

ПСИХОЛОГИЯ: НОВЫЙ ВЗГЛЯД И НОВОЕ ОЧАРОВАНИЕ

Наследие полувекового исследования сознания

д.м.н. Станислав Гроф

перевод: А. Бернгард, А. Задерий, А. Емельяненко

Обзор

Опираясь на наблюдения более чем пятидесяти лет исследований важной подгруппы необычных состояний сознания, называемых “холотропными”, автор предлагает пересмотр некоторых основных положений современной психиатрии, психологии и психотерапии. Предложенные изменения включают природу сознания и его отношение к предмету, измерениям психики человека, корням эмоциональных и психосоматических расстройств и терапевтической стратегии. В свете новых наблюдений складывается впечатление, что духовность является существенным свойством психики человека и жизни в целом. Важная и противоречивая тема, которую в контексте данной статьи можно затронуть только вскользь, это значение архетипической психологии и астрологии для исследования сознания.

Современное исследование сознания и заря новой парадигмы

В 1962 Томас Кун, один из самых влиятельных философов двадцатого века, издал свою новаторскую книгу "Структура научных революций" (Kuhn 1962). На основе пятнадцати лет интенсивного изучения истории науки он продемонстрировал, что развитие знания о вселенной в различных научных дисциплинах представляет собой отнюдь не процесс постепенного накопления данных и формулировки все более точных теорий, как обычно считалось. Вместо этого, оно ясно показывает циклический характер с выделенными стадиями и характерной динамикой, которую можно понять и даже предсказать.

Центральным понятием теории Куна, делающим её возможной, является понятие *парадигмы*. Парадигма может быть определена как совокупность убеждений, ценностей и методов, разделяемых членами сообщества в определенный исторический период. Она управляет взглядами и

научными исследованиями ученых, пока одному из её основных положений не бросят серьезный вызов новые наблюдения. Это приводит к кризису и появлению предложений радикально новыми способами рассматривать и интерпретировать явления, которые старая парадигма неспособна объяснить. В конечном счете, одна из этих альтернатив удовлетворяет необходимым требованиям для того, чтобы стать новой парадигмой, которая затем будет господствовать в мышлении в последующий период истории науки.

Самыми известными историческими примерами сдвига парадигмы была замена Птолемеевой геоцентрической системы гелиоцентрической системой Коперника, Кеплера и Галилея; ниспровержение теории флогистона Бекэра в химии Лавуазье и Дальтоном; и концептуальные перевороты в физике за первые три десятилетия двадцатого века, которые подорвали гегемонию Ньютонской физики и дали начало квантовой физике и теории относительности. Смена парадигмы имеет тенденцию становиться главной неожиданностью для господствующего академического сообщества, поскольку его участники склонны принимать ведущие парадигмы за точное и окончательное описание реальности. Таким образом, в 1900 незадолго до появления квантово-релятивистской физики, лорд Кельвин объявил: " В физике больше нельзя открыть ничего нового. Дальше просто будет расти точность измерений".

За последние пять десятилетий различные пути современного исследования сознания обнаружили богатый диапазон "аномальных" явлений – опыта и наблюдений, которые подорвали некоторые общепринятые утверждения современной психиатрии, психологии и психотерапии относительно природы и измерений психики человека, происхождения эмоциональных и психосоматических расстройств и эффективных терапевтических механизмов. Многие из этих наблюдений столь радикальны, что подвергают сомнению основные метафизические положения материалистической науки относительно природы реальности, людей и связи между сознанием и материей.

Холотропные состояния сознания

В этой статье я подвожу итоги своих наблюдений и опыта более чем полувека исследований важной подгруппы необычных состояний сознания, для которых я придумал название *холотропные*; результаты этих исследований бросают серьезный вызов существующим научным парадигмам. Прежде, чем я обращусь к данной теме, я хотел бы объяснить термин "холотропные", который я буду использовать на протяжении этой статьи. Все эти годы главный мой интерес состоял в исследовании целительного, трансформирующего и эволюционного потенциала необычных состояний сознания, и их высокую ценность, как источника новых революционных данных о сознании, психике человека и природе реальности.

С этой точки зрения термин "измененные состояния сознания" (Tart 1969), обычно используемый клиницистами и теоретиками господствующих школ и направлений, не подходит из-за его одностороннего акцента на искажении или нарушении "правильного способа" переживания себя и мира. (В разговорном английском и на ветеринарном жаргоне, слово "изменить" служит для обозначения кастрации домашних собак и кошек). Даже несколько более благозвучный термин "необычные состояния сознания" кажется слишком общим, поскольку включает широкий диапазон условий, не относящихся к предмету этой статьи. Сюда относятся банальные делириозные расстройства, вызванные инфекционными заболеваниями, опухолями, злоупотреблением алкоголем, или сосудистыми и дегенеративными заболеваниями головного мозга. Эти изменения сознания связаны с дезориентацией, нарушением интеллектуальных функций и последующей амнезией. Они клинически важны, но лишены терапевтического и эвристического потенциала.

Термин "холотропные" относится к многочисленной подгруппе необычных состояний сознания, которые имеют большое теоретическое и практическое значение. Такие состояния испытывают начинающие шаманы во время кризисов инициации, и в дальнейшем вызывают их у клиентов в терапевтических целях. Древние и туземные культуры использовали эти состояния в течение многих тысячелетий в обрядах посвящения и церемониях

исцеления. Они были описаны мистиками всех возрастов и посвященными в древние мистерии смерти и возрождения. В контексте главных мировых религий: индуизма, буддизма, джайнизма, даосизма, иудаизма, ислама, зороастризма и христианства развивались и использовались способы их индуцирования.

Важность холотропных состояний для древних и туземных культур отражается в том общем количестве времени и энергии, которое члены этих групп посвящали разработке “технологий священного”, различных методик, способных вызвать такие состояния в ритуальных и духовных целях. Эти методы сочетают в различной степени игру на барабанах и других ударных инструментах, музыку, пение, ритмичные танцы, измененное дыхание и развитие специальных форм осознания. Длительная социальная и сенсорная изоляция в пещере, пустыне, льдах Арктики, или в высокогорье также является важным способом вызвать такие необычные состояния. Экстремальные физиологические вмешательства, практикуемые с этой целью, включают пост, депривацию сна, обезвоживание, прием сильнодействующих слабительных и очистительных средств, и даже причинение сильной боли, телесных увечий, используется также сильная кровопотеря. Ритуальное применение психоделических растений, безусловно, являлось самым эффективным средством индуцирования целительных и трансформативных необычных состояний сознания.

Когда я открыл уникальную природу этих состояний сознания, я обнаружил, во что трудно было поверить, что у современной психиатрии нет определенной категории и термина для таких теоретически и практически важных переживаний. Поскольку я ясно осознавал, что они имеют право отличаться от “измененных состояний сознания” и не рассматриваться как проявления серьезных психических заболеваний, я стал называть их “холотропными”. Это сложное слово буквально означает “ориентированный на целостность” или “движущийся по направлению к целостности” (от греческого *holos* = целый и *trepo/trepein* = движущийся к или в направлении чего-то). Слово “холотропные” является неологизмом, но оно связано с

обычно используемым термином *гелиотропизм* – способностью растений всегда поворачиваться в направлении солнца.

Холотропные состояния сознания и духовная история человечества

Название "холотропный" говорит о чём-то, что могло бы стать неожиданностью для среднего жителя Запада: в нашем повседневном состоянии сознания мы отождествляемся только с небольшой частью того, кто мы есть на самом деле, и не проживаем бытие в полной мере. У холотропных состояний сознания есть потенциал, чтобы помочь нам осознать то, что мы не "это в мешке из кожи", как назвал это английский философ и писатель Алан Уотс (Watts 1961), а то, что по данным последних исследований, мы соизмеримы с самим космическим творческим принципом. Или, пользуясь выражением Пьера Тейяра де Шардена, французского палеонтолога и философа, "мы не человеческие существа, имеющие духовный опыт, а духовные существа, имеющие человеческий опыт" (Teilhard de Chardin 1975).

Эта поразительная идея не нова. Древнеиндийский трактат Упанишады на вопрос: "Кто я?" отвечает "Тат твам аси". Это краткое санскритское предложение означает буквально: "Ты Есмь То", где "То" относится к Божественному. Это предполагает, что мы не "*намарупа*" – имя и форма (тело/это), а что на глубочайшем уровне мы тождественны божественной искре в нашей самой сокровенной сути (Атману), которая, в конечном счете, тождественна высшему универсальному принципу, созидающему вселенную (Брахману). Это откровение – тождественность человека с Божественным – является последней тайной, скрытой в мистическом ядре всех великих духовных традиций. Название этого принципа, таким образом, может быть - Дао, Будда, Шива (в Кашмирском Шиваизме), Космический Христос, Плерома, Аллах и многие другие. У холотропных переживаний есть потенциал, чтобы помочь нам открыть нашу истинную идентичность и наш космический статус (Grof 1998). Иногда это происходит постепенно, иногда - в виде серьёзных прорывов.

Холотропные состояния сознания и современная психиатрия

Психоделические исследования и развитие интенсивных эмпирических методов психотерапии во второй половине двадцатого века перенесли холотропные состояния из мира целителей древних и дописьменных культур в современную психиатрию и психотерапию. Терапевты, которые были открыты для этих методов и использовали их в своей практике, смогли подтвердить необычный целительный потенциал холотропных состояний и открыли их ценность как бесценного источника революционно новой информации о сознании, психике человека и природе реальности. Я познакомился с замечательными свойствами холотропных состояний в 1956, когда я, как начинающий психиатр, добровольно вызвался для эксперимента с ЛСД-25. Во время этого эксперимента, в котором фармакологический эффект ЛСД сочетался с воздействием сильного стробоскопического света (так называемая реакция "усвоения ритма"), у меня был ошеломляющий опыт космического сознания (Grof 2006).

Этот опыт определил мой пожизненный интерес к холотропным состояниям, и исследование в этой области стало моей страстью, профессией и призванием. С тех самых пор большинство моих клинических и научных исследований состояло из систематического изучения терапевтического, трансформирующего, эвристического и эволюционного потенциала этих состояний. Полвека, которые я посвятил исследованию сознания, были для меня захватывающим приключением, приведшим к открытиям вовне и внутри меня. Несколько первых десятилетий я проводил психотерапию с использованием психоделических веществ, изначально в Психиатрическом исследовательском институте в Праге, в Чехословакии, а затем в Мэрилендском психиатрическом исследовательском центре в Балтиморе, в штате Мэриленд, где я участвовал в последней сохранившейся в США программе исследования психоделиков. Начиная с 1975 г., моя жена Кристина и я работали с Холотропным Дыханием, мощным методом терапии и самоисследования, который мы совместно разработали в Институте Эсален в Биг-Суре, в Калифорнии. За эти годы мы также поддержали многих людей, у которых

спонтанно возникали эпизоды необычных состояний сознания: психодуховные трансформации или "духовные кризисы", как мы с Кристиной их называем (Grof и Grof 1989, Grof и Grof 1991).

В психоделической терапии холотропные состояния вызваны применением изменяющих сознание веществ, таких как ЛСД, псилоцибин, мескалин, триптамин или производные амфетамина. В холотропном дыхании изменение сознания достигается сочетанием более быстрого дыхания, побуждающей музыки и высвобождающей энергию работы с телом. В ситуации духовного кризиса холотропные состояния возникают спонтанно, посреди повседневной жизни, и их причина обычно неизвестна. Если они правильно понимаются и поддерживаются, у них есть необычный исцеляющий, трансформирующий и даже эволюционный потенциал.

Я также был поверхностно знаком со многими дисциплинами, которые более или менее непосредственно связаны с холотропными состояниями сознания. Я провёл много времени, обмениваясь информацией с антропологами, и участвовал в священных церемониях туземных культур в различных частях мира, в которых как использовались, так и не использовались психоделические растения: пейотль, аяхуаска, и грибы рода *Psilocybe*. Они включали в себя контакты с разными североамериканскими, мексиканскими, южноамериканскими и африканскими шаманами и целителями. У меня также имелись обширные связи с представителями различных духовных дисциплин и практик, включая Випассану, Дзэн, буддизм Ваджраяны, Сиддха-йогу, Тантру и христианский орден Бенедиктинцев.

Я также пристально следил за развитием танатологии, молодой дисциплины, изучающей околосмертные переживания, а также психологические и духовные аспекты смерти и умирания. В конце 1960-х – начале 1970-х я участвовал в большой исследовательской работе, изучающей эффекты психоделической терапии людей, умирающих от рака. Я также имел честь лично знать и испытать на себе способности некоторых великих экстрасенсов и парапсихологов нашей эры, пионеров лабораторного исследования сознания и терапевтов, которые разработали и практиковали

сильнодействующие формы экспериментальной терапии, вызывающей холотропные состояния сознания.

Мое изначальное столкновение с холотропными состояниями было для меня весьма сложным и бросающим вызов, как интеллектуально, так и эмоционально. В первые годы моих лабораторных и клинических психоделических исследований, меня ежедневно засыпали опытами и наблюдениями, к которым моё медицинское и психиатрическое обучение меня не подготовило. На самом деле, я переживал и наблюдал то, что считалось невозможным в контексте научного мировоззрения, которое у меня сформировалось во время моего медицинского обучения. Тем не менее, эти якобы "невероятные" явления, происходили постоянно. Я описал эти "аномальные феномены" в моих статьях и книгах (Grof 2000, 2006).

Психология будущего

В конце 90-ых мне позвонила Джейн Банкер, мой редактор из издательства Государственного университета Нью-Йорка, опубликовавшего немало моих книг, с вопросом о том, не рассмотрел ли бы я возможность написать книгу, которая бы подводила итог наблюдениям из моих исследований в одном томе, и служила бы предисловием к моим уже изданным книгам. Она также попросила, чтобы я сделал акцент на тех переживаниях и наблюдениях из моих исследований, которые невозможно объяснить с точки зрения действующих научных теорий, и которые потребовали бы пересмотра общепринятой системы мышления для того, чтобы воспринять эти революционные данные.

Это был серьёзный вызов, но вместе с тем и великолепная возможность. Стремительно приближался мой 70-летний юбилей, и новое поколение фасилитаторов уже проводило сессии Холотропного Дыхания по всему миру. Нам необходимо было руководство, охватывающее материал, который мы преподавали на наших обучающих модулях. И вот поступило предложение создать его для нас.

Результатом этого сотрудничества стала книга с умышленно провокационным названием *"Психология будущего"*. Радикальный пересмотр

нашего понимания сознания и человеческой психики в болезни и здравии, который я предлагал в этой книге, подразделялся на следующие категории:

- 1. Природа сознания и ее связь с материей.*
- 2. Новая картография человеческой психики.*
- 3. Архитектура эмоциональных и психосоматических расстройств.*
- 4. Эффективные терапевтические механизмы.*
- 5. Стратегия психотерапии и самоисследования.*
- 6. Роль духовности в человеческой жизни*
- 7. Значение архетипической астрологии для психологии.*

До тех пор, пока мы не изменим наше мышление во всех этих сферах, наше понимание психогенных эмоциональных и психосоматических расстройств и их терапия будут оставаться поверхностными, неудовлетворительными и неполными. Психиатрия и психология не будут способны по-настоящему понять природу и истоки духовности и оценить ту важную роль, которую она играет в человеческой психике и в общем ходе вещей. Эти изменения необходимы для понимания ритуальной, духовной и религиозной истории человечества: шаманизма, ритуалов перехода, древних мистерий смерти и возрождения, всех великих религий мира. Без коренных изменений в нашем мышлении, потенциально целительные и эвристически бесценные переживания ("духовные кризисы") будут ошибочно диагностироваться, как психотические состояния, и лечиться препаратами, подавляющими симптомы.

Великое множество переживаний и наблюдений в ходе изучения холотропных состояний сознания останется собранием интригующих "аномальных явлений", событий, которые, согласно действующей научной парадигме, не должны происходить. У профессионалов в области психического здоровья также могут возникнуть сложности с принятием терапевтической силы психоделических веществ, способствующих глубочайшим переживаниями, которые рассматриваются в настоящее время как психотические, – о чем свидетельствуют термины, при помощи которых современные клиницисты описывают их: экспериментальный психоз,

психотомиметики, галлюциногены. Такой взгляд отражает неспособность признать подлинную природу холотропных переживаний, как соответствующих проявлений глубинной динамики психики.

Учитывая то, что поначалу я сам противился смущающим ум переживаниям и наблюдениям в ходе исследования холотропных состояний, а также явлениям, связанным с ними (например, поразительным синхронностям), я не удивлюсь, если предлагаемые мною изменения встретят сильное сопротивление со стороны академического сообщества. Это понятно, учитывая масштаб и радикальный характер необходимых концептуальных пересмотров. Профессионалы в консервативных академических и клинических кругах склонны путать "карту и территорию", рассматривая современные теории сознания и человеческой психики в терминах здоровья и заболевания, как исчерпывающие и точные описания реальности (Korzybski 1931, Bateson 1972). Здесь речь идёт не о небольшой реконструкции ряда теорий – так называемых *ad hoc гипотезах*, предназначенных для объяснения отдельных явлений, которые невозможно объяснить в рамках одной теории, а о значительном фундаментальном пересмотре. Возникший в результате концептуальный катаклизм был бы сравним по характеру и масштабу с революцией, с которой столкнулись физики в первые три десятилетия двадцатого века, когда им пришлось переходить от ньютоновской модели к квантово-релятивистской. В некотором смысле, те концептуальные изменения, которые я предлагаю, представляли бы логическое завершение кардинальных перемен в нашем понимании материального мира, которые уже произошли в физике.

История науки богата на примеры личностей, которые изменяли доминирующую парадигму. Обычно их идеи сначала отбрасывались, как продукт невежества, незрелых суждений, лженауки, мошенничества, или даже безумия. Сейчас я нахожусь на девятом десятке своей жизни, - времени, когда многие исследователи часто пытаются критически проанализировать свою профессиональную карьеру и сделать основные выводы о том, чего они достигли. За более чем полвека исследований холотропных состояний – моих

собственных, а также большого числа моих трансперсонально-ориентированных коллег – было накоплено так много доказательств кардинально нового понимания природы сознания и человеческой психики, что я решил описать это новое видение в его целостности, полностью осознавая его противоречивую природу. Тот факт, что новые данные бросают вызов наиболее фундаментальным метафизическим предположениям материалистической науки, не должен служить достаточным основанием для того, чтобы отказаться от них. Будет ли в конечном счете новое видение опровергнуто или принято, определят будущие беспристрастные исследования холотропных состояний.

1. Природа сознания и ее связь с материей

Согласно существующему научному мировоззрению, сознание является эпифеноменом материальных процессов; оно предположительно возникает в результате сложнейших нейропсихологических процессов в мозге. Данное утверждение рассматривается серьезными авторитетами как очевидный факт, доказанность которого не подлежит сомнению. Но при ближайшем рассмотрении оказывается, что это не более чем базовое метафизическое предположение, которое не подтверждается фактами и, в действительности, противоречит данным современных исследований сознания.

У нас имеется достаточное количество клинических и эмпирических доказательств, иллюстрирующих глубокую связь между анатомией, психологией и биохимией мозга с одной стороны, и состояниями сознания – с другой. Однако ни какие из полученных данных однозначно не доказывают, что сознание на самом деле генерируется мозгом. Даже сложные теории, основывающиеся на передовых исследованиях мозга, такие как предположение Стюарта Хамероффа о том, что разрешение проблемы сознания может заключаться в понимании квантовых процессов в микротрубочках мозговых клеток на молекулярном и супрамолекулярном уровнях (Hameroff 1987), не достигают цели в преодолении громадной пропасти между материей и сознанием, и не объясняют, каким образом материальные процессы могут вырабатывать сознание.

Происхождение сознания из материи считается не требующим доказательств и самоочевидным фактом, основанным на метафизическом предположении о первичности материи во вселенной. В действительности, за всю историю науки, никто не предложил ни сколько-нибудь правдоподобного объяснения того, каким образом сознание может создаваться материей, ни даже жизнеспособного подхода к этой проблеме. Рассмотрим для примера книгу Фрэнсиса Крика "*Удивительная гипотеза: научный поиск души*" (Crick 1994): на обложке этой книги значится весьма волнующее обещание: "Нобелевский лауреат объясняет сознание".

"Удивительная гипотеза" Крика кратко изложена в начале его книги: "Вы, ваши радости и печали, ваши воспоминания и амбиции, ваше чувство идентичности и свободная воля - не более чем поведение огромного количества нервных клеток и связанных с ними молекул. Вы – не что иное, как стопка нейронов". В начале книги "для упрощения проблемы сознания", Крик сужает ее до проблемы оптического восприятия. Он представляет впечатляющие экспериментальные доказательства, иллюстрирующие то, что визуальное восприятие связано с определенными физиологическими, биохимическими, и электрическими процессами, происходящими в зрительной системе от сетчатки через зрительный пучок до подзатылочной коры. И здесь дискуссия заканчивается, как будто проблема происхождения сознания успешно решена.

На самом деле проблема здесь только начинается. Что именно способно преобразовывать биохимические и электрические процессы в мозгу в сознательный опыт соответствующего воспроизведения объекта, который мы наблюдаем, в полном цвете, и проецировать его в трехмерное пространство? Труднопреодолимая проблема взаимоотношений между феноменом – вещью в том виде, в котором мы их воспринимаем, - и ноуменом – вещью в себе (*Dinge an sich*) была четко озвучена Иммануилом Кантом (Kant 1999). Ученые фокусируют свое внимание на аспекте проблемы, где они могут найти ответы: в материальных процессах в мозге. Гораздо более загадочная проблема – как физические процессы в мозге порождают сознание – не получает должного внимания, поскольку она непостижима и неразрешима.

Отношение, которое западная наука установила по отношению к этой проблеме, напоминают известную суфийскую притчу. Однажды темной ночью Насреддин, сатирический суфийский персонаж, стоял на коленях под уличным фонарем. Его сосед увидел его и спросил: "Что ты делаешь? Ты что-то ищешь?" Насреддин ответил, что он ищет потерянный ключ, и его сосед предложил ему помочь. Через какое-то время бесплодных совместных поисков, сосед почувствовал себя в замешательстве и решил уточнить: "Я ничего не вижу. Ты уверен, что потерял его здесь?" Насреддин покачал головой, указал пальцем в темноту за пределами освещаемого фонарем круга и ответил: "Не здесь. Вон там". "Но почему мы ищем его здесь, а не там?" - воскликнул сосед в недоумении. На что Насреддин объяснил: "Потому что здесь есть свет, и мы можем видеть. А там темно, у нас бы не было шансов!"

Схожим образом ученые-материалисты систематически избегали проблемы происхождения сознания, поскольку эта загадка не может быть решена в контексте их концептуальных представлений. Идея о том, что сознание - это продукт мозга, разумеется, не является совершенно беспочвенной. Ее сторонники обычно приводят в защиту своей позиции массу специфических клинических наблюдений из области неврологии, нейрохирургии, нейрофизиологии, и психиатрии.

Доказательства наличия сильных корреляций между анатомией, нейрофизиологией и биохимией мозга и сознанием бесспорны и ошеломляющи. Проблема состоит не в характере представленных доказательств, а в выводах, сделанных на основе этих наблюдений. С точки зрения формальной логики, такой тип ложного вывода представляет собой *non sequitur* – доказательство, в котором заключение не следует из предпосылок. В то время как экспериментальные данные ясно свидетельствуют о том, что сознание тесно связано с нейрофизиологическими и биохимическими процессами в мозге, они практически не влияют на природу и происхождение сознания.

Простая аналогия – взаимосвязь между телевизором и телевизионной программой. Ситуация здесь намного яснее, поскольку в данном примере использована система, созданная человеком, и ее функционирование хорошо

известно. В конечном итоге, восприятие телевизионной программы – качества изображения и звука – напрямую зависит от функционирования телевизора и целостности его компонентов. Неисправность различных его частей вызовет определенные и конкретные изменения в качестве программ. Некоторые из них приведут к искажению формы, цвета, или звука, другие – к помехам в вещании каналов, и т.д. Подобно неврологу, использующему изменения в сознании как диагностический инструмент, телевизионный механик, исходя из характера внешних проявлений, может сделать вывод о том, какие конкретные части телевизора повреждены или неисправны. Когда причина определена, исправить поломку можно с помощью ремонта или замены этих элементов.

Поскольку мы знакомы с базовыми принципами технологии телевизионного вещания, нам очевидно, что телевизор просто передает программы, но не создает их. Мы бы посмеялись над тем, кто попытался бы проанализировать работу всех транзисторов, реле и микросхем телевизора, а также тщательно изучить все его провода в попытке выяснить, как телевизор создает программы. Даже, если бы мы приложили такие ошибочно направленные усилия на молекулярном, атомном или субатомном уровне, мы бы не получили абсолютно никакого ключа к разгадке того, почему в определенное время на экране появляется мультфильм с Микки Маусом, сериал "Звездный путь", или голливудская классика. Тесная связь между функционированием телевизора и качеством программ не обязательно означает, что весь секрет программ скрыт в самом телевизоре. Однако именно такого рода вывод делает традиционная материалистическая наука из сходных данных о связи мозга и сознания.

Достаточное количество доказательств свидетельствуют как раз об обратном, а именно, что при определенных обстоятельствах сознание может функционировать независимо от его материальной составляющей и может выполнять свои функции, превосходящие способности мозга. Это наиболее ясно иллюстрируется существованием внетелесных переживаний, которые могут случаться спонтанно, или в различных способствующих этому ситуациях: шаманских трансах, психоделических сессиях, духовной практике,

гипнозе, эмпирической психотерапии, и особенно в околосмертных переживаниях. Во всех этих ситуациях сознание может отделяться от тела и, сохраняя свою воспринимающую способность, свободно перемещаться на близкие и далекие расстояния. Так называемые "достоверные" внетелесные переживания особенно интересны, поскольку независимое свидетельство подтверждает, что восприятие окружающего является точным. В околосмертных ситуациях такие достоверные внетелесные переживания могут происходить даже с теми людьми, которые слепы от рождения по органическим причинам (Ring and Valarino 1998; Ring and Cooper 1999). Многие другие типы переживаний трансперсонального характера могут давать точную информацию о различных аспектах вселенной, которые не были предварительно получены и записаны в мозге (Grof 2000).

Ученые-материалисты не смогли предоставить достаточно убедительных доказательств того, что сознание является продуктом нейрофизиологических процессов в мозге. Они смогли поддерживать эту убежденность, только игнорируя, неверно интерпретируя или даже высмеивая огромное количество наблюдений, указывающих на то, что сознание может существовать независимо от тела и физических ощущений. Такие доказательства приходят из парапсихологии, антропологии, исследований ЛСД, эмпирической психотерапии, танатологии, и исследований спонтанно возникающих холотропных состояний сознания (духовных кризисов). Эти дисциплины накопили впечатляющие данные, отчетливо демонстрирующие, что человеческое сознание способно к функционированию такими способами, которые мозг, как его представляет господствующая наука, не способен постичь, и что сознание является первичным и неотъемлемым аспектом существования - равноправным партнером материи или даже превосходящим ее.

2. Новая картография человеческой психики

Традиционная академическая психиатрия и психология используют модель человеческой психики, ограниченную послеродовой биографией и индивидуальным бессознательным, описанным Зигмундом Фрейдом.

Согласно Фрейду, наша психологическая история начинается после того, как мы родились, т.е. новорожденный - это *tabula rasa*, чистый лист. Наше психологическое функционирование обусловлено взаимодействием между биологическими инстинктами и влияниями, которые сформировали нашу жизнь с того момента, как мы вошли в этот мир: качеством вскармливания, особенностями приучения к туалету, различными психосексуальными травмами, развитием суперэго, нашими реакциями в Эдиповом треугольнике, конфликтами и травмирующими событиями в последующей жизни. Согласно этой точке зрения, наша постнатальная личная и межличностная история определяет, кем мы становимся и как мы функционируем в психологическом отношении.

Фрейдистское индивидуальное бессознательное, по сути, также является производной нашей постнатальной истории – хранилищем того, что мы забыли, отвергли как неприемлемое, и подавили. Этот подспудный мир психики (*Ид*, как назвал его Фрейд) находится во власти примитивных инстинктивных сил. Для того, чтобы описать взаимоотношения между сознательной частью психики и бессознательным, Фрейд пользовался своей известной метафорой айсберга, часть которого скрыта под водой. В этой метафоре, то, что считалось проявлением всей психики, на самом деле представляло лишь небольшую её часть, подобно той части айсберга, которая находится над водой. Психоанализ обнаружил, что много большая часть психики, сопоставимая с подводной частью айсберга, несознаваемая и неведомая нам, управляет нашими мыслительными процессами и поведением.

Более поздние исследования в динамической психотерапии добавили к этиологическим факторам проблемы в развитии объектных отношений и межличностной динамике в родительской семье, но разделяли с фрейдистским психоанализом исключительный акцент на постнатальной жизни (Blanck and Blanck 1974, 1979, Sullivan 1953, Satir 1983, Bateson et al. 1956). То, кем мы становимся и как мы функционируем в психологическом отношении, обусловлено тем, что с нами происходит после того, как мы родились. Но эта модель, оказывается совершенно недостаточной, когда мы

работаем с холотропными состояниями сознания, как вызванными психоделиками и различными немедикаментозными средствами, так и спонтанными. Чтобы учесть все явления, происходящие в подобных состояниях, мы должны решительно пересмотреть наше понимание измерений человеческой психики. Помимо постнатального биографического уровня, разделяемого с традиционной психологией, новая расширенная картография включает две дополнительные большие области.

Первую из этих областей можно описать как "перинатальную" из-за её близкой связи с травмой биологического рождения. Эта область бессознательного содержит воспоминания о том, что испытал плод на последовательных стадиях процесса рождения, включая все эмоции и физические ощущения. Эти воспоминания образуют четыре различные группы переживаний, каждая из которых связана с одной из стадий процесса родов. Я ввел для них термин "базовые перинатальные матрицы" (*БПМ I-IV*).

БПМ-I состоит из воспоминаний о позднем периоде беременности перед самым началом рождения. БПМ-II связана с первой стадией процесса рождения, когда матка сокращается, но шейка еще не раскрыта. БПМ-III отражает борьбу, предваряющую рождение и происходящую после раскрытия шейки матки. И наконец, БПМ-IV хранит память о появлении на свет, о самом рождении. Содержание этих матриц не ограничено эмбриональными воспоминаниями; каждая из них также представляет собой специфическое окно в области исторического и архетипического коллективного бессознательного, содержащие схожие оттенки в своих эмпирических аспектах. Подробное описание феноменологии и динамики перинатальных матриц может быть найдено в моих публикациях разных лет (Grof 1975, 2000).

Официальная позиция академической психиатрии состоит в том, что биологическое рождение не запечатлевается в памяти и не является психотравмой. Традиционная причина отрицания возможности помнить рождение состоит в том, что кора головного мозга новорожденного недостаточно зрелая для того, чтобы опосредовать опыт и запечатлеть его. А именно, кортикальные нейроны еще не "миелинизированы" – не полностью

покрыты защитным слоем жировой субстанции, называемой миелином. Удивительно, что этот же аргумент не используется, чтобы отрицать наличие и важность воспоминаний, относящихся к периоду вскармливания, который следует сразу за рождением. Психологическое значение событий на оральной стадии и даже бондинга – обмена взглядами и физическим контактом между матерью и ребенком сразу после рождения – обычно принимается во внимание и признается традиционными акушерами, педиатрами и детскими психиатрами (Klaus, Kennell, and Klaus 1995, Kennel and Klaus 1998).

Довод в пользу миелинизации не имеет ни малейшего смысла и противоречит разного рода научным наблюдениям. Например, было установлено, что память существует в организмах, у которых вообще нет коры головного мозга. В 2001-м американский нейробиолог австрийского происхождения, Эрик Кандел, получил Нобелевскую премию по физиологии за свои исследования механизмов памяти морского слизня аплизии, организма, несравнимо более примитивного, чем новорожденный ребенок. В Университете Тафтса Тал Шомрат и Майкл Левин провели захватывающее исследование молекулярных механизмов у плоских червей планарий, позволяющих этим организмам производить регенерацию всего тела, включая мозг. Планария может дать уникальную возможность изучать регенерацию мозга и память у одного и того же животного. Для исследования динамики памяти в регенерирующем мозге они разработали компьютеризированную систему, чтобы плоские черви обучались освоению окружающей среды. Они показали, что черви могли осваиваться в окружающей среде, и что эта память сохранялась в течение, по крайней мере, 14 дней – достаточно длительного периода, чтобы мозг мог регенерировать. Дальнейшие исследования показали, что у обученных декапитированных планарий наблюдалось восстановление памяти после регенерации новой системы, моделирующей работу головы. Авторы предложили планарий в качестве основного вида для исследования механизмов кодирования определенных воспоминаний в биологических тканях (The Journal of Experimental Biology (Журнал по экспериментальной биологии) 2013).

Утверждение о том, что новорожденный не знает о своём рождении и не способен сформировать память об этом событии, также сильно противоречит обширным эмбриональным исследованиям, показывающим, что плод крайне чувствителен даже на пренатальной стадии (Tomatis 1991, Whitwell 1999, Moon, Lagercrantz и Kuhl 2010). Эту поразительную логическую непоследовательность, отмечаемую у людей, подготовленных в строго научных рамках, с наибольшей вероятностью можно объяснить тем, что пугающие воспоминания о биологическом рождении подавляются психикой и вызывают сопротивление.

Вторую трансбиографическую область новой картографии точнее всего называть "трансперсональной", поскольку она включает богатое множество переживаний, в которых сознание выходит за пределы тела/эго, а так же и привычных ограничений линейного времени и трехмерного пространства. Этот выход приводит к переживанию отождествления с другими людьми, группами людей, другими формами жизни, и даже элементами неорганического мира. Выход за пределы времени обеспечивает доступ к наследственным, расовым, коллективным, филогенетическим, и кармическим воспоминаниям. Еще одна категория трансперсональных переживаний может перенести нас в сферу коллективного бессознательного, которое швейцарский психиатр К.Г. Юнг назвал архетипическим. Эта область служит пристанищем для мифологических фигур, мотивов и сфер всех культур и времён, даже тех, о которых у нас нет предварительного интеллектуального знания (Jung 1959).

В его самых отдаленных уголках индивидуальное сознание может отождествиться со Вселенским разумом или Космическим сознанием, созидающим принципом вселенной. Вероятно, самый глубокий опыт, доступный в холотропных состояниях, это идентификация с Супракосмической и Метакосмической Пустотой, Изначальной Пустотой и Небытием, которое осознает себя. Пустота имеет парадоксальную природу; это вакуум, в том смысле, что она лишена любых конкретных форм, но также и полнота, поскольку содержит в себе все мироздание в потенциальной форме.

Существование и природа трансперсональных переживаний колеблют некоторые самые основные положения материалистической науки. Они подразумевают такие, казалось бы, абсурдные идеи, как относительность и случайный характер всех физических границ, нелокальные связи во вселенной, общение через неизвестные средства и каналы, память без материального носителя, нелинейность времени, или сознание, связанное со всеми живыми организмами и даже неорганическим веществом. Многие трансперсональные переживания включают события, как из микрокосма, так и из макрокосма - сфер, которые сложно воспринять обычными органами чувств или из исторических периодов, предшествующих происхождению солнечной системы, формированию планеты Земля, появлению живых организмов, развитию нервной системы и появлению *Homo sapiens*.

У академиков и врачей господствующего направления, придерживающихся монистического материалистического мировоззрения, нет иного выбора, кроме как отрицать существование и подлинность трансперсонального опыта или низводить его до категории “аномальных явлений”. Однако были предприняты серьезные попытки, чтобы подвести под них научную концептуальную базу и интегрировать их в революционно новое мировоззрение. Проявляя недюжинную интеллектуальную изобретательность в серии своих книг ведущий мировой системный теоретик, междисциплинарный ученый и философ Эрвин Ласло исследовал широкий диапазон дисциплин, включая астрофизику, квантово-релятивистскую физику, биологию и трансперсональную психологию (Laszlo 1993, 1999, 2003, 2004a, 2004b). Он указал на широкий спектр явлений, парадоксальных наблюдений и парадигматических проблем, для которых у этих дисциплин нет объяснений. Привлекая революционные достижения науки двадцатого века, он предложил блестящее решение для аномалий и парадоксов, которые в настоящее время наводняют многие ее области. Ласло достиг этого, сформулировав свою гипотезу связанности, которая в качестве основного краеугольного камня рассматривает существование того, что он назвал “пси-полем” а, позже, переименовал в “поле Акаши” (Laszlo 2003, 2004b).

Ласло описывает его как субквантовое поле, которое является источником всего сущего и содержит голографическую запись обо всех событиях, произошедших в феноменальном мире. Он приравнивает это поле к понятию “квантового вакуума” (или лучше сказать “квантовой полноты”), которое пришло из современной физики (Laszlo 2003, 2004ab). Гипотеза связанности Ласло обеспечивает научное объяснение для в любом другом случае загадочных трансперсональных переживаний, таких как опыт отождествления с другими людьми и с представителями иных видов, групповое сознание, возможность переживания эпизодов из других исторических эпох и стран, включая опыт прошлых жизней, телепатию, удаленное видение и другие экстрасенсорные способности, внетелесные переживания, астральную проекцию, опыт Супракосмической и Метакосмической Пустоты и пр.

Альтернативной концептуальной базой, которая может объяснить многие невероятные свойства трансперсональных переживаний, является процессуальная философия английского математика, логика и философа Альфреда Норта Уайтхеда (Whitehead 1978). Метафизическая система Уайтхеда особенно интересна тем, что не придает значения фундаментальному метафизическому статусу, а фокусируется в основном на опыте или разуме. Согласно процессуальной философии, основной элемент, из которого сделана вселенная, является не устойчивым веществом, а моментом опыта, названного в его терминологии “актуальная возможность”. Вселенная составлена из бесчисленных прерывистых вспышек эмпирической активности на всех уровнях реальности от субатомных частиц до человеческих душ. Релевантность философии Уайтхеда по отношению к трансперсональной психологии и исследованиям сознания была исследована в работах Джона Бьюкенена, Дэвида Рея Гриффина, Джона Квиринга, Леонарда Гибсона и Гранта Максвелла (Buchanan 1994, 2001, 2002 и 2005, Griffin 1989 и 1996, Quiring 1996, Gibson 1998, 2006, 2010, и Maxwell 2011).

Трансперсональные переживания и теории Кена Уилбера

Другой важной попыткой объединить трансперсональные переживания и духовность с научным мировоззрением является работа Кена Уилбера,

первоначально называемая спектральной психологией, а позже интегральной психологией. В своих книгах я классифицировал трансперсональные переживания строго по феноменологическому, а не иерархическому принципу. Индуистская и буддистская литература, и Кен Уилбер в своих трудах, основанных на этих источниках, придерживаются иерархического подхода к определению уровней сознания, на которых происходят различные трансперсональные переживания. Для построения своей карты психодуховного развития Уилбер использовал материалы из древней духовной литературы, прежде всего из индуистской Веданты, а также буддийских Тхеравады и Махаяны. Мои собственные данные получены в результате клинических наблюдений среди современного населения ряда европейских стран, Северной и Южной Америки и Австралии, дополненных некоторым ограниченным опытом с японскими и восточно-индийскими эмпирическими группами. Однако, несмотря на различие в источниках данных, несложно расположить трансперсональные переживания в моей классификации таким образом, чтобы они близко соответствовали описанию уровней духовного развития, предложенному Уилбером (Wilber 1980).

Мое исследование представило эмпирические доказательства существования большинства переживаний, включенных в эволюционную схему Уилбера. Оно также показало, что описания из древних духовных источников, на которые опирается Уилбер, по-прежнему очень важны для современного человечества. Однако поскольку примеры, используемые Уилбером для иллюстрации различных уровней психодуховного развития, довольно скудны и неполны, включение наблюдений из моего исследования холотропных состояний в его схему, требуют некоторых важных дополнений и поправок.

Схема Уилбера пост-кентаврической духовной области включает нижний и верхний тонкий уровень, нижний и верхний каузальный уровень, а также уровень Предела или Абсолюта. Согласно этой схеме, *нижний тонкий* или *астрально-экстрасенсорный уровень сознания* характеризуется степенью дифференциации сознания от ума и тела, превышающей достигнутую на уровне кентавра. Астральный уровень, по собственным утверждениям Уилбера,

"включает, в основном, внетелесный опыт, определенное оккультное знание, ауры, истинную магию, 'астральное путешествие', и так далее". Описание Уилбером экстрасенсорного уровня включает различные 'пси' явления: экстрасенсорное восприятие (ЭСВ), сверхчувственное предвидение, ясновидение, психокинез и другие. Он также обращается здесь к Сутрам Патанджали, которые в некоторой степени включают все паранормальные силы, явления торжества разума над материей или *siddhi* (Patanjali 1990). В *высшей тонкой сфере* сознание полностью дифференцирует себя от обычного ума и становится тем, что можно назвать 'сверхсобой' или 'сверхумом'. В эту сферу Уилбер помещает высшие проявления религиозной интуиции и вдохновения, видения божественного света, слышимое озарение и высшее присутствие: духовных проводников, ангельских существ, иштадев, Дхьяни-Будд (Будд Высшей мудрости) и Божественных архетипов, которые он рассматривает как высшие архетипические формы нашего собственного существа.

Подобно тонкому уровню, каузальный уровень можно разделить на нижний и высший. Уилбер указывает, что *нижняя каузальная сфера* проявляется в состоянии сознания, известном как *савикальна самадхи*, переживание окончательного Бога, основы, сущности и источника всех архетипических проявлений и малых божественных проявлений, с которыми сталкиваются в тонких сферах. *Высшая каузальная сфера* тогда включает "полное и абсолютное восхождение и освобождение в Лишенной формы Сознании, Безграничном Сиянии". В этом контексте Уилбер обращается к *нирвикальна самадхи* индуизма, *ниродхе* из буддизма Хинаяны, и к восьмой из десяти картин о пастьбе вола из дзэн-буддизма.

На последнем уровне Уилбера, который называется *Абсолют*, Сознание пробуждается в своём Изначальном состоянии и Сущностном качестве (*татхагата*), которое, в то же время, является всем существующим: грубым, тонким или каузальным. Разница между свидетелем и свидетельствуемым исчезает, и тогда возникает Процесс целого мира, миг за миг, как чьё-то собственное Бытие, за пределами и прежде которого ничего не существует.

В иерархической классификации, основанной на моих собственных данных, я бы включил в *нижний тонкий* или *астрально-экстрасенсорный уровень* переживания, которые вовлекают элементы материального мира, но предоставляют информацию радикально отличным от нашего повседневного восприятия образом. Сюда, прежде всего, относятся переживания, которые традиционно изучаются парапсихологами (а некоторые также танатологами и терапевтами), такие как внетелесный опыт, астральное путешествие, явления ЭСВ, сверхчувственное предвидение и ясновидение. Я также добавил бы переживания явлений, тесно связанных с материальной действительностью, но затрагивающих аспекты или измерения, не доступные для обычного сознания – тонкое или энергетическое тело, его каналы (*нади* или *меридианы*), поля (*ауры*) и центры (*чакры*). В этом контексте особенно важным является понятие "точек пересечения", мостов между видимой и невидимой реальностью, обнаруженное в тантрической литературе (Mookerjee и Khanna 1977).

Я бы также включил в нижний тонкий уровень некоторые важные трансперсональные переживания, которые имеют место в моей картографии, но не упомянуты Уилбером. К ним относится опыт отождествления с различными аспектами пространства-времени: другими людьми, животными, растениями и неорганическими материалами и процессами, а также наследственный, расовый, коллективный, филогенетический, и кармический опыт. В своих предыдущих публикациях я показал, что весь этот опыт, переданный по экстрасенсорным каналам, обеспечивает доступ к точной новой информации о рассматриваемых явлениях (Grof 1975, 1985, 1987, 2000).

Я также добавил бы из своей собственной классификации категорию переживаний, которую я называю *психоид*, используя термин, придуманный Хансом Дришем и принятый К.Г. Юнгом (Addison 2009). Эта группа включает ситуации, в которых внутриспсихические переживания связаны с соответствующими изменениями во внешнем мире (или, лучше сказать, в консенсусной реальности). Психоидные переживания покрывают широкий спектр от синхроничностей Юнга (Jung 1960) и церемониальной магии до

психокинеза и других явлений превосходства разума над материей или *сиддхов* (Grof 1988), которые Патанджали приписывает тонкому уровню сознания.

Категории моей карты трансперсональных переживаний, которые можно было отнести к высшему тонкому уровню, включают видения божественного света и явление божества, столкновения с различными благими и гневными архетипическими фигурами, контакт с проводниками духа и сверхчеловеческими сущностями, связь с шаманскими тотемными животными, прямое считывание универсальных символов и эпизоды религиозного и творческого вдохновения ("Прозрение Прометея"). При видениях архетипических существ или опыте отождествления с ними, они могут восприниматься в своей универсальной форме (например, Великая Богиня Мать) или в форме их специфических культурных проявлений (например, Дева Мария, Изиды, Кибелы, Парвати, и т.д.).

В течение этих лет я удостоился чести присутствовать на психоделических сессиях и сессиях Холотропного Дыхания людей, переживающих опыт, относящийся к нижней и высшей каузальным сферам, а, возможно, даже к Абсолюту. У меня также был собственный опыт, которому я доверяю, попадающий в эти категории. В моей классификации эти эпизоды описаны под такими названиями, как переживания Демиурга, Космического Сознания, Абсолютного Сознания, или Супракосмической и Метакосмической Пустоты.

Проведя больше чем полвека за изучением холотропных состояний сознания, я не сомневаюсь в том, что существуют трансперсональные переживания, реальные онтологически, и не являющиеся продуктами метафизических спекуляций, человеческого воображения или патологических процессов в мозге. Под термином "онтологически реальные", я подразумеваю категорию переживаний, которые не только обладают субъективным чувством реальности, но также и те, чье содержание открывает некоторые природные свойства или сущностные качества бытия или существования. Было бы ошибкой отбрасывать весь трансперсональный опыт, считая его продуктом

фантазии, примитивного суеверия или проявлением психического заболевания, как часто делалось ранее.

Любому, пытающемуся поступить таким образом, пришлось бы предложить правдоподобное объяснение, почему эти переживания, происходившие в прошлом, описаны столь последовательно людьми различных рас, культур и исторических периодов. Ему или ей также пришлось бы объяснить факт того, что эти переживания продолжают происходить среди современного населения при столь разнообразных обстоятельствах, как сессии с различными психоделическими веществами, во время экспериментальной психотерапии, во время медитации людей, выполняющих систематическую духовную практику, в околосмертных переживаниях и в ходе спонтанных эпизодов психодуховного кризиса. Подробное обсуждение трансперсональной области, включая описания и примеры различных типов трансперсонального опыта можно найти в моих публикациях разных лет (Grof 1975, 1987, и 2000).

С позиции этой значительно расширенной модели психики мы теперь могли бы перефразировать сравнение Фрейда психики с айсбергом, говоря, что все, что фрейдистский анализ выяснил о психике, является только верхушкой айсберга, находящейся над водой. Исследование холотропных состояний позволило открыть и исследовать обширную подводную часть айсберга, избежавшую внимания Фрейда и его последователей, за исключением выдающихся отступников Отто Ранка и К.Г. Юнга. Мифолог Джозеф Кэмпбелл, известный своим язвительным ирландским юмором, использовал другую метафору: “Фрейд ловил рыбу, сидя на ките”.

3. Природа, функция и архитектура эмоциональных и психосоматических расстройств

Для объяснения различного рода эмоциональных и психосоматических расстройств, не имеющих органической основы (“психогенной психопатологии”), традиционные психиатры используют поверхностную модель психики, ограниченную биографией после рождения и индивидуальным бессознательным. Данная модель предполагает, что корни этих расстройств берут начало в младенчестве или детстве как результат различных

эмоциональных травм и динамики межличностных отношений в семье. Школы динамической психотерапии едины во мнении, что глубина и серьезность этих расстройств зависят от времени первоначальной травматизации.

Так, согласно классическому психоанализу, истоки алкогольной, наркотической зависимостей, а также маниакально-депрессивных расстройств кроются в оральном периоде развития либидо; обсессивно-компульсивные неврозы имеют свои корни в анальной стадии; фобии и конверсионные расстройства есть результат травм, полученных во время фаллической стадии и во время Эдипова комплекса и комплекса Электры; и так далее (Fenichel 1945). Последующие разработки в психоанализе связывали некоторые очень глубокие расстройства – аутические и симбиотические инфантильные психозы, нарциссизм, и пограничные расстройства личности – с нарушениями в раннем развитии объектных отношений (Blanck and Blanck 1974 and 1979). Как я упоминал ранее, это не относится к ранкианским и юнгианским терапевтам, которые понимают, что корни эмоциональных расстройств проникают в глубины психики.

Такие выводы основаны на наблюдениях терапевтов, которые используют в своей практике преимущественно вербальные средства. Понимание психогенных расстройств кардинально меняется, когда мы применяем методы, включающие холотропные состояния сознания, которые затрагивают уровни бессознательного, как правило, недоступные для вербальной терапии. Начальные стадии данной работы обычно раскрывают соответствующий травматический материал из раннего младенчества и детства, который вполне обоснованно связан с эмоциональным и психосоматическим проблемами, и кажется их источником. Однако по мере дальнейшего раскрытия материала, разворачиваются более глубокие пласты бессознательного, и мы обнаруживаем дополнительные корни тех же проблем на перинатальном и трансперсональном уровнях психики.

Различные способы работы с холотропными состояниями – такие как психоделическая терапия, Холотропное Дыхание, ребефинг, и первичная терапия, или психотерапия с людьми, переживающими спонтанные

психодуховные кризисы – показали, что эмоциональные и психосоматические проблемы не могут быть адекватно объяснены только как происходящие в постнатальных психотравматических событиях. По моему опыту, бессознательный материал, связанный с ними, обычно формирует многоуровневые конstellации, для которых я ввел термин "системы конденсированного опыта" или "СКО" (Grof 1975, 2000).

Типичная СКО вмещает много уровней бессознательного материала, разделяющих схожие эмоции и физические ощущения; в образовании СКО участвуют различные уровни психики. Более поверхностные и доступные уровни содержат эмоциональные и физические травмы из младенчества, детства и более поздней жизни. На более глубоком уровне каждая СКО обычно связана с тем или иным аспектом памяти рождения – определенной базовой перинатальной матрицей (БПМ); выбор матрицы зависит от природы затрагиваемых эмоций и физических ощущений. Например, если сюжетом СКО является преследование, это БПМ-II; если это борьба против мощного противника или сексуального насилия, то здесь прослеживается связь с БПМ-III. Для позитивной СКО, содержащей память о глубоко удовлетворяющих или наполняющих ситуациях, это будет БПМ-I или БПМ-IV, и так далее.

Глубочайшие корни СКО, лежащие в основе эмоциональных и психосоматических расстройств, уходят в трансперсональную сферу психики. Они имеют форму родовой, расовой, коллективной, и филогенетической памяти, переживаний, которые приходят из других жизней ("воспоминания о прошлых жизнях"), и различных архетипических мотивов. Таким образом, например, терапевтическая работа с гневом и склонностью к насилию может на определенном этапе принять форму переживания идентификации с тигром или черной пантерой. В основе серьезного антисоциального поведения может лежать демонический архетип, в то время как окончательное разрешение от фобии может происходить в форме проживания и интеграции опыта прошлой жизни, и так далее.

В целом, архитектура СКО может быть наилучшим образом описана при помощи клинического примера. Человек, страдающий психогенной формой

астмы, в серии дыхательных сессий мог бы обнаружить мощную СКО, которая лежит в основе этого заболевания. Биографическая часть этой констелляции могла бы состоять из воспоминаний о том, как он чуть не утонул в возрасте семи лет; о том, как в возрасте между тремя и четырьмя годами старший брат частенько душил его, а в возрасте двух лет он задохнулся кашлем во время коклюша или дифтерии. Перинатальный вклад в данную СКО могла бы внести, например, асфиксия, испытываемая во время рождения в результате обвития пуповины вокруг шеи. Типичным трансперсональным источником этого заболевания дыхательных путей могло бы быть переживание повешения или удушья в том, что кажется прошлой жизнью. Детальное обсуждение СКО и их роли в различных формах психопатологии, включая дополнительные примеры, можно найти в ряде моих более ранних публикаций (Grof 1975, 1987, and 2000).

4. Эффективные терапевтические механизмы

Традиционная психотерапия признает только терапевтические механизмы, которые оперируют на уровне биографического материала, такие как ослабление психологических механизмов защиты, воспоминание забытых или вытесненных травмирующих событий, реконструкция прошлого на основе сновидений или невротических симптомов, достижение интеллектуальных или эмоциональных озарений, анализ переноса, и получение корректирующего опыта в межличностных отношениях. Психотерапия, использующая холотропные состояния сознания, предлагает много дополнительных высокоэффективных механизмов исцеления и личностной трансформации, которые становятся доступны по мере того, как переживание регрессии во времени достигает перинатального и трансперсонального уровней. Такие механизмы включают повторное проживание в настоящем моменте травмирующих воспоминаний младенчества, детства, биологического рождения, и жизни плода до рождения; воспоминания о прошлых жизнях; проявление архетипического материала; переживание космического единства; и другие.

Такая терапевтическая динамика может быть проиллюстрирована историей участника одного из наших семинаров в Институте Эсален в Биг Суре, Калифорния, которого я назову Норбертом. В начале семинара Норберт жаловался на сильную хроническую боль в левом плече и грудных мышцах, которая причиняла тяжелые страдания и делала его жизнь несчастной. Неоднократные медицинские обследования, включая рентген, не выявили какой-либо органической причины его проблемы, и все терапевтические попытки лечения оказывались безуспешными. Цикл новокаиновых инъекций принес только кратковременное облегчение на время фармакологического действия препарата.

Сессия холотропного дыхания Норберта была долгой и драматичной. В группе обмена опытом после дыхания он описывал три различных уровня его переживаний, каждый из которых относился к болям в его плече и был связан с удушьем. На самом поверхностном уровне он проживал пугающую ситуацию из его детства, в которой едва не лишился жизни. Когда ему было около семи лет, он и его друзья копали туннель в песке на берегу океана. Когда туннель был закончен, Норберт залез внутрь, чтобы исследовать его. Поскольку остальные дети прыгали вокруг туннеля снаружи, туннель обвалился и похоронил Норберта заживо. Он практически задохнулся до того, как его спасли взрослые, которые прибежали на крики детей о помощи.

По мере углубления дыхательной сессии Норберт погрузился в проживание жестокого и пугающего эпизода, который оживил память о его биологическом рождении. Его рождение проходило очень трудно, поскольку он застрял на продолжительное время, зацепившись своим плечом за лобковую кость его матери. Этот эпизод объединился с предыдущим сочетанием удушья и сильной боли в левом плече.

В последней части сессии его переживания существенно изменились. Норберт начал различать военную форму и лошадей и обнаружил, что он является участником ожесточенного сражения. Ему даже удалось распознать в нем одну из битв во времена правления

Кромвеля в Англии. В какой-то момент он почувствовал острую боль в левом плече и понял, что оно пронзено копьем. Он упал с лошади и почувствовал, что оказался под копытами других лошадей, которые сокрушили его грудь. Его сломанная грудная клетка причиняла ему мучительную боль, и он задыхался от крови, которой были полны его легкие.

После невероятных страданий, сознание Норберта отделилось от его умирающего тела и воспарило над полем боя, обозревая его с высоты птичьего полета. После смерти тяжело раненного солдата, в котором Норберт узнал себя в одном из прошлых воплощений, сознание Норберта возвратилось в настоящий момент и вновь соединилось с телом, которое впервые за годы мучений покинула боль. Освобождение от боли, которые принесли эти переживания, оказалось постоянным.

5. Стратегия психотерапии и самоисследования

Самый удивительный аспект современной психотерапии – большое количество соперничающих друг с другом школ со значительными отличиями во мнениях и отсутствием согласия относительно наиболее существенных проблем. Каковы измерения психики человека, и каковы ее важнейшие мотивационные силы? Почему симптомы развиваются и что они означают? Какие из проблем, которые клиент приносит на терапию, занимают центральное место, а какие менее значимы? Какие методы и стратегии следует использовать, чтобы исправить или улучшить эмоциональное, психосоматическое и межличностное функционирование клиентов? Существует столько же ответов на эти вопросы, сколько и школ психотерапии.

Цель традиционных динамических школ психотерапии состоит в том, чтобы достичь интеллектуального понимания психики человека в целом, и определенного клиента в частности, а затем использовать это знание, чтобы разработать эффективную терапевтическую технику и стратегию. Важным инструментом во многих современных направлениях психотерапии выступает “интерпретация”, с помощью которой терапевт открывает клиенту “истинное” или “настоящее” значение его или ее мыслей, эмоций и поведения. Этот метод

широко применяется в анализе сновидений, невротических симптомов, поведения и даже на первый взгляд тривиальных повседневных действий, таких как оговорки или другие мелкие ошибки, Fehlleistungen - ошибочные действия по Фрейду (Freud 1960a). Другой областью, в которой обычно встречаются интерпретации, является межличностная динамика, включая перенос различных бессознательных чувств и отношений на терапевта.

Терапевты тратят массу усилий, пытаясь установить, какая из интерпретаций наиболее подходящая для данной ситуации и когда будет наиболее уместно её предложить. Даже та интерпретация, которая является “подходящей” по сути, может предположительно быть бесполезной или вредной для пациента, если она предлагается преждевременно, до того, как клиент будет к ней готов. Серьезным недостатком этого подхода к психотерапии является то, что отдельные терапевты, особенно те, кто принадлежат разным школам, приписывают весьма различные значения одному и тому же психологическому содержанию или поведению и предлагают для него разные и даже противоречащие друг другу интерпретации. Я проиллюстрирую это забавным примером из курса собственной психоаналитической подготовки.

Как начинающий психиатр, я проходил обучающий анализ, включающий три сессии в неделю в течение более семи лет; моим аналитиком был патриарх Чехословацкого психоанализа и президент Чехословацкой Психоаналитической Ассоциации, доктор Теодор Досужков. Во время моего анализа доктор Досужков был в возрасте под семьдесят, и был известен среди своих анализируемых – всех молодых психиатров – своей привычкой иногда засыпать во время проведения сеанса психоанализа. Привычка доктора Досужкова была излюбленной мишенью для шуток его студентов.

В дополнение к отдельным психоаналитическим учебным сессиям доктор Досужков также проводил семинары, где его студенты делились обзорами книг и статей, обсуждали истории болезни, и могли задавать вопросы о теории и практике психоанализа.

На одном из этих семинаров участник задал “чисто теоретический” вопрос: “Что происходит, если во время анализа психоаналитик заснул? Если клиент продолжает свободные ассоциации, терапия продолжается? Или процесс прерван? Следует ли возместить клиенту убыток за это время, поскольку деньги являются таким важным связующим элементом во фрейдистском анализе?”

Доктор Досужков не мог отрицать, что такая ситуация могла произойти на психоаналитических сессиях. Ему было известно, что анализируемые знали о его недостатке, и он должен был придумать ответ. “Такое бывает”, сказал он. “Иногда, Вы устали и вас клонит ко сну: вы плохо спали минувшей ночью, выздоравливаете от гриппа или истощены физически. Но если вы в этом методе в течение уже долгого времени, у вас развивается своего рода шестое чувство: вы засыпаете только тогда, когда всплывающий материал не важен. Когда клиент говорит что-то действительно значимое, вы просыпаетесь, и мгновенно оказываетесь на месте!”

Доктор Досужков был также великим поклонником И.П. Павлова, русского физиолога, лауреата Нобелевской премии, который почерпнул знания о работе мозга из своих экспериментов с собаками. Павлов много писал о торможении в коре головного мозга, которое происходит во время сна или гипноза; он описывал, что иногда может быть “сторожевой пункт возбуждения” в заторможенной коре мозга. Его любимым примером была мать, которая может спать, несмотря на сильный шум, но немедленно просыпается, когда заплачет ее собственный ребенок. “Это как в ситуации с матерью, о которой писал Павлов”, объяснил доктор Досужков, “с приобретением соответствующего опыта Вы будете в состоянии поддерживать связь со своим клиентом, даже когда Вы заснули”.

Но объяснение доктора Досужкова было очевидно некорректным. Что терапевт считает важным в рассказе клиента, отражает его или ее профессиональную и личную предубежденность. Последователи Адлера,

Ранка или Юнга проснулись бы в разное время сессии – каждый в тот момент времени, когда мой рассказ затронул бы что-то, что, согласно их профессиональной подготовке и суждению, было бы “важным”.

Из-за больших концептуальных различий между школами глубинной психологии, естественно, возникает вопрос относительно того, какая из них предлагает более правильное понимание психики человека в здоровье и болезни. Если бы было верно, что правильные и вовремя предложенные интерпретации – значимый фактор в психотерапии, то можно было бы ожидать обнаружения существенных различий в терапевтическом успехе, достигнутыми разными школами. Их терапевтические результаты можно было бы нанести на Гауссовую кривую; терапевты школы с самым точным пониманием психики и, следовательно, самыми подходящими интерпретациями имели бы лучшие результаты, в то время, как принадлежащие направлениям с менее точными концептуальными основами, были бы распределены на нисходящих частях кривой.

Мне неизвестно никаких научных исследований, демонстрирующих явное превосходство одних школ психотерапии над другими на основании результатов. В любом случае различия обнаружатся скорее внутри школ, нежели между ними – и такие различия обусловлены вариациями в навыках терапевтов внутри любой из имеющихся школ. В каждой школе есть лучшие и худшие терапевты. Весьма вероятно, терапевтические результаты имеют мало отношения к тому, что, по мнению терапевтов, важно в их работе – точным и вовремя предложенным интерпретациям, правильному анализу переноса, тактическому использованию молчания и другим специфичным вмешательствам. Успешная терапия, вероятно, зависит от тех факторов, которые не связаны с блестящим интеллектом и которые трудно описать научными терминами: “качества человеческой встречи” между терапевтом и клиентом, переживания безусловного принятия клиента другим человеком, часто отмечаемым впервые в жизни, поскольку ему не довелось испытать подобное в собственной родительской семье. Дополнительными факторами могло быть количество времени и качество внимания, которое клиенты

уделяют своим бессознательным процессам или силе надежды и ожиданий, которые клиент чувствует во время терапевтического процесса.

В своих замечательных обстоятельных книгах Джером Франк, Джулия Франк и Ренато Аларкон обсудили проблемы, вызванные попытками измерить результаты психотерапии и противопоставить школы и связанные с ними теории друг другу (Frank and Frank 1993, Alarcon and Frank 2011). Они ясно показали трудные методологические проблемы, на которые наталкиваются подобные попытки. Метаисследования предоставили некоторые доказательства того, что психотерапия может иметь положительные результаты, но потерпели неудачу в выявлении существенных различий между терапевтическим успехом различных соперничающих школ психотерапии или между опытными и начинающими терапевтами. Франк и Франк пришли к заключению, что результаты терапии обычно превосходят ожидания, но результаты различных школ психотерапии удивительно схожи, несмотря на явные различия в теориях и методах. В своем обзоре выступлений на конференции по исследованиям в области психотерапии Рубинштейн и Парлофф предложили следующую остроумную характеристику статуса психотерапии: “Психотерапия – неопределенная техника, применяемая к точно не установленным проблемам, с непредсказуемым результатом. Для использования этой техники рекомендуется тщательная подготовка” (Rubinstein and Parloff 1959).

Учитывая это смущающее отсутствие согласия относительно теории и практике психотерапии, клиент с эмоциональным или психосоматическим расстройством мог бы с таким же успехом выбирать психотерапевтическую школу, подбрасывая монетку. Каждая школа предлагает своё объяснение проблемы, которую клиент приносит в терапию, и собственную технику в качестве метода выбора для её преодоления. Точно так же, когда начинающий терапевт в поисках специализации выбирает определенную терапевтическую школу, то его выбор говорит больше о личности претендента, чем о ценности школы.

Проблема со многими психотерапевтическими школами состоит в том, что они правильно описывают динамику на определенном уровне психики, но испытывают недостаток в понимании явлений на других уровнях и пытаются интерпретировать их в представлениях своей собственной ограниченной концептуальной основы. Например, система Фрейда была ограничена послеродовой биографией и индивидуальным бессознательным. Он не осознавал первостепенной важности рождения, за исключением короткого периода, когда он думал, что тревога, связанная с рождением, могла быть шаблоном для всех видов тревоги, переживаемой впоследствии. (Freud 1959). Фрейд также не признавал существование коллективного бессознательного и пытался интерпретировать архетипические/мифологические и парапсихологические явления в рамках своей узкой биологической/биографической модели. Отто Ранк, обнаруживший психологическую важность травмы рождения, предлагал объяснения мифологических и духовных/религиозных мотивов, описывая их как производные перинатальной динамики. К.Г. Юнг, который обнаружил и описал обширные области исторического и архетипического коллективного бессознательного, был неспособен увидеть психологическую важность родовой травмы. В интервью с доктором Ричардом И. Эвансом он со смехом отверг теорию Отто Ранка: “О, рождение это не травма, это факт; все рождаются” (Jung 1957a).

Эффективная психотерапевтическая система должна признавать и уважать все уровни психики. Содержание исследуется и перерабатывается по мере того, как оно разворачивается от сессии до сессии, и определяется собственным психологическим процессом клиента и бессознательной динамикой. Терапевт должен иметь достаточно широкую концептуальную основу, чтобы сопровождать клиентов на любом уровне их бессознательного: биографическом, перинатальном, и/или трансперсональном и поддерживать соответствующие переживания клиентов. (Vaughan 1993).

Терапия, использующая целительный потенциал холотропных состояний сознания, может помочь нам избежать проблемы, которой

страдают вербальные методы психотерапии: не нужно определять, что в рассказе клиента является важным и выбирать “правильную” интерпретацию. Альтернатива, предлагаемая этим подходом, фактически подтверждает некоторые идеи о терапевтическом процессе, впервые выдвинутые К.Г. Юнгом. Согласно Юнгу, невозможно основать эффективную психотерапевтическую технику на чисто интеллектуальном понимании психики. В более пожилом возрасте Юнг осознал, что психика не является продуктом мозга и не заключена внутри черепа. Он начал рассматривать её как творческий и порождающий принцип космоса (*anima mundi*), который пронизывает всё сущее; индивидуальная психика каждого из нас выбирается из этой бездонной космической матрицы. Границы между *anima mundi* и индивидуальной психикой не абсолютны; они проницаемые и могут быть пройдены в холотропных состояниях. Интеллект – одна из функций психики, которая может помочь нам ориентироваться в повседневных ситуациях; однако внутри самого себя интеллект не может постичь глубочайшие тайны бытия, а также понимать и управлять психикой.

Виктор Гюго красиво сказал об этом в "Отверженных": "Есть зрелище более величественное, чем море, — это небо; есть зрелище более величественное, чем небо, — это глубь человеческой души ". Юнг понял, что психика – это глубокая тайна, и подходил к ней с большим уважением. Он видел её бесконечно творческой и знал, что невозможно её описать набором формул, которые затем могут использоваться для коррекции психологических процессов клиентов. Он предложил альтернативную стратегию терапии, которая значительно отличалась от подходов, основанных на интеллектуальных концепциях и вмешательствах извне.

Что психотерапевт может сделать, согласно Юнгу, это создать благоприятную среду, в которой может произойти психодуховная трансформация. Этот контейнер можно сравнить с герметическим сосудом, позволяющий протекать алхимическим процессам. Следующий шаг – предложить метод, устанавливающий связь между сознательным эго и более высоким аспектом клиента, Самостью. Одним из инструментов Юнга для этой

цели было "*активное воображение*", включающее продолжение процесса сновидения на кушетке у аналитика и его анализ *in status nascendi* (в состоянии зарождения) (von Franz 1997), а не ретроспективный анализ сновидения по памяти. Это отличалось от работы Фрейда, который интерпретировал сновидения, которые месяцами и даже годами хранились в памяти. Говоря словами самого Юнга "Активное воображение – это процесс сознательного диалога с нашим бессознательным для воспроизведения того содержания бессознательного, которое лежит, так сказать, непосредственно под порогом сознания и в случае усиления, вероятнее всего, спонтанно всплывает в рассудке" (Jung 1981). В работе такого рода исцеление не является результатом блестящей интуиции и интерпретации терапевта; скорее терапевтическим процессом управляет психика самого клиента. Связь между эго и Самостью осуществляется, прежде всего, посредством символического языка. В понимании Юнга, Самость - это центральный архетип в коллективном бессознательном, и его функция это приведение человека в порядок, к его структурированию и целостности. Юнг рассматривал это движение к наивысшему единству, как "процесс индивидуации".

Использование холотропных состояний для терапии и самоисследования по сути подтверждает точку зрения Юнга и следует той же самой стратегии. Фасилитаторы создают безопасную и поддерживающую среду и помогают клиентам войти в холотропное состояние. Как только это происходит, процессом исцеления начинает управлять собственная внутренняя целительная мудрость клиентов, и задача фасилитаторов состоит в том, чтобы поддерживать то, что происходит. Этот процесс автоматически активизирует бессознательный материал с сильным эмоциональным зарядом, находящийся достаточно близко к сознанию для того, чтобы быть доступным для проработки в день сессии.

В холотропных состояниях психика и тело проявляют свою способность функционировать вместе как целостная самоорганизующаяся и самоисцеляющаяся система. Терапевты и фасилитаторы, таким образом, избавлены от безнадежной задачи, состоящей в попытке определить то, что в

процессе клиента является “важным”, а что – лишь отклонением от основного курса. Они просто поддерживают всё, что спонтанно проявляется в каждый момент, доверяя тому, что процессом управляет внутренняя мудрость клиента, превосходящая интеллектуальное понимание, которое может дать профессиональная подготовка в любой из психотерапевтических школ. Клиенты и участники семинаров и обучающих тренинговых программ вполне могли бы использовать термины как СКО, БПМ, архетипы, и т. п., но это должно отражать их непосредственный опыт того, что спонтанно проявилось, а не интерпретации фасилитаторов.

6. Роль духовности в человеческой жизни

Господствующей философией Западной науки был монистический материализм. Различные научные дисциплины описали историю вселенной как историю развивающейся материи, они принимают за реальность только то, что может быть измерено и взвешено. Жизнь, сознание и разум рассматриваются в этом случае как более или менее случайные побочные продукты материальных процессов. Физики, биологи и химики признают существование измерений действительности, недоступных для наших органов чувств – но только тех, которые являются физическими по своей природе и могут быть раскрыты и исследованы с помощью различных продолжений наших органов чувств, таких, как микроскопы, телескопы, и специально сконструированные записывающие устройства, или в лабораторных экспериментах.

Во вселенной такого рода нет места какой-либо духовности. Существование Бога, концепция невидимых измерений реальности, населенной нематериальными существами, возможность существования сознания после смерти и представление о реинкарнации и карме низведены до сказочных книг и руководств по психопатологии. С психиатрической точки зрения, всерьез принимать эти феномены можно лишь исходя из невежества, незнания открытий материалистической науки, суеверий и примитивного магического мышления. Если разумные люди верят в Бога или Богиню, это означает, что они просто не освободились от инфантильных образов своих

родителей как всемогущих существ и проецируют их на Небеса или Потустороннее. И непосредственное переживание духовного опыта, включая встречу с мифологическими существами и посещения архетипических сфер, считаются проявлениями серьезных психических заболеваний – психозов.

Исследование холотропных состояний пролило новый свет на проблему духовности и религии. Ключ к этому пониманию – открытие того, что в подобных состояниях можно испытать богатое многообразие опыта, очень похожего на тот, что вдохновил великие религии мира: видения Бога и различных божественных и демонических существ, встречу с бесплотными сущностями, эпизоды психодуховной смерти и возрождения, пребывание в Раю и Аду, переживания прошлых жизней и многое другое. Современные исследования показали, что, вне всякого сомнения, этот опыт является не продуктом воображения или патологических процессов, влияющих на мозг, но проявлением архетипического материала из коллективного бессознательного, а следовательно, релевантным и существенным элементом психики человека. Хотя к этим мифическим элементам получают доступ внутриспсихически в процессе эмпирического самоисследования и интроспекции, онтологически они реальны и объективно существуют. Чтобы отличить трансперсональные переживания от продуктов собственного воображения или психопатологии, юнгианские аналитики используют термин “имагинальные” при их описании.

Французский ученый, философ, и мистик Анри Корбен, который начал использовать термин *mundus imaginalis* (мир воображения), вдохновился на это понятие своим исследованием исламской мистической литературы (Corbin 2000). Исламские богословы называют имагинальный мир – где у всего существующего в ощущаемом мире есть свой аналог – *Alam al-Mithal* или “восьмой климат”, чтобы отличить его от “семи климатов” или областей традиционной исламской географии. Имагинальный мир обладает пространственными и временными измерениями, формами и цветами, которые не воспринимаются однако нашими чувствами как свойства физических объектов. Все же эта сфера во всех отношениях настолько полно присутствует

онтологически, насколько и материальный мир, воспринятый нашими органами чувств, её переживание может быть подтверждено сравнением свидетельств других людей. Онтологическая реальность трансперсональных переживаний и событий также поддерживается теориями, которые признают и подчеркивают их партисипаторный характер (Ferrer 2002, Tarnas 1991 и 2006).

В свете этих наблюдений жестокие баталии, которые религия и наука вели в течение последних нескольких столетий, ныне кажутся смехотворными и абсолютно ненужными. Подлинная наука и подлинная религия не конкурируют за одну территорию; они представляют два подхода к существованию, которые дополняют друг друга, а не соревнуются. Наука изучает явления в материальном мире, где можно измерять и взвешивать, тогда как подлинная духовность и истинная религия черпают свое вдохновение из знания, полученного из непосредственного переживания имагинального мира, каким он проявляется в холотропных состояниях сознания.

Существование кажущегося противоречия между религией и наукой отражает фундаментальное непонимание обеих. Как подчёркивает Кен Уилбер, невозможно наличие противоречия между наукой и религией, если обе эти области должным образом поняты и практикуемы. Когда вероятно возникновение конфликта, мы, вероятно, имеем дело с "поддельной наукой" и "поддельной религией" (Wilber 1982). Кажущаяся несовместимость возникает вследствие того, что каждая из сторон серьезно заблуждается насчёт позиции другой, а также, весьма вероятно, представляет сомнительную версию своей собственной дисциплины.

Единственной научной деятельностью, способной к формированию каких-либо существенных и весомых суждений по духовным вопросам, является исследование сознания, изучающее холотропные состояния, поскольку действительно обоснованное мнение в этой области требует глубоких знаний имагинальной сферы. В своем революционном эссе "Рай и Ад" Олдос Хаксли предположил, что такие понятия, как Ад и Рай, представляют внутриспсихические реальности, весьма убедительно испытанные во время пребывания в необычных состояниях сознания, вызванных психоделическими

веществами, такими как ЛСД и мескалин, или же различными сильнодействующими немедикаментозными методами (Huxley 1959). Кажущееся противоречие между наукой и религией основано на ошибочном убеждении, что эти обитатели Потустороннего расположены в физической вселенной: Небеса – в межзвездном пространстве, Рай – где-нибудь в скрытой области на поверхности Земли и Ад – в недрах нашей планеты.

Астрономы разработали и использовали чрезвычайно сложные устройства, такие как космический телескоп "Хаббл", чтобы тщательно исследовать и нанести на карту весь небесный свод. Результаты этих усилий, которые, конечно, не выявили Бога и небеса, усеянные играющими на арфах ангелами и святыми, были взяты в качестве доказательства того, что такие духовные реальности не существуют. Точно так же, каталогизируя и картографируя каждый акр планетарной поверхности, исследователи и географы обнаружили много мест необычайной природной красоты, но ни одно из них не соответствовало описаниям Рая, найденного в духовных священных писаниях различных религий. Геологи открыли, что ядро нашей планеты состоит из слоев твердого и расплавленного никеля и железа, и что его температура превышает температуру поверхности солнца – весьма маловероятное местоположение для пещер Сатаны.

Между тем, современные исследования холотропных состояний принесли прочные доказательства прозрений Хаксли. Они показали, что Небеса, Рай и Ад онтологически реальны и представляют определенные и важные состояния сознания, которое могут испытывать все люди при определенных обстоятельствах. Небесные райские и inferнальные видения являются неотъемлемыми аспектами спектра переживаний психоделических внутренних путешествий, околосмертного опыта, мистических переживаний, а также кризисов шаманской инициации и других типов духовного кризиса. Пациенты часто говорят своим психиатрам о переживаниях Бога, Рая, Ада, встреч с архетипическими божественными и демоническими существами, и о психодуховной смерти и возрождении. Однако из-за своей ограниченной и поверхностной модели психики психиатры отклоняют эти переживания как

проявления психического заболевания, вызванного патологическими процессами неизвестной этиологии. Они не осознают, что матрицы для этих событий существуют в глубоких закоулках коллективного бессознательного.

Удивительным аспектом трансперсональных переживаний, происходящих в разного рода холотропных состояниях, является то, что их содержание может быть почерпнуто из мифологии любой культуры мира, включая те, о которых у человека нет никакого интеллектуального знания. К.Г. Юнг обнаружил этот необычный факт, когда изучал мифологические мотивы, проявляющиеся во снах и психотических переживаниях своих пациентов. На основании своих наблюдений он осознал, что у человеческой психики есть доступ не только к фрейдистскому индивидуальному бессознательному, но также и к коллективному бессознательному, являющемуся хранилищем всего культурного наследия человечества (Jung 1956, 1959). Таким образом, знание сравнительной мифологии -уже не вопрос личного интереса и не академическое упражнение. Это весьма важное и полезное руководство для людей, вовлеченных в эмпирическую терапию и самоисследование, и незаменимый инструмент для тех, кто поддерживает и сопровождает их в путешествиях (Grof 2006).

У переживаний, корнящихся на более глубоких уровнях психики, в коллективном бессознательном, есть определенное качество, названное Юнгом "*нуминозностью*". Слово "нуминозное", которое впервые употребил Рудольф Отто, относительно новое и нейтральное и в этой связи предпочтительнее других подобных выражений, таких, как *религиозное*, *мистическое*, *волшебное*, *святое* или *священное*, часто используемых в проблемных контекстах и легко вводящих в заблуждение. Термин *нуминозность* по отношению к трансперсональным переживаниям описывает непосредственное восприятие их необычной природы, которую Отто описал словами *mysterium tremendum et fascinans* (страшная и захватывающая тайна) и *wholly other* (полностью иное) — что-то, что обычно нельзя испытать в повседневных состояниях сознания. Они весьма убедительно передают смысл

того, что принадлежит более высокому порядку реальности, сфере, которая священна.

В ракурсе онтологической действительности имагинальной сферы духовность является весьма важным и естественным измерением человеческой души, а духовные поиски – закономерным и абсолютно обоснованным поведением. Следует особо подчеркнуть, что это относится к подлинной духовности, основанной на личном опыте, и не поддерживает идеологии и догмы организованных религий. Для предотвращения неправильного понимания и путаницы, поставивших под угрозу много подобных обсуждений в прошлом, должно быть проведено четкое различие между духовностью и религией.

Духовность включает особый вид отношений между человеком и космосом и, по сути своей, является сугубо личным делом. Для сравнения организованная религия – институализированная деятельность группы, которая проходит в специально предназначенном месте, храме или церкви, и включает систему назначенных служителей, которые могут иметь или не иметь личных переживаний самих духовных реальностей. Как только религия становится организованной, она часто теряет связь со своим духовным источником и переходит в светское учреждение, которое эксплуатирует духовные потребности человека, не удовлетворяя их.

Организованные религии имеют тенденцию создавать иерархические системы, сосредотачивающиеся на достижении власти, контроля, политики, денег, имущества и других мирских благ. В этих обстоятельствах религиозная иерархия имеет тенденцию не поощрять и даже препятствовать непосредственным духовным переживаниям своих членов, поскольку они способствуют независимости и их нельзя эффективно контролировать. В таких случаях подлинная духовная жизнь продолжается только в мистических ответвлениях, монашеских орденах и экстатических сектах этих религий.

Люди, имеющие имманентные или трансцендентные переживания божественного, открыты для обретения духовности в мистических ответвлениях великих религий мира, или же в их монашеских орденах, не

обязательно в их главенствующих организациях. Глубокие мистические переживания имеют тенденцию размывать границы между религиями и открывать глубокие связи между ними, тогда как догматизм организованных религий имеет тенденцию подчеркивать различия между различными вероисповеданиями и рождать антагонизм и враждебность.

Нет сомнения, что догмы организованных религий, если их интерпретировать буквально, обычно находятся в фундаментальном противоречии с наукой, использует ли эта наука механистически-материалистическую модель или берет начало в формирующейся парадигме. Однако ситуация меняется коренным образом, когда мы исследуем подлинную мистику, основанную на аутентичных духовных переживаниях. Внутри великих мистических традиций накоплены обширные знания о человеческом сознании и духовных сферах, и это очень похоже на действия ученых, которые получают знания о материальном мире, используя критический подход. Это включает методологии для индуцирования трансперсональных переживаний, систематического сбора данных и интересующей проверки.

Как любой другой аспект реальности, духовные переживания могут быть подвергнуты тщательному непредубежденному научному исследованию. Только такое строгое и беспристрастное исследование трансперсональных явлений и вызовов, которые они бросают материалистическому миропониманию, может ответить на ключевой вопрос об онтологическом статусе мистических переживаний: могут ли они раскрыть глубокую правду о некоторых основных аспектах существования, как утверждают различные системы вечной философии и трансперсональной психологии, или являются всего лишь продуктами суеверия, фантазии или психического заболевания, какими видит их Западная материалистическая наука?

Господствующая психиатрия не различает мистический и психотический опыт, и рассматривает оба как проявления психического заболевания. В своём огульном неприятии религии психиатрия также не отличает примитивные народные верования и фундаменталистские

буквальные истолкования религиозных священных писаний от сложных мистических традиций или великих Восточных духовных философий, основанных на столетиях систематического интроспективного исследования психики. Современное исследование сознания принесло убедительные доказательства объективного существования имагинальной сферы и, таким образом, подтвердило главные метафизические воззрения мистического мировосприятия, Восточных духовных философий и даже определенных верований туземных культур.

7. Важность архетипической астрологии для психологии

Для меня самым большим сюрпризом за более чем 50 лет исследований сознания было открытие невероятно мощного прогностического потенциала архетипической астрологии. В связи с моей обширной научной подготовкой сначала я крайне скептически относился к астрологии. Идея о том, что планеты и звезды могли иметь какое-либо отношение к состояниям сознания, уже не говоря о событиях в мире, казалась слишком абсурдной и нелепой, чтобы даже быть принятой во внимание. Мне потребовались годы и тысячи убедительных для меня наблюдений, чтобы принять эту возможность – изменение, которое потребовало ни много ни мало радикального пересмотра моих основных метафизических предположений о природе реальности. Учитывая противоречие, окружающее этот вопрос, я бы даже не стал обсуждать астрологию в этой презентации, если бы Ричард Тарнас не издал три замечательные книги, основанных на своем скупулесном новаторском исследовании: «История Западного мышления», «Прометей пробуждающий», и «Космос и Психика» (Tarnas 1991, 1995, и 2006).

За последние 30 лет мы с Риком совместно исследовали астрологические корреляции холотропных состояний. Моя главная задача состояла в том, чтобы собрать интересные клинические наблюдения из психоделических сессий, практических семинаров и обучающих программ по Холотропному Дыханию, мистических переживаний, духовных кризисов и психических расстройств. Главный фокус внимания Рика был сосредоточен на астрологических аспектах холотропных состояний сознания. Это сотрудничество привело к появлению

убедительного доказательства наличия систематических корреляций между природой, временем появления и содержанием холотропных состояний сознания и планетарных транзитов людей, принимавших участие в исследовании.

Первым признаком возможности существования некоторых необычных связей между астрологией и моим исследованием холотропных состояний было осознание Риком того, что мое описание феноменологии четырех базовых перинатальных матриц (БПМ), - структур, полученных эмпирическим путём, связанных со стадиями биологического рождения, - демонстрирует удивительное сходство с четырьмя архетипами, которые астрологи связывают с четырьмя внешними планетами солнечной системы: БПМ-I - с Нептуном, БПМ-II - с Сатурном, БПМ-III - с Плутоном и БПМ-IV - с Ураном. Следует подчеркнуть, что мое описание феноменологии БПМ было основано на клинических наблюдениях, проводимых совершенно независимо в течение многих лет до того, как я узнал что-либо об астрологии.

Еще более удивительным было открытие того, что в холотропных состояниях опыт столкновения с этими матрицами регулярно происходит именно тогда, когда у людей, участвующих в исследовании, есть важные транзиты соответствующих планет. За эти годы мы смогли подтвердить этот факт с помощью тысяч характерных наблюдений и обнаружить ещё астрологические корреляции для многих других аспектов холотропных состояний. Благодаря этим удивительно точным корреляциям астрология, а именно транзитная астрология, оказалась неоценимым подспорьем для исследования сознания.

Это обширная и чрезвычайно важная тема, и я не могу воздать ей должное в контексте этой статьи. Заинтересованные читатели найдут больше информации в моих двух статьях о холотропных состояниях и архетипической астрологии (Grof 2009, 2012), но адекватное обсуждение замечательных результатов этих исследований потребует написания отдельного тома профессиональным астрологом. Я видел достаточно доказательств за последние 30 лет, чтобы сказать здесь несколько слов относительно моего нынешнего

понимания взаимосвязи между временем появления и природой холотропных состояний, спонтанных или вызванных, и транзитной астрологией.

Мы неоднократно наблюдали, что переживания людей, входящих в холотропные состояния сознания, как будто сонастроены и питаются архетипическим содержанием планет, формирующих значительные транзиты по отношению к их натальным картам в определенное время. Это выборочно активирует систему конденсированного опыта (СКО), чье содержание имеет соответствующие архетипические качества. Эта СКО, в свою очередь, управляет внутренними переживаниями, а также восприятием внешней среды. Всплывающий бессознательный материал состоит из биографических, перинатальных, и трансперсональных элементов, несущих эти архетипические особенности, часто соединяемые весьма творчески. Глубина и интенсивность этого процесса зависят от силы включенных архетипических энергий и объема предыдущего опыта холотропных состояний.

Понимая, что это краткое резюме не окажет большое влияние на читателей без предварительного знания астрологии, я вместе с тем питаю надежду, что оно могло бы вдохновить опытных астрологов на их собственные исследования с целью проверить или опровергнуть эти наблюдения. В настоящее время мы переживаем необычное возрождение психоделических исследований в нескольких крупнейших университетах США, проводящих новые исследования. Семинары по Холотропному Дыханию теперь доступны во многих странах мира, и спонтанные эпизоды холотропных состояний встречаются в большом количестве. Читателям, которых заинтересовало подтверждение или опровержение выводов, сделанных в этой статье, таким образом, будет доступен для изучения богатый материал исследования.

На мой взгляд, архетипическая астрология - давно разыскиваемый Розеттский камень исследований сознания. Она дает ключ к пониманию природы и содержания настоящих, прошлых и будущих холотропных состояний, как спонтанных, так и вызванных. Однако важно подчеркнуть, что астрологические прогнозы, будучи чрезвычайно точными, являются скорее архетипическими, а не конкретными. Одним из поразительных свойств

архетипов, иллюстрируемых в новаторском исследовании Ричарда Тарнаса, является их комплексная многовалентность. Каждый архетип и архетипическое сочетание имеет богатую палитру значений, в то же время оставаясь в согласии со своей собственной специфической природой. Например, хотя Сатурн и Нептун, обладают широким диапазоном значений каждый, опытный астролог никогда не спутал бы существенных элементов, связанных с одним из этих архетипов, с элементами другого.

Концептуальные пересмотры, обрисованные в общих чертах в этой статье и основанные на моих заключениях из более чем 50 лет исследований, могут принести теоретическую ясность в мир глубинной психологии и помочь объединить разрозненные положения её соревнующихся школ. Они также предлагают радикально отличную альтернативу сбивающему с толку разнообразию психотерапевтических методов, используемых этими школами, а именно, самоисцеление и самоорганизующееся осознание психики клиента. Когда сдвиг парадигмы, происходящий в настоящее время в Западной науке, будет успешно завершён, достойная доверия работа с холотропными состояниями, включающая архетипическую астрологию в качестве руководства, могла бы утвердиться как одна из самых многообещающих тенденций в психиатрии, психологии и психотерапии.

Когда академические круги окончательно примут основные принципы трансперсональной психологии, отпадёт всякая потребность в трансперсональной психологии как отдельной дисциплине. Поскольку сверхчувственный доступ к новой информации может осуществиться в рамках любого вида трансперсонального опыта, не будет также никакой нужды в парапсихологии — специальной дисциплине, сосредоточившейся на небольшом спектре явлений, где происходит ЭСВ (экстрасенсорное восприятие), таких как телепатия, ясновидение, сверхчувственное предвидение, психометрия или дистантное зрение. Психология будущего будет изучать психику человека всеохватывающе и во всех ее измерениях, бесконечно более широкую, чем предполагалось ранее, и обладающую ещё более необычными возможностями.

Литература:

- Addison, A. 2009. Jung, Vitalism and 'the Psychoid': An Historical Reconstruction. *Journal of Analytical Psychology* 1:123-42.
- Alarcón, R.D. and Frank, J.B. (eds.). 2011. *The Psychotherapy of Hope. The Legacy of Persuasion and Healing.* The Johns Hopkins University Press.
- Bateson, G. et al. 1956. Towards a Theory of Schizophrenia. *Behavioral Science*, vol 1, 251–264.
- Bateson, G. 1972. "Form, Substance and Difference." In: *Steps to An Ecology of Mind.* San Francisco: Chandler Publications.
- Blanck, G. and Blanck, R. 1974. *Ego Psychology I: Theory and Practice.* New York: Columbia University Press.
- Blanck, G. and Blanck, R. 1979. *Ego Psychology II: Psychoanalytic Developmental Psychology.* New York: Columbia University Press.
- Buchanan, J.H. 1994. *Universal Feeling: Whitehead and Psychology.* A Ph.D. dissertation submitted to the Faculty of the Graduate School of Emory University Graduate Institute of the Liberal Arts.
- Buchanan, J. H. 2001. *Cosmic Consciousness in A Process Cosmology.* Paper for the 86th Annual Congress of the International New Thought Alliance, Harrah Hotel, Las Vegas, NV.
- Buchanan, J. H. 2002. *Grof and Whitehead: Visions of a Postmodern Cosmology.* Helios Foundation, Atlanta, GA.
- Buchanan, J. H. 2005. *Openness: Spirituality in a Process Psychology.* A paper for the Conference on Science and Spirituality, Wuhan, China, October.
- Corbin, H. 2000. "Mundus Imaginalis, Or the Imaginary and the Imaginal." In: *Working With Images* (B. Sells, ed.). Woodstock, Connecticut: Spring Publications 71-89.
- Crick, F. 1994. *The Astonishing Hypothesis: The Scientific Search for the Soul.* New York: Scribner Publishing.
- Fenichel, O. 1945. *The Psychoanalytic Theory of Neurosis.* New York: W. W. Norton.
- Ferrer, J. 2002. *Revisioning Transpersonal Theory.* Albany, NY: State University of

- New York (SUNY) Press.
- Frank, J.D. and Frank, J. B. 1991. *Persuasion and Healing: A Comparative Study of Psychotherapy*. Baltimore: The Johns Hopkins University Press.
- Franz, M. - L. von. 1997. *Alchemical Active Imagination*. New York: C. G. Jung Foundation Books.
- Freud, S. 1959. *Inhibitions, Symptoms, and Anxiety*. The Standard edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, London: Hogart Press. vol. XX.
- Goswami, A. 1993. *The Self-Aware Universe: How Consciousness Creates the Material World*. New York: Tarcher/Putnam.
- Goswami, A. 1994. *Science Within Consciopusness*. Tresearch Report. Sausalito, CA.: Institute of Noetic Sciences.
- Goswami, A. 2001. *Physics of the Souil: The Quantum Book of Living, Dying, Reincarnation, and Immortality*. Charlottesville, VA.: Hampton Roads Publishing Company.
- Gibson, L. 1998. *Whitehead, LSD, and Holotropic Experience*. Paper presented at The Center for Process Studies, Claremont, California, August.
- Gibson, L. 2006. *Holotropic Breathwork as Process Psychotherapy*. Paper presented at the University of Salzburg, International Whitehead Conference, July.
- Gibson, L. 2010. *Whitehead and Grof: Resolving the Ontological Ambiguity of Jung's Archetypes Metaphysically and Practically*. Tatva Journal of Philosophy, Bangalore, India.
- Griffin, D. R. 1989. *Archetypal Process: Self and Divine in Whitehead, Jung, and Hillman*. Evanston, IL: Northwestern University Press.
- Griffin, D. R. 1996. "Whitehead as a Transpersonal Philosopher." Paper for the Transpersonal and Process Thought Conference, Esalen Institute Big Sur, CA, March 17-22.
- Grof, S. 1975. *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research*. New York: Viking Press. Republished in 2009 as *LSD: Doorway to the Numinous*. Rochester, VT: Inner Traditions.
- Grof, S. 1985. *Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy*.

- Albany, New York: State University of New York (SUNY) Press.
- Grof, S. 1987. *The Adventure of Self-Discovery*. Albany, New York: State University of New York (SUNY) Press.
- Grof, S. and Grof, C. 1989. *Spiritual Emergency: When Personal Transformation Becomes a Crisis*. Los Angeles, California: J. P. Tarcher.
- Grof, C. and Grof, S. 1991. *The Stormy Search for the Self: A Guide to Personal Growth Through Transformational Crises*. Los Angeles, California: J. P. Tarcher.
- Grof, S. 1998. *The Cosmic Game: Explorations of the Frontiers of Human Consciousness*. Albany, New York: State University of New York (SUNY) Press.
- Grof, S. 2000. *Psychology of the Future*. Albany, New York: State University of New York (SUNY) Press.
- Grof, S. 2006. *When the Impossible Happens: Adventures in Non-Ordinary Realities*. Louisville, Colorado: Sounds True.
- Grof, S. 2009. "Holotropic Research and Archetypal Astrology." *Archai: The Journal of Archetypal Cosmology*, volume 1, Number 1 (Summer)
- Grof, S. 2012. "Two Case Studies: An Archetypal Astrological Analysis of Holotropic States in Psychedelic Sessions and Spiritual Emergencies." *Archai: The Journal of Archetypal Cosmology*.
- Hameroff, S. 1987. *Ultimate Computing*. North Holland: Elsevier Publishing.
- Huxley, A. 1959. *The Doors of Perception and Heaven and Hell*. Harmondsworth, Middlesex, Great Britain: Penguin Books.
- Jung, C. G. 1956. *Symbols of Transformation*. *Collected Works*, vol. 5, Bollingen Series XX, Princeton, N.J.: Princeton University Press.
- Jung, C. G. 1957a. «Jung on Film.» An Interview with Dr. Richard I. Evans, August 5-8, Switzerland, Zurich. Sehaller Films.
- Jung, C. G. 1959. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. *Collected Works*, vol. 9,1. Bollingen Series XX, Princeton, N.J.: Princeton University Press.
- Jung, C.G.. 1960. *Synchronicity: An Acausal Connecting Principle*. *Collected Works*, vol. 8, Bollingen Series XX. Princeton: Princeton University Press.

- Jung, C.G.. 1981. *The Transcendent Function*. Collected Works, vol. 8, Bollingen Series XX. Princeton: Princeton University Press.
- Kant, I. 1999. *Critique of Pure Reason*. Cambridge, MA: Cambridge University Press.
- Kennell, J. H. and Klaus, M. 1998. "Parental Bonding: Recent Observations That Alter Perinatal Care." *Pediatrics in Review* 19:4-2.
- Klaus, M., Kennell, J.H. and Klaus, P. H. 1995. *Bonding: Building the Foundations of Secure Attachment and Independence*. Reading, MA: Addison Wesley.
- Korzybski, A. 1931. "A Non-Aristotelian System and Its Necessity for Rigor in Mathematics and Physics." A paper presented before the American Mathematical Society at the meeting of the American Association for the Advancement of Science, New Orleans, Louisiana, December 28.
- Kuhn, T. 1962. *The Structure of Scientific Revolutions*. Chicago, Il.: University of Chicago Press.
- Laszlo, E. 1993. *The Creative Cosmos*. Edinburgh: Floris Books.
- Laszlo, E. 1999. *The Interconnected Universe. Conceptual Foundations of Transdisciplinary Unified Theory*. Singapore: World Scientific Publishing.
- Laszlo, E. 2003. *The Connectivity Hypothesis: Foundations of an Integral Science of Quantum, Cosmos, Life, and Consciousness*. Albany, NY: State University of New York (SUNY) Press.
- Laszlo, E. 2004a. "Cosmic Connectivity: Toward a Scientific Foundation for Transpersonal Consciousness. *International Journal of Transpersonal Studies*, vol.23.
- Laszlo, E. 2004b. *Science and the Akashic Field: An Integral Theory of Everything*. Rochester, VT: Inner Traditions.
- Maxwell, G. 2011. *Archetype and Eternal Object: Jung, Whitehead, and the Return of Formal Causation*. *Archai: The Journal of Archetypal Cosmology* Volume 3 (Winter).
- Mookerjee, A. and Khanna, M. 1977. *The Tantric Way*. London: Thames and Hudson.
- Moon, C., Lagercrantz, H., and Kuhl, P. 2010. *Phonetic learning in Utero*. *The Journal of the Acoustical Society of America*, 127, 3, 2017.

- Patanjali. 1990. *The Yoga Sutras of Patanjali* (translatd by Christopher Chapple and Yogi Ananda Viraj), Delhi: Sri Satguru Publications.
- Quiring, John. 1996. "Transpersonal Psychology and Process Thought." *Process Perspectives* 20:1 (Summer): 6-7.
- Ring, K. and Cooper, S. 1999. *Mindsight: Near-Death and Out-of-Body Experiences in the Blind*. Palo Alto, California: William James Center for Consciousness Studies.
- Ring, K. and Valarino, E. E. 1998. *Lessons from the Light: What We Can Learn from the Near-Death Experience*. New York: Plenum Press.
- Rubinstein, E. A., and Parloff, M.B. (eds). 1959. *Research in Psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Satir V. 1983. *Conjoint family therapy*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Sullivan, H. S. 1953. *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. , New York: W. W. Norton.
- Tarnas, R. 1991. *The Passion of the Western Mind. Understanding the Ideas That Have Shaped Our World View*. New York: Ballantine.
- Tarnas, R. 1995. *Prometheus the Awakener: An Essay on the Archetypal Meaning of the Planet Uranus*. Woodstock, CT: Spring Publications.
- Tarnas, R. 2006. *Cosmos and Psyche: Intimations of a New Worldview*. New York: Viking Press.
- Tart, C. T. 1969. *Altered States of Consciousness: A Book of Readings*. New York: Wiley.
- Teilhard de Chardin, P. 1975. *The Human Phenomenon*. New York: Harper and Row.
- Tomatis, A. A. 1991. *The Conscious Ear: My Life of Transformation through Listening*. Barrytown, NY: Station Hill Press.
- Vaughan, F. 1993. "Healing and Wholeness: Transpersonal Psychotherapy. In: R. Walsh and F. Vaughan (eds.) *Paths Beyond Ego: The Transpersonal Vision*. Los Angeles: J.P. Tarcher, 160-165.
- Watts, A.W. 1961. *Psychotherapy: East and West*. New York: Pantheon Books.
- Whitehead, A. N. 1978. *Process and Reality: An Essay In Cosmology: Gifford Lectures Delivered In the University of Edinburgh During the Session*

1927–1928. Corrected Edition. Edited by David Ray Griffin and Donald W. Sherburne. New York: The Free Press.

Whitwell, G. E. 1999. “The Importance of Prenatal Sound and Music.” *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health* 13 (3-4), 255-262.

Wilber, K. 1980. *The Atman Project*. Wheaton, Ill.: The Theosophical Publishing House.

Wilber, K. 1982. *A Sociable God*. New York: McGraw-Hill.