него.

Изменилось и действие второй тормозящей причины. Крайне медленно, но все же преобразуется психологическое сообщество. В противовес жестким административным формам появляются первые свободные ассоциации и объединения психологов. Во многом снята внешняя цензура на изучение реалий души, возвращаются в психологию понятия совести, гуманности, милосердия, духовности.

Надо, одноко, отдавать отчет, что возвращаются они отнюдь не полнокровными, а многократно оболганными и переименованными: гуманизм стал за эти годы демократическим, милосердие стало отождествляться с медициной, духовность пониматься как посещение концертов и чтение художественной литературы. Вылечить эти понятия, вернуть им истинный смысл и назначение, привести в соответствие с современным бытием – проблема столь же сложная, сколь и насущная. Ясно, что участие научной психологии в ее разработке совершенно необходимо.

Одна из основных, возникающих в этом контексте проблем – это обсуждение места психологии личности, разных ее парадигм в современном научном, а если взять шире – социальном мире. Возникшая социальная ситуация часто диктует ход науки, обуславливая те или иные ее повороты, ту или иную ее биографию.

Речь может идти о двух парадигмах мирозидания. Одну можно свести к формуле „вначале было дело“, вторую – к формуле „вначале было слово“. Первая формула наиболее ярко воплощена в материалистической теории деятельности. Вторая формула – „вначале было слово“ – в теории деятельности, как вообще материалистической традиции серьезно не рассматривалась. Материализм отвергал эту формулу прежде всего потому, что она прочно соединялась в сознании со следующим евангельским построением: „Слово было у Бога. Слово было Бог. Оно было в начале у Бога. Все через Него начало быть, без Него ничто не начало быть, что начало быть“ (Йоан, 1, 1-3; 2001).

Красной тряпкой являлось то, что Слово писалось здесь с большой буквы и прямо отождествлялось с Богом, тоже написанном с большой буквы. Но если воспользоваться старым постулатом о подобии микрокосма и макрокосма и низвести до конкретно-земного, социального бытия, то формула может быть прописана со „словом“ с маленькой буквы и рассмотрена, испытана как определенная модель представлений о человеке. Согласно этой модели, дело возникает не из себя самого, но из предваряющего его слова, идеи, звука, что далее входят в дело, существенно определяя его ход.

Исходя из сказанного, существующие подходы и практики можно, пусть достаточно условно и грубо, разделить на смысловые и поведенческие. Первые, по преимуществу, занимаются проблемой отношений к миру, вертикальными связями – глубинными и вершинными; вторые, по преимуществу, связями горизонтальными, инструментальными. Если для первых главное – поновому осознать себя, то для вторых – научиться жить с тем осознанием, какое есть. Если для первых главная ценность – человек и его внутренний мир, то для вторых исходное – мир внешний, уже созданный, к которому данного индивида надо приспособить, приладить, включить.

Нетрудно видеть, что сейчас в психологии идет процесс перемещения внимания со вторых на первые концепции. За этим смещением лежит более

глобальная тенденция в понимании человека, наблюдающаяся в современном мире, в частности, в связи с крахом тоталитарных идеологий – переход от понимания человека как средства, к пониманию человека как самоценности. Момент этот крайне важный для психологии, но в то же время таящий и известную опасность.

Итак, какие опасности и проблемы для психологии могут сопровождать переход от понимания человека как средства к пониманию человека как самоценности?

Едва ли не главным представляется неразработанность предельных категорий, векторов развития личности. Точнее – эти категории, вектора проработаны, продуманы, но в других областях, нежели психология. В теологии, философии, этике. И хотя большинство ныне согласится, что психология не должна пребывать бездуховной и бездушной, но реальная история говорит об ином: категории духа и души уже сто лет разрабатываются отдельно от научной психологии (Йонкова, 2013).

Между тем двигаться далее в исследовании, воспитании, коррекции личности без включения в психологический аппарат этих категорий нельзя. С другой стороны, выбор, принятие, подключение психологии к этим категориям должно рассматриваться как крайне ответственный шаг, ибо это как раз те слова, что, обрастая делом, могут привести к самым серьезным последствиям.

Отсюда и возникает специальная задача – отрефлексировать, осознать новые исходные реалии и их возможные следствия для разных уровней психической жизни. Речь при этом идет не о сугубо мировоззренческом, философском решении, хотя роль философской культуры здесь необыкновенно значима. Речь при этом идет, в известном смысле, о решении прикладном, способном быть приложимым к разнообразным частным задачам психологии личности.

Спустя столетие разрыва должна произойти новая встреча психологии и философии (Йонкова, 2011). Она не может состояться на прежних основаниях, ибо психология прошла значительный путь, накопила массу важных и разнообразных знаний, нашедших широкое применение во многих областях жизни. Это серьезная самостоятельная наука, но, приходится констатировать, наука, в своем развитии так и не пришедшая к стыковке с общими проблемами бытия, представлениями о сущности и назначении человека. Доминирующий в психологии естественнонаучный подход при всех его несомненных успехах показал, однако, свою явную несостоятельность в вопросах исследования „вершинных“, феноменов и категорий психологического бытия. Таких, как ценностные образования и смысл жизни.

Возникает дилемма – случилось ли это потому, что естественно ориентированный аппарат психологии был неверно применен и надо продолжать все новые попытки в этом направлении, или дело в том, что этот аппарат и

не может, в принципе, быть эффективен в данной области. Из всего сказанного достаточно ясно что здесь решение склоняется к последнему.

Сегодняшний призыв не означает возврата к „понимающей психологии”, к прежним способам отношения к философии, к гуманитарным знаниям вообще. Не „назад“ к философии и гуманитарному подходу, а „вперед“ к философии и гуманитарному подходу. Ведь за годы существования научной психологии с ее ориентацией, в основном, на естественную парадигму гуманитарные знания отнюдь не стояли на месте. Необходимо поэтому тщательный анализ современной гуманитарной мысли и в первую очередь достижений философии. Включая, разумеется, не только светскую, но и религиозную.

С другой стороны, философия „потеряв“ сто лет назад психологию, во многом лишилась почвы, опоры в своих рассуждениях о человеке, чем в значительной степени определяется ее отставание, утрата, реального видения человека. Новая встреча поэтому обогатит обе науки, придав психологии мировоззренческий смысл, а философии – реальную почву в постижении феномена человека.

Итак, необходима последовательная разработка современной гуманистической парадигмы изучения целостных форм психической жизни, что подразумевает, на мой взгляд, решение целого ряда задач:

- введение основных гуманитарных категорий в теоретико-психологической и конкретно-прикладной контексты;
- разработка гуманитарной психотехники, психологически обоснованных и этически оправданных путей духовного развития;
- формирования психологических условий полноты человеческого бытия;
- построение аксиопсихологии как особой отрасли, направленной на изучение субъективно-ценностной сферы;
- разработка психологических аспектов категории предельных целей развития, воспитания и коррекции личности или эсхатологическая психология;
- сравнительный анализ разных видов гуманитарных парадигм, рефлексия психологических следствий того или иного выбора этих парадигм.

Осуществление каждой такой задачи может составить одно из взаимосвязанных направлений, объединенных общей целью создания основ экзистенциальной мета-психологии. Актуальность и значимость предложенного подхода очевидны. Вся история прошлого столетия дает основание прогнозу, согласно которому XXI век будет веком гуманитарным, либо его не будет вовсе.

Основные представления экзистенциальной мета-психологии

Экзистенциализм в человеческой культуре авангардное движение и могучая сила в современной мысли, включая психологию. Экзистенциальную психологию можно определить как эмпирическую науку о человеческом существовании, использующую метод феноменологического анализа. Феноменология – есть описание данных (буквально „данностей“) непосредственного опыта. Она старается не объяснить феномены, а понять их. Поэтому определяют ее как метод психологии, который стремится пролить свет на феномены поведения, как они явлены в своей воспринимаемой непосредственности. В том же смысле феноменологический анализ поведения есть экзистенциальный анализ актуального человеческого существования.

Коротко, экзистенциальная психология твердо противостоит взглядам на индивида как на вещь. Такой взгляд не дает психологу возможности понять людей в свете их существования-в-мире.

Именно такой взгляд воплощается в дегуманизации людей. Когда с людьми общаются как с вещами, они начинают и себя считать вещами. Которыми можно владеть. Которых можно контролировать и эксплуатировать. Сторонники экзистенциальной психологии выходят на арену социальной критики, выступая против отчуждения и разрушения людей техницизмом, бюрократизмом и механизацией. Для них человек свободен и один ответствен за свое существование. Свобода не есть нечто, чем люди обладают. Она есть нечто, что они есть. Человек всегда стремится к запредельности, а значит он постоянно находится в поиске вершин собственных возможностей. Именно этот принцип экзистенциальной психологии связывает ее с современным гуманистическим движением в мире.

Теперь мы обсудим некоторые основные представления мета-психологии экзистенциального нейропрограммирования.

В первую очередь понятие НЛП (нейро-лингвистическое программирование) и его Восточная версия (Болстад, Хэмлетт, Дайер-Хурайа, 2004). На самом деле, это гениальное творение. Наука, впервые позволившая осуществлять быстрые и масштабные изменения состояния, поведения и деятельности человека без утомительного словоблудия околонучного толка. Область прикладной психологии, которая постулировала удивительно продуктивную истину: для того, чтобы что-либо изменить, важно и нужно знать как изменять.

Будучи свободным от всяческих предрассудков академической психологии, Восточная версия НЛП создала прекрасно работающих методов изменения человека, в основу которых были положены следующие положения:

Главной целью человеческой жизни является обретение благополучия. Благополучие любого человека проявляется и реализуется за счет эффек-

тивности и счастливости. Эффективность любого же человека определяется его совершенством. А вот счастливость – удачливостью как способностью достигать желаемых целей в кратчайшие сроки.

В свою очередь, совершенство человека определяется качеством программ его жизнедеятельности, в то время как удачливость – адекватностью присущих ему карт реальности: представлений о себе, других, мире и Боге. Именно карты человека образуют вторичную реальность его жизни. Более реальную, чем даже первичная – поскольку наши представления о себе, других, мире и Боге имеют характер самореализующихся предсказаний.

Функциональной основой всего этого выступает так называемый закон воплощения, согласно которому мы способны воплотить или просто увидеть в своей жизнедеятельности только то, что присутствует в нашем сознании. Программы вторичны по отношению к картам и, соответственно, обеспечивают реализацию только того, что отвечает соответствующим картам.

В связи с этим, в процессе нашего обучения и воспитания мы можем действительно усвоить и принять только те программы, которые адекватны отвечающим за них картам. И карты, и программы являются в высшей степени бессознательными и даже просто неосознаваемыми образованиями, не поддающимися изменениям на сознательном уровне.

Наконец, в Восточной версии нейропрограммирования благополучие – как главная цель – всегда рассматривалось и сейчас рассматривается, во-первых, структурно. Как синтез эффективности и счастливости. Каковые задаются совершенством и удачливостью. Которые, в свою очередь, определяются нашими программами (жизнедеятельности) и картами (реальности). Поскольку, если программа примитивная, совершенство и вытекающая из него эффективность будет никак не лучше. А если карта не того масштаба, неточная или вообще не та, на получение желаемого и нахождение искомого можно даже и надеяться.

Во-вторых, благополучие человека презентировалось и сейчас презентуется в Восточной версии нейропрограммирования как бы уровня. Так сказать, не в целом, но по отдельным его аспектам. Здоровья. Взаимоотношений. Любви. Секса. Работы. Денег.

Чему противостоит мета-психологическая модель экзистенциального нейропрограммирования?

Она увидела грубоватое деление человеческого благополучия и показала всю методологическую его (НЛП как направления) неоднородность и неоднозначность. Так вот, главная ошибка нейролингвистического программирования заключается в его главной цели: достижении успеха посредством превосходства. В некой весьма загадочной уверенности в то, что успех непременно оборачивается благополучием, да еще и долговременным. Но всем нам известен факт: успех в лучшем случае подтверждает нашу эф-

фективность и далеко не всегда делает нас еще и долговременно счастливым (Поляков, 2007).

В принципе, это означает, что пресловутое благополучие необходимо не просто так – само по себе. А в связи с жизнью как таковой, экзистенцией, которая становится таковой тогда и только тогда, когда бывает правильно понята и принята. На любом ее уровне.

Приблизительно так родилось то, что зватья „экзистенциальным нейропрограммированием“. Опять-таки программированием карт и программ, находящихся где-то в нейросети человека. Но уже во имя обретения подлинной жизни и осуществления полноценной жизнедеятельности.

Основных и базовых постулатов здесь есть как раз не так и много. Однако хотелось бы заметить, что самые постулаты не опровергают тех, что бытуют в Восточной версии нейропрограммирования, а только лишь дополняют их, задавая при этом иное значение:

Единственно, что действительно имеет смысл в этом мире, так это экзистенция человека – своеобразная психология его существования. Данная экзистенция может осуществляться в двух возможных ее качественных вариантах: существования и бытия, иначе проявляемых как выживание и собственно жизнь.

Качество жизни человека более всего определяется уровнем его витальности: интегральной способности к осуществлению жизнедеятельности, определяемой соотношением количества осознанной и используемой им информации к энергии, затрачиваемой на поддержание существования (Ялом, 1999; 2014). К сожалению, витальность человека изначально обусловлена более всего картами реальности, ограничивающими диапазон используемой информации, а также программами жизнедеятельности, приводящими к малоэффективным и чрезмерным затратам на сохранение экзистенции.

Подавляющее большинство из этих карт и программ усваивается в раннем детстве и на бессознательном уровне, отчего самостоятельное их изменение без знания специальных психотехнологий маловероятно. Однако именно они – их системная совокупность – становятся сценарием жизни человека: его бессознательным жизненным планом.

Помимо вышеизложенного следует учитывать, что прямой отказ от обусловленности чреват отходом от примитивного, но порядка, в область хаоса, за которым, на самом деле, скрывается порядок более высокого уровня. И одновременно другой уровень жизни. Необходимость отказа от обусловленности и связанного с нею порядка в сторону кажущегося хаоса (изменение уровня жизни) неизбежно порождает тревогу, могущую переходить в страх, но страхом не являющуюся.

Переход с одного уровня жизни на другой осуществляется в виде квантового скачка, кардинально меняющего всю структуру экзистенции.

Число „четыре“ лежит в основе мироздания. Вся геометрия основывалась на четырех фигурах: точке, линии, поверхности и твердом теле. Вселенная существует в четырех измерениях: длина, ширина, высота и линейное время. Реализуясь тоже в четырех стихиях: Земле, Воздухе, Воде и Огне. В собственно психологии это идея была последовательно реализована в постулированной К. Юнгом концепция четырех единиц как архетипов неких первообразов и первоначал (Юнг, 1995).

Согласно этому принципу, кватерность (четвертина) суть четырехсторонний (или четырехкратный) образ симметричной структуры, репрезентирующий идею целостности. Одновременно сие надо понимать как некий архетип – универсальный и образующий логическую схему любого целостного суждения.

Так, например, в психологическом плане, чтобы сориентироваться в чем угодно, мы, во-первых, должны обладать функцией, которая утверждает, что нечто есть или присутствует (ощущения). Во-вторых, функцией, которая устанавливает что-то такое (мышление). В-третьих, функцией, которая как бы определяет, подходит ли это нам и желанно ли оно (чувства). И, наконец, в-четвертых, функцией, которая выясняет, откуда все то пришло (интуиция).

При этом вся данная четвертина устроена по принципу 3+1, где именно эта „единица“ не только дополняет три ей предшествующие, но и, собственно, создает „кватерную“ целостность. В психологическом контексте в качестве таковой, безусловно выступает интуиция.

Именно в связи с этим мета-психология экзистенциального нейропрограммирования обратила взор на модель четырех стадий человеческой жизни. На длинной жизненной дороге мы действительно должны как бы пройти некие вполне определенные стадии. Каждая из которых совершенно отлична от других, но при том имеет четкую привязку к так называемой социализации: вхождению в систему общественных связей и отношений с одновременным занятием некой вполне определенной статусно-ролевой ниши.

Так, исходя из принципа четвертичности, можно выделить четыре системы упорядочения хаоса экзистенции: принципы и правила, логика и факты, чувства и ценности, идеи и возможности. В сути своей это соответствует четырем уровням жизни: досоциальному, социальному, постсоциальному и надсоциальному.

Первые две системы и два уровня жизни соответствуют существованию и осуществляются с целью выживания. Последние два – бытию и жизни ради жизни. Хотя, исходя из логики подхода, их можно было бы назвать по-другому: социальный и экзистенциальный мета-уровни. В первом мы живем ради общества и его целей, а во-втором – ради себя и своей экзистенции.

С учетом того, что здесь речь идет о науке, надо описать коротко методологию этого грандиозного проекта.

Решаемой проблемой (то, что мы решаем) является отсутствие достоверного знания об этапах жизненного пути человека, методах ускоренного их прохождения (от низших к высшим), а также способах перевода экзистенции из выживания в жизнь.

Объектом данной науки (то, что мы при этом исследуем) выступает человек на различных этапах его пути от выживания к жизни.

Предметом (то, что мы изучаем в этом объекте) являются закономерности этапов жизненного пути и жизнедеятельности индивидов в их общепсихологическом содержании, а также принципы и возможности их смены.

Номинализация „экзистенциальное нейропрограммирование“ не означает, что данная модальность психотерапии и отрасли прикладной психологии является только лишь некой психологизацией экзистенциальной философии. При всем глубочайшем уважении к этой всеобъемлющей теории, прямо обращенной к миру, в котором мы живем, она взяла за основу только некоторые важнейшие ее положения:

Во-первых, это гениальное предположение Сартра о том, что „бытие предшествует сущности“ (Сартр, 1999). Из которой следует, что прежде чем лезть в глубины психики, психологам важно понять именно бытие человека. То, где конкретно и на каком уровне собственной жизни он сейчас находится в процессе своей экзистенции.

Во-вторых, это вполне определенная (хотя и странноватая на первый взгляд) идея, согласно которой мы должны работать с экзистенциальной реальностью человека. Она может быть весьма своеобразной и заметно отличной от общепринятых представлений, так и собственно от объективной реальности.

В-третьих, это чрезвычайно точное (хотя и не всегда принимаемое современной психологией) утверждение о том, что именно тревожность (за которой действительно скрываются новые возможности – вспомним китайское определение кризиса не только как краха, но и потенциала развития) является одной из центральных экзистенциально-психологических проблем человечества. Потому что, она всегда (или почти всегда) возникает когда обстоятельства требуют действий, в своих способностях выполнить которые человек сомневается, а результат для него весьма значим (Кинг, Цитренбаум, 1998).

В-четвертых, это понятие свободы. С одной стороны, она буквально имманентно присуща человеку, ибо право выбора суть неотъемлемая привилегия любого человека. С другой стороны, он изначально обусловлен родительскими и прочими предписаниями, отчего „я выбираю“ с возрастом поглощается „я обязан и должен“.

И наконец, в-пятых, это концепция личной силы. Как того, что определяет возможность делать, а не только думать. Быть, а не только казаться. Достигать, а не всего лишь желать. В конце концов, люди способные

препрограммировать детские травмы и последующие удары своему существованию. Они могут преобразовать себя из экзистенциально больного человека в экзистенциально здорового. Есть возможность изменения и раскрытия целого нового мира.

Заключение

Данная концепция структуры внутреннего мира человека включает в себя, согласует между собой и сводит воедино результаты различных наблюдений и экспериментов. Мета-психологическая модель экзистенциального нейропрограммирования позволяет нам полнее и глубже понять драматические коллизии нашей жизни с ее конфликтами и проблемами, указывает на средства их разрешения и намечает нам путь к освобождению.

Что только не сковывает и не связывает нас в нашей повседневной жизни – мы жертвы иллюзий и фантазмов (продукт фантазии, отражающий в искаженной форме действительное желание человека; является одновременно иллюзорной реализацией желания и защитой от реального объекта последнего). Мы рабы неосознаваемых комплексов, бросаемые из стороны в сторону внешними влияниями. Мы ослепленные и загипнотизированные обманчивой поверхностью вещей.

Не удивительно поэтому, что человек в подобном состоянии часто испытывает неудовлетворенность, что он не уверен и неустойчив в своих настроениях, мыслях и действиях. Интуитивно чувствуя себя „единым целым“ и тем не менее находя в себе „внутренний раскол“, он приходит в замешательство и не может понять ни себя, ни других. Не удивительно, что не зная и не понимая себя, человек не управляет собой, вращаясь в кругу своих ошибок и недостатков; вот почему столь многим людям жизнь не удалась – или, во всяком случае, была омрачена болезнями души и тела, истерзана сомнениями, разочарованиями и отчаянием. Не удивительно, что иногда человек в своем слепом стремлении к свободе и удовлетворению яростно восстает против существующего положения вещей, а иногда, пытаясь приглушить внутреннюю боль, с головой уходит в лихорадочную деятельность, отдается разгулу страстей или пускается в безрассудные приключения.

Мы рассмотрели возможно ли разрешить эту центральную проблему человеческой жизни и как это сделать – как излечить этот фундаментальный недуг человека. Мы посмотрели, как освободиться от этого рабства, осуществить гармоничную внутреннюю интеграцию, постичь истинное Я и вступить в правильные отношения с другими людьми.

Задача, конечно, не легкая и не простая. Но разрешимость ее засвидетельствована теми, кто применял для этого необходимые и достаточные средства экзистенциального нейропрограммирования:

- глубокое познание своей личности;
- контроль над различными ее элементами;
- постижение своего истинного Я: выявление или создание объединяющего центра;
- психосинтез: формирование, перестройка или препрограммирование личности вокруг нового центра.

Для того, чтобы действительно познать себя, недостаточно составить опись элементов, образующих наше сознательное существо. Необходимо также предпринять исследование обширных областей нашего бессознательного.

Сперва мы должны бесстрашно спуститься в преизподнюю бессознательного, чтобы выявить те темные силы, которые в свое время обольстили нас и теперь нам угрожают. Чтобы выявить фантазмы, унаследованные или программированные в детстве мыслеобразы, которые нас преследуют или тихо над нами властвуют. Страхи, которые нас сковывают. Конфликты, которые расточают нашу энергию. Этого можно достичь с помощью методов экзистенциального нейропрограммирования.

Обязательно необходимо исследовать области бессознательного. Благодаря этому, мы обнаружим в себе неизвестные прежде способности. Свое истинное призвание. Свои высшие потенциальные возможности, которые пытаются выразить себя, но которые мы нередко отвергаем. Которые мы подавляем из-за непонимания, предубежденности или страха. Мы обнаружим также огромный запас недифференцированной психической энергии, скрытой в каждом из нас: пластичную часть бессознательного, которая находится в нашем распоряжении, наделяя нас неограниченной способностью к научению и созиданию.

Литература

- Библия. Священное писание на Стария и Новия завет. United Bible Societies, 2001.
- Болстад, Р., Хэмблетт, М., Дайер-Хурайя, К. НЛП и энергетические практики Востока. М., 2004.
- Йонкова, К. Дебатът между рационализма и мистицизма. В. Търново, 2013.
- Йонкова, К. Послание за една по-философски ориентирана психология. В: Бузов, В. /сост./ Съвременни философски изследвания. В. Търново, 2011.
- Кинг, М., Цитренбаум, Ч. Экзистенциальная гипнотерапия. М., 1998.
- Поляков, С. Мифы и реальность современной психологии. М., 2007.
- Сартр, Ж. Битие и нищо: опит за феноменологична онтология. С., 1999.
- Юнг, К. Психологически типове. С., 1995.
- Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия. М., 1999.

Ялом, Ђ. Дарът на терапията. Отворено писмо до новото поколение терапевти и техните пациенти. С., 2014.

Красимира Йонкова

МЕТА-ПСИХОЛОГИЧНИЈАТ МОДЕЛ НА ЕКЗИСТЕНЦИЈАЛНОТО НЕВРОПРОГРАМИРАНЕ

Резюме

Науката живее в никакво силово, социално поле, подчинявайќи се вътрешно на векторните му величини. По правило, параметрите на социалната ситуација диктуваат посоките на движењето ѝ, обуславяјќи един или друг профил на нејната биографија. Особено в преломни времена како днешните. На практика, пред очите ни се руши всичко. Политическото устројство на света. Неговата икономическа стабилност. Религиозната и културната толерантност. Индивидуалната устојчивост на човека: усещането за смисъл на животот и сигурност на битието му. Изгледа, че нема излизане од таа екзистенцијална безизходност. Хората са сякаш обречени да оцеляват до безкрајност в безумната атмосфера на тотална криза. Не всичко обаче е толкова безнадежно. В настоящата студия се издига хипотезата, че екзистенцијалното невропрограмирање – како иновативна област на съвременната приложна психологија и психотерапија – дарява на човека възможен вариант за изход од посочената безнадеждност. Тази система од знања е теоретично и практички ориентирана към витализма на личността, качеството на нејната екзистенција и благополучие във всички посоки и етапи на жизнения път.

