

## ПОСТНЕКЛАСИЧНА ПАРАДИГМА ВЗАЄМОДІЇ ОСОБИСТОСТІ ЗІ СВІТОМ ШЛЯХОМ ЇЇ ДУХОВНОГО САМОРОЗВИТКУ

Півкулі головного мозку діють рецекпрочно: ліва розвиває понятійно-логічний розсудок, права – образно-інтуїтивний розум. Лівопівкульовий розсудок і правопівкульовий розум доповнюють один одного в напрямку гармонійного функціонування складної системи “людина–світ”. Західна культурна парадигма через знакові системи формує застарілу дискретно-логічну картину світу в людини, на її становлення працює традиційна система освіти країн Заходу. Медитація – основа духовних практик, які репрезентують нерелігійну духовність, формує континуально-інтуїтивний розум, відсутня в традиційній освіті навіть психологів. Для активації людського потенціалу особистості, для становлення творчої її участі у вирішенні глобальних проблем людства, для її переходу в постнекласичну парадигму взаємодії зі світом у навчальний процес психологів потрібно ввести медитативні духовні практики, а вчителями мають бути спеціально відібрані й підготовані викладачі психології.

**Ключові слова:** духовність, духовна практика, самість, потоки психіки, ступені духовного розвитку, смисл, ієрархія смислів, особистість, “Я”, парадигма, постнекласична наука.

**Колесник О. П. Постнекласическая парадигма взаимодействия личности с миром путем её духовного саморазвития.** Полушария головного мозга действуют рецекпрочно; левое развивает понятийно-логический рассудок, правое – образно-интуитивный разум. Левополушарный рассудок и правополушарный разум дополняют друг друга в направлении гармонического функционирования сложной системы “человек–мир”. Западная культурная парадигма при посредстве знаковых систем формирует устаревшую дискретно-логическую картину мира, над становлением которой работает традиционная система образования стран Запада. Медитация является основанием духовных практик, репрезентирующих нерелигиозную духовность; она отсутствует в образовании даже психологов. Для актуализации потенциала, для становления творческой личности, для ее перехода на постнекласическую парадигму взаимодействия с миром, для ее участия в решении глобальных проблем человечества в учебный процесс психологов нужно ввести медитативные духовные практики, учителями которых должны быть специально подобранные и обученные преподаватели психологии.

**Ключевые слова:** духовность, духовная практика, самость, потоки психики, ступени духовного развития, смисл, иерархия смыслов, личность, “Я”, парадигма, постнекласическая наука.

**Kolisnyk O. P. Post Non-classical Paradigm of Personal External Interaction with the World of Spiritual Selfdevelopment.** Development of the personality contains the process of sense formation, which reflects the social values. Spiritual and sensual development of the personality is determined by the degree of her/his contact with super-personality values, which are owned and transformed into senses. The dominant sense of the sense hierarchy subordinates other senses and determines the life sense of the personality. The life and activity of the personality depends on his/her capability to transform sense hierarchy into real life activity. The protection of the impulsive activity is characterized by formation of self-control, which is derived from the results of social control. Self-control is reflected into consciousness and self-consciousness of the personality, which contribute a lot to the physical and mental activity of the personality. Mental activity contains concepts, which reflect discreet and conflictive reality. In the process of early ontogenetic and social development the personality forms adaptation to the world and human culture. It develops the consciousness of the personality, which comprises the self-conception. In the following stages of the ontogenetic development the individual world picture is formed as a result of the specific social influences. The spiritual stream of psychic solves the contradiction between spontaneous hierarchy of senses and meaningful self-conception. The spiritual stream of psychic determines the super-personality values and the necessity of their realizing. The spiritual stream of psychic causes the misidentification of the personality with self-conception and identification with super-personality values.

**Key words:** spirituality, spiritual practice, psychic streams, self, levels of spiritual development, sense, hierarchy of senses, personality, paradigm, postnonclassic science.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Реальний світ перебуває в стані невинних та невідворотних змін, джерелом яких є суперечності. Спокій та непорушність для нього є тимчасовими станами, які виникають унаслідок вирішення старих суперечностей і які породжують суперечності нові. У зв'язку з неспинними змінами у світі людські знання про нього, зафіксовані в поняттях та концепціях і закодовані в конвенційних знакових системах, мають відносний характер. Природні структури включені в безупинні відносини, які є їхніми властивостями як цілісних підсистем складніших та нелінійних систем. Наука шукає закономірності, притаманні цим природним структурам. Структура й закономірність – дві сторони діалектичної суперечності, яка є причиною розвитку. Всім науковим системам притаманні переміни. Поняттям *парадигма* покривається психічна реальність стабільного взірця взаємодії особистості зі світом, якого протягом певного часу дотримується певна спільнота і який руйнує наукова революція. Класична західна наукова парадигма вважає, що

всі нинішні події у світі викликані подіями колишніми; вона прагне до об'єктивності як цілковитого розмежування людини як спостерігаючого суб'єкта та зовнішнього світу як спостережуваного об'єкта. Суб'єкт й об'єкт є системами відліку відносин між людиною і світом. Постнекласична парадигма відмовляється від ролі особистості в пізнанні світу як незалежного спостерігача, пропонує їй роль учасника; поруч із детермінізмом вона допускає спонтанність у поясненні подій і явищ світу. Пізнання особистістю реальності стає її суб'єктивним актом, який є залежним від неї.

У світі немає нічого вічного, оскільки все перебуває в постійному саморухові, тому немає незмінної й абсолютної істини. Буття людини в мінливому світі дебютує з її незадоволення наявним станом обставин, невідповідність яких її життєвим смислам змушує страждати через відсутність усвідомлення нею себе як "Я". Людину в її взаємодії зі світом може не влаштовувати весь обмежений життєвий цикл, який уключає в себе народження, існування, старіння та смерть. Причиною незадоволення світом та власних страждань людини є не зовнішній світ, а обмеженість зосередженого в "Я-концепції" внутрішнього світу людини, як особистості. Властиве сформованій особистості ототожнення з її "Я-концепцією" не є вічним. Особистість стає задоволеною своєю діалектичною взаємодією зі світом лише тоді, коли змінить себе духовно. Духовний розвиток особистості, який характеризується її ідентифікацією з усе більш надособистісними цінностями, їх трансформацією у переживанні смисли, ієрархізацією цих смислів під провідний сенс та породженням відповідних життєвих актів, поступово припиняє її страждання.

Зріла людська особистість – складна нелінійна цілісна система, яка є причиною самої себе. Витоки всіх форм взаємодії особистості зі світом – у ній самій. Особистісна зрілість (самоефективність, автентичність, конгруентність, спонтанність) укладається в постнекласичну психологічну парадигму та великою мірою залежить від ступеня духовного саморозвитку особистості.

Науковою системою є логічно та методологічно впорядкована побудова, яка впливає з певного набору постулатів, цілісно й узгоджено розглядає факти та концепції, котрі стосуються предмета вивчення. Ціль будь-якої психологічної системи – пояснення того, що до неї не було пояснено.

**Мета** статті – сформулювати цілісну систему духовного саморозвитку особистості, у якій наявні західні та східні психологічні систе-

ми трактуються як ступені духовного саморозвитку особистості; дослідити хід виникнення, розвитку та зникнення такого психічного новоутворення чи, інакше кажучи, конструкту, як особистість у психологічних системах та теоріях особистості; вияснити психічні чинники зрілості (самоефективності, автентичності, конгруентності, спонтанності) особистості, які засвідчують її перехід на постнекласичну парадигму взаємодії зі світом та пов'язані з духовним саморозвитком особистості.

**Об'єкт** нашого компаративістського аналізу – психологія особистості і в західних, і у східних психологічних системах та теоріях особистості й процес переміни парадигми взаємодії особистості зі світом. **Предмет** аналізу – вибудувані в цілісну психологічну систему психічні процеси і стани духовного саморозвитку особистості, які пояснюються і класичною парадигмою опосередкованої взаємодії особистості зі світом, і описуються постнекласичною парадигмою безпосередньої взаємодії особистості зі світом. Гіпотезою нам слугує припущення про вплив духовної культури, яка впливає із психологічної системи та теорії особистості, на духовний саморозвиток особистості й на безпосередню залежність психічної зрілості (самоефективності, автентичності, конгруентності, спонтанності) життя особистості від її парадигми взаємодії зі світом та від ступеня її духовного розвитку.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Логіка обмежена в оцінці духовних питань, оскільки вона перешкоджає вивченню незвичного та суперечливого. Корисним є безпосереднє переживання світу й інтуїтивне знання про нього, яке допомагає духовному саморозвитку людини та її холістичній взаємодії зі світом. Оскільки світ перебуває в нескінченному процесі змін, то немає кінцевої незмінної істини. Істинним є не статичне знання, у якому особистість може постійно перебувати, а холістичне динамічно-інтуїтивне осягнення континуального буття.

Східна психологічна парадигма вважає, що переживання особистістю себе як центрованого на собі “Я”, усвідомлення нею своєї “Я-концепції”, нарощення сили “Я”, породження нею усвідомлених самосилуваних вольових актів, на чому акцентують західні теорії особистості, є лише оманливим породженням соціальних умовностей. Людині для життя в гармонії зі світом потрібне утихомирення егоїзму та зарозумілості, внутрішнє інтуїтивне переживання природного порядку та справедливості, служіння надособистісним провідним

смислам через спонтанне породження надситуативних та наднормативних життєвих актів у сфері ризику й персональної відповідальності. Любов, яка виникає внаслідок праці над собою і яка виявляє себе через служіння іншим людям, є також одним із головних джерел духовного поступу.

Якщо вважати психоаналіз першою силою наукової психології, біхевіоризм – другою, гуманістичну психологію – третьою, то трансперсональна психологія виступає четвертою силою науковою психології, яка виводить людину за межі її ідентичності та самоактуалізації в Космос. Основне положення трансперсональної психології полягає в тому, що людина, крім свого буденного “Я”, має ще й вершинне справжнє “Я”, яке переживає в змінених станах психіки. Людина не знає меж своїх можливостей. Будь-яка людина має безмежні можливості духовного зростання. **Мета** трансперсональної психології – дослідження межових здатностей людини й розпізнавання, розуміння та реалізація об’єднувальних, трансцедентних і духовних, переживань. Спільна парадигма трансперсональної психології та духовних практик [7–9; 15; 19–22] ґрунтується на тому, що феноменальній даності іманентного існування людини у світі притаманні три ознаки, якими є мінливість вибудованого із взаємозв’язаних поточних процесів світу; примарність усвідомлюваного самолюбивого емпіричного “Я”; незадоволеність людини результатами домагань свого “Я” у світі.

Людина завжди бажає іншого стану речей і незадоволена нинішнім. Викорінення від залежностей призводить людину до припинення мук, чого вона може досягти через духовну практику, яка відкриває цій людині шлях до свідомого пошуку та творення самої себе, свого життя і життя спільноти. Психічний шлях до істини пролягає через інтенційні акти внутрішнього самоусвідомлення, яке ґрунтується на зосередженості уваги, на медитативному стані зверненості психіки на саму себе, на встановленні внутрішнього психічного спокою. Духовна практика розвиває в людини творчий стосунок до власного життя. Людина може здобути справжню задоволеність собою і світом лише через зміни самої себе. Психологічна парадигма духовних практик уважає, що існує трансцендентна реальність як єдність, котра охоплює всі феномени буття й осягнення якої можна активувати через духовну практику.

У світі немає нічого вічного; мінливий світ становить порядок взаємопов’язаних потоків. Усе в ньому перебуває в стані безперерв-

них та неминучих перемін. Суперечності, протилежності та зіткнення пронизують усі ці переміни. Суперечності закладені у всьому, і саме вони є джерелом змін. Наука сама перебуває в постійному зіткненні своїх положень і парадигм, саме завдяки цьому вона породжує розуміння, яке постійно змінюється. Буття людини у світі також є процесом вічного оновлення, невинного народження новацій. Діалектика саморозвитку людини не центрована на організмові чи культурі спільноти; вона підкреслює взаємодійні та реципрокні стосунки людей між собою та зі світом. Діалектика може бути і зовнішньою, і внутрішньою, а з'єднувальною ланкою цих двох діалектичних сфер є психічна активність людини, поведінка якої відбувається в конкретних обставинах та розвивається історично й культурно. Вона в людини є безперервним процесом, а не послідовністю окремих складників, однак зміни в поведінці можуть спричинюватися діалектичними стрибками. Бути людиною як особистістю означає постійне перебування в добровільній мандрівці до самої себе.

Гомеостаз як рівновага та постійність є лише тимчасовим станом, який постає внаслідок вирішення суперечностей та призводить до нових зіткнень. У зв'язку з гетеростатичними неперервними перемінами передбачення про існування таких внутрішніх стійких утворень та незмінних властивостей у людини, як здібності, інтелект, риси особистості чи сама особистість, не мають під собою підстав, хоча трактуються як суттєві реальності на попередніх ступенях розвитку буттєвого й рефлексивного потоків психіки; усі ці поняття є лише зручними культурно-історичними знаряддями спільноти для умовного структурування психічної реальності.

Людське “Я” є усвідомленням людиною наявності в неї психіки й тіла та породженням переживання власної меншовартості; воно залишається зосередженим на обмеженості людини як окремого індивіда, усвідомленням її відірваності від решти світу й має бути подоланим для досягнення людиною переживання єднання зі світом й іншими істотами в ньому. Незадоволеність егоцентричної людини своїм буттям у світі неминуча, оскільки вона є наслідком її підневільності, причина якої – залежності свого обмеженого “Я”, які стихійно та незалежно від самого індивіда склалися в ході соціалізації під пресингом соціального контролю і яким необхідно бездумно користися. Буденній свідомості людини притаманні залежності й неправдива ідея самостійного “Я”.

Емпіричне “Я” особистості не стабільна та фіксована сутність, а інтенційне семантично-сислове поле, яке постійно коливається. На початкових ступенях духовного розвитку відбувається розвиток, інтеграція та зміцнення самоусвідомлюваного “Я” особистості, а на завершальних ступенях духовного саморозвитку відбувається поступ від самосвідомості до надсвідомості, де індивідуальне “Я” особистості єднається з надособистісним “Я”. На кожному ступені духовного саморозвитку особистість має свої переломні переживання та проблеми, які знімаються відповідними видами психотерапії і духовних практик. На своєму прикінцевому трансперсональному ступені свого духовного саморозвитку особистість переживає гармонійне єднання з усім існуючим, у тому числі з Космосом.

Становлення свідомості в людини в ході її трансформації в особистість відбувається через засвоєння семіотики мови під впливом таких соціальних інститутів, як сім'я, школа, церква, засоби масової інформації. Термін Я покриває у психіці людини дві взаємозв'язані та досить відмінні психічні реальності, якими є особа й особистість. Як соціальна особа людина є частинкою спільноти, однією з багатьох інших; її місце в спільноті великою мірою визначає її стосунки у сфері прав й обов'язків. Як особистість людина має неповторне та своєрідне духовне буття, яке визначається її місцем у сфері почуттів і смислів та проявляється спонтанним породженням відповідних провідним смислам життєвих актів. Особистість – єдине новоутворення, котре неможливо розглядати зовнішнім практичним чином за стимулами та відгуками на них. Людина як особистість є відповіддю на поклик, рухом до трансценденції. Особистість проявляється волінням перевершити все те, ким вона вже стала й ким вона ще не стала; вона є спонтанним бажанням осягнути реальність, яка її не задовольняє. Водночас таке досить пізніе онтогенетичне новоутворення, яким стає свідомо-логічне “Я”, не має змоги самостійно осягнути все, що відбувається з особистістю. Зручним психологічним та лінгвістичним терміном “Я” покривається вічно змінна реальність ознак, які тимчасово окреслюють певну людину.

Людина завжди бажає іншого стану речей і є незадоволеною нинішнім. Викорінення від залежностей приводить людину до припинення мук, чого вона може досягти через духовну практику, яка відкриває цій людині шлях до свідомого пошуку та творення самої себе, свого життя і життя спільноти. Психічний шлях до істини

пролягає через інтенційні акти внутрішнього самоусвідомлення, яке ґрунтується на зосередженості уваги, на медитативному стані зверненості психіки на саму себе, на встановленні внутрішнього психічного спокою. Духовна практика розвиває в людини творчий стосунок до власного життя. Людина може здобути справжню задоволеність собою та світом лише через зміни самої себе. Психологічна парадигма духовних практик уважає, що існує трансцендентна реальність як єдність, котра охоплює всі феномени буття й осягнення якої можна активувати через духовну практику.

Парадигма духовних практик пробуджує переживання оптимістичної діалектики, спонукає особистість до одночасного осягнення реального й ідеального світів та переживання творчого напруження між ними, яке спрямовується людиною на долання вад і просування до ідеалу. Духовні практики спрямовані на переборення недосконалості сприймання, емоційних, інтелектуальних й особистісних перепон на шляху духовного саморозвитку особистості. Чільними перепонами духовному розвитку особистості є неухважність та нижче “Я” з його егоїзмом (жадністю, ненавистю), а також заблудження і невігластво, які виникають через глибоку довіру до раціонального структурування дійсності дискретно-дискурсивним розсудком.

Період земного життя людини є для неї терміном випробування, особистісною мандрівкою по життєвому циклу, метою якої є порятунок від зла, котрим є невідповідність її життєвих актів природному ладові, який у різних культурах означають різними поняттями (брахман, дао, дхармакая, абсолют, Космос, надсмісл, воля Божа, закономірність, істина, добро, краса, любов). Провідним смислом життя людини має бути реалізація цього природного задуму у своїх життєвих актах. Людина є мандрівником, який торує шлях до свого внутрішнього “Я”, котре постійно змінюється.

Переживання свого індивідуального “Я” окремою людиною, з яким вона ототожнює себе як особистість, є всього лише відбиттям всеосяжного трансперсонального “Я” чи, інакше кажучи, єдності з Космосом. Людина приходить у світ із цього великого “Я” і туди повертається після смерті. Лише смерть звільняє людину від стану подорожнього по життєвому шляху й дарує їй вічну винагороду. Пересічна людина в ході свого життя втрачає цей зв’язок зі своїм джерелом, але здорова та цілісна особистість може відновити переживання цього контакту в зміненому стані психіки, який осягнуто



природно; один із чесних шляхів до контакту з надособистісним смыслом, яким є трансперсональне “Я”, – духовна практика. Кожна людина може повернути собі сприйняття трансцендентної дійсності чи, інакше кажучи, свого справжнього “Я” як витоку своїх духовних смислів.

Самопізнання відкриває людині шлях до її вищого “Я”, яке є строго визначеним задумом, котрий обумовлює самотність людини та творить межі її самореалізації. Вище “Я” є апіорним ладом, сутністю в собі, яка проявляється у всіх людських фізичних і психічних процесах, є стороною кожного життєвого акту, але, утілюючись у щоденному житті, це вище “Я” залишається трансцендентним, має свої витoki у вічності та завжди привносить у життя ствердний заряд. Дійсне “Я” становить осереддя, з якого емпіричне “Я” повертається до свідомості. Людина своєю свідомістю має розгадати цей природний шифр, яким є вище “Я”, і прагнути до буття, яке є відповідним йому. Внутрішнім оправданням життя людини є присутність у ньому провідного смыслу, який не схвачується дискретно-дискурсивним розсудком та стереотипізованим соціальним контролем із рефлексивного потоку психіки, котрий є трансцендентним стосовно самої людської екзистенції. Цей вищий смысл реалізується виходом до трансперсональних переживань, які є порятунком від тілесної та дискретно-дискурсивної розсудкової залежності. Серед перепон, які постають перед людиною в її прагненні відновити зв’язок зі своїм вищим “Я”, велику силу мають деформувальні впливи конкретної споживацької культури й егоцентричного виховання, які творять фільтри сприймання, котрі як криві люстерка спотворюють дійсність та призводять до саморуїнування продуктивної взаємодії людини зі світом.

У зміненому динамічному еволюційному стані просвітлення психіки, яке досягається за допомогою самодисципліни, медитації й усвідомлення нереальності емпіричного “Я”, а також переживанням спокою та гармонії, людина осягає два щаблі духовного розвитку. У зміненому стані психіки наступає таке просвітлення, у якому особистість переживає подолання не світу, а власного самолюбивого “Я”, тому першим постає щабель відсторонення від емпіричного “Я”, скасування центрування на ньому, розчинення та єднання з реальним світом. На цьому щаблі зникають перепони на шляху до вищого “Я”. Наступним відкривається щабель постійності та повернення, на

якому особистість переживає себе частинкою Всесвіту як вищого всеохопного “Я”; тут відбувається активація переживання нової цілісності у вигляді повторного об’єднання з усеосяжним “Я”. Здатність еволюціонувати в стан духовного просвітлення чи пробудження має будь-яка людина.

**Мета** духовної практики – досягнення єднання психіки людини зі своїм джерелом, яким є дійсне “Я”, котре спізнається в змінених станах психіки, коли ця людина переживає вихід за межі дискретно-дискурсивного розсудку, суб’єкт-об’єктного протиставлення, причинно-наслідкових зв’язків, простору й часу, власної ідентичності та звідусь своє єднання із трансцендентним, яке неможливо передати конвенційними поняттями та словами буденної мови, котра розвинулася для обслуговування виживання людини в зовнішньому світі. Духовні практики спрямовані на самореалізацію особистості через заспокоєння психіки та зосереджені на її дійсному “Я” як природному порядку у світі, який є безсмертною та незмінною сутністю всіх людей.

Більшість людей західної парадигми шукає задоволення в зовнішньому світі та не підозрює того, що джерело найбільшої радості – у них самих, у їхньому “Я”; це трансцендентне “Я” кожної особистості є її духом, її справжнім “Я”, яке приховане ототожненням із очевидним тілом чи психікою. Часто обставини життя людини такі, що “Я” особистості не може забезпечити відповідність між поставленими цілями та досягнутими результатами, унаслідок з’являються також побічні, непередбачувані наслідки. Наслідки породжених особистістю життєвих актів можуть бути не лише непередбачуваними, а й протилежні вихідним змістам. У будь-якій сфері своєї життєдіяльності особистість неминує виходить за межі передбачуваного та породжує невідповідні провідним змістам наслідки, тому східна настанова недіяння чи, інакше кажучи, “у-вей” як інтуїтивне осягнення та дієва підтримка природного спонтанного ходу подій має певні підстави. Недіяння є протилежністю цілеспрямованої дії, у ньому відсутня смислова егоцентричність та суб’єкт-об’єктна протиставленість, насильство, помилки та користолюбство.

Кожна людина може повернутися до свого дійсного “Я” і стати зрілою та досконалою особистістю, яка здатна здійснювати добродійний і безпечний самоконтроль над своїм життєвим шляхом, у якому відсутні і самокатування, і потакування своїм залежностям.

Дійсне “Я” людини проявляється в увазі без зусиль, інтуїтивно й адекватно схвачує континуальний порядок у світі та дає змогу всьому на світі спонтанно відбуватися так, як воно відбувається, без прояву напористої боротьби з перепонами задля нав’язування світові порядку, до якого раціонально прийшов суб’єктивний дискретно-дискурсивний розсудок і який упроваджує людина своєю егоцентричною волею. Можна приймати світ таким, яким він є нині, бути узгодженим із ідеалами й цінностями спільноти, творчо допомагати здійсненню осягнутому континуально-інтуїтивним розумом природному порядку та спокійно насолоджуватися реалізованими бажаннями без прив’язки до досягнутих результатів.

Спонтанна самоактуалізація є малозалежною від зовнішнього підкріплення. Часто смислова спонтанність має внутрішню підтримку у вигляді вершинних чи, інакше кажучи, пікових переживань, які супроводжують змінені стани психіки. У змінених станах психіки переживання особистістю свого “Я” розчиняється в переживанні якогось ширшого трансцендентного єднання, у якому ця особистість виходить за межі своєї самоактуалізації. У психіці кожної особистості наявне внутрішнє прагнення до цілісності та до саморозвитку, яке найлегше реалізується в зміненому стані психіки.

Реалізація особистістю свого дійсного “Я” стає можливою тоді, коли психіка відключена від зовнішнього світу, стає спокійною, зосередженою, спрямованою в саму себе й до свого джерела, яким є дійсне “Я”, тоді вона здатна відбивати внутрішні властивості цього дійсного “Я”. Усвідомлення особистістю своїх проблем відбувається на оперті добутого трансперсонального досвіду, який відкриває їй її покликання. Саме входження у змінений стан психіки творить умови для переживання трансперсонального досвіду та реалізації оздоровчих ресурсів трансперсональних переживань. Переживання змінених станів психіки, у яких психіка особистості входить у стан надсвідомості, чи, інакше кажучи, космічної свідомості, є основною ознакою будь-якої релігії та предметом усіх духовних практик.

У трансперсональних переживаннях психіка людини виходить за свої межі та долає обмеження простором і часом. Вище “Я”, яке осягається з колективного несвідомого, однакове у всіх людей і тому слугує надособистісним підмурівком духовного розвитку будь-якої людини, на вершині якого ця людина може відновити свою тотожність із космосом й усвідомлено пережити будь-яку сторону його

існування. Кожна людина у своїй психіці має відомості про все наявне у Всесвіті, оскільки є його розмірною неосяжно малою частинкою.

Людина перебуває в постійному процесі духовного саморозвитку, який здійснюється через актуалізацію ще не проявлених ресурсів. У психіці людини відбувається комплементарна взаємодія свідомості з несвідомим та надсвідомим при неперервному обміні енергією між ними. Переживання людиною свого дійсного “Я” чи, інакше кажучи, самості є осередком її психіки, яке в ході становлення в особистості духовного потоку психіки, інтегрує несвідомі, свідомі та надсвідомі процеси. Надсвідомі частина психіки є творчою та розумною засадою, яка єднає людину із самою собою, з іншою людиною, з людством, із природою та з Космосом. У процесі духовного розвитку особистість долає вузькі межі свого “Я” та особистісного несвідомого і єднається з вищим “Я”, яке є розмірним всьому людству та всьому Космосу.

Актуальну проблему зміни егоцентричної картини світу на світоцентричну сьогодні час взялися вирішувати три соціальні рухи, які одночасно є послідовними хвилями. Першим і наймасовішим дебютував неформальний рух молодіжної контркультури, який звертав увагу на те, що традиційна релігія, філософія і наука, які породили західну класичну парадигму гвалтівного та споживацького взаємодіяння людини зі світом, не оправдали очікувань і породили низку глобальних проблем. У пропонованій контркультурою картині світу наголошувалося на єдності всього існуючого (Бога, природи й людей) і на здатності людини усвідомити цю істину в зміненому стані психіки, який веде до просвітлення та космічної свідомості. Стартовий масовий неформальний рух молодіжної контркультури прагнув змінити традиційно-класичну картину світу навальною “кавалерійською атакою” великою мірою за допомогою “психоделічної революції”. Натиск цього руху та його першої хвилі виявився таким, що поставленої проблеми не вирішує, але породжує заперечні побічні наслідки. Крім поширення наркоманії й алкоголізму, вторинними егоцентричними наслідками цього руху є відрив самореалізації особистості від турботи про інших людей; спрямування її на власне самовдосконалення при нехтуванні соціально-політичними обставинами; зняття моральних гальм, яке привело до сприяння короткочасній міжстатевій близькості та до зневаги тривалими стосунками; потурання нею собі в отриманні негайних задоволень шляхом відмови від постановки перспективних цілей заради прийдешнього. Неформальний контркультурний рух, який найчастіше зваблює “низьколобих”, консервує

їхній інфантилізм, стає резервацією для самолюбивих та недалекоглядних утікачів від відповідальності за свою і чужу подальшу долю, часто змінює ієрархію смислів та картину світу особистості в асоціальному напрямку та ставить особистість у життєву безвихідь.

Другим, менш масовим і розрахованим на “середньолюбих”, став рух неорелігій, у яких використовуються духовні практики, підпорядковані теології, яка займає тут перше місце та часто пропонує своїм adeptам і неофітам чужу культуру. Цей напрям і ця друга, менш масова, хвиля не підтримує зв'язку з авангардною наукою та першочергово вирішує теологічну й культурологічну мету; він частково спрямований на зміну ментальності особистості як її культурного несвідомого в напрямку відходу від традиційної культури та релігії, а проблема зміни парадигми взаємодіяння людини зі світом з егоцентричної та споживацької на світоцентричну й гармонійну для нього є побічною та малоактуалізованою.

Третім, найпізнішим із домагання на поширення, найважчим із утілення в життя, найадекватнішим “духу часу” зі зміни парадигми та найменш популярним серед пересічного населення є рух творення психологами інститутів духовних практик і світських монастирів “ретритів”, у яких ентузіасти можуть безоплатно отримати високу кваліфікацію духовних практик від спеціально дібраних і відданих справі вчителів для подальшого безкорисного поширення серед зацікавлених особистостей. Якщо контркультурний неформальний рух іде в “широкі ворота” шляхом найменшого опору, то професійна робота психологів із поширення духовних практик є рухом “високолюбих” через “вузькі ворота” й шляхом найбільшого інерційного ментально-соціального опору, але саме цей рух може працювати над зміною парадигми взаємодії людини зі світом через вирішення глобальної проблеми зміни егоцентричної ієрархії смислів і картини світу пересічної особистості на світоцентричну. Між неформальним контркультурним та духовно-трансперсональним рухами є подібність за кількома параметрами (змінені стани психіки з внутрішньою підтримкою піковими переживаннями), але вони радикально різняться за способом уходження в змінені стани та за наслідками; їх результати так різняться між собою як здорова дитина від нормальних пологів і викиднів, тому духовні практики, крім перебудови ієрархії смислів, картини світу особистості та розкриття її внутрішнього потенціалу, ще можуть бути альтернативою контркультурі з наркоманією та алкоголізмом.



**Рис. 1.** *Схема засад саморозвитку особистості за О. П. Колісником*

Кожен ступінь духовного розвитку характеризується своїм смисловим полем; своїм переломним переживанням; своєю принципово новою метою як новим ідеальним смислом, який ще не увійшов у ієрархію смислів і тому має нестачу спонукання для породження життєвого акту; своїм психічним механізмом саморозвитку особистості; своїм набором методик і технік для цілеспрямованої постановки потрібного психічного механізму саморозвитку; своєю концепцією особистості.

**Висновки.** Духовні практики – вічною психологічною культурою, яка була і є актуальною завжди, але їх застосування вимагає великої та регулярної роботи, яка здатна привести особистість до зміни парадигми, радикальної перебудови ієрархії смислів, картини світу й активувати її внутрішній потенціал. У зв'язку з потребою великої початкової самовіддачі колись і тепер духовні практики є справою невеличкої верстви пасіонаріїв, а ситуація з вирішенням глобальних проблем людства вимагає їх широкої популяризації, висококваліфікованих і відданих служінню надособистісним смислам учителів, уведення в навчальний процес ВНЗ, їх питомій присутності в навчальному процесі майбутніх працівників допомогових професій, особливо психологів, оскільки змінені стани психіки входять у предмет психології, яка нині має власну психологічну практику безпосередньої роботи з населенням.

#### *Література*

1. Бернштейн Н. А. О построении движений / Н. А. Бернштейн. – М. : Биомедгиз, 1947. – 225 с.
2. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н. А. Бернштейн. – М. : Медицина, 1966. – 350 с.
3. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. – М. : МГУ, 1984. – 200 с.
4. Василюк Ф. Е. Методологический анализ в психологии / Ф. Е. Василюк. – М. : МГППУ ; Смысл, 2003. – 240 с.
5. Выготский Л. С. Избранные психологические произведения / Л. С. Выготский. – М. : АПА РСФСР, 1956. – 315 с.
6. Гегель Г. В. Ф. Энциклопедия философских наук : в 2-х т. Т. 2 : Философия духа / Г. В. Ф. Гегель. – М. : Мысль, 1977. – 471 с.
7. Гроф С. Духовный кризис: Статьи и исследования : пер. с англ. / С. Гроф. – М. : МТИ, 1995. – 256 с.
8. Капра Ф. Дао физики: Общие корни современной физики и восточного мистицизма : пер. с англ. / Ф. Капра. – М. : ООО Изд-во “София”, 2008. – 416 с.
9. Капра Ф. Уроки мудрости / Ф. Капра. – М. : Изд-во Трансперсон. ин-та, 1996.
10. Кун Т. Структура научных революций / Т. Кун. – М. : Прогресс, 1977. – 300 с.
11. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / Леонтьев А. Н. – М. : Изд-во полит. лит., 1977. – 304 с.
12. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов ; отв. ред. Ю. М. Забродин, Е. В. Шорохова. – М. : Наука, 1984. – 444 с.
13. Мадди Сальваторе Р. Теории личности: сравнительный анализ : пер. с англ. / Мадди Сальваторе Р. – СПб. : Речь, 2002. – 539 с.
14. Мамардашвили М. К. Классический и неклассический идеалы рациональности / М. К. Мамардашвили. – Тбилиси : Мецниереба, 1981. – 81 с.

15. Налимов В. В. Спонтанность сознания: Вероятностная теория смыслов и смысловая архитектура личности / В. В. Налимов. – М. : Прометей, 1989. – 288 с.
16. Петровский В. А. Психология неадаптивной активности / В. А. Петровский. – М. : ГОО “Горбунок”, 1992. – 224 с.
17. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1976. – 417 с.
18. Пригожин И. Порядок из хаоса: Новый диалог человека с природой / И. Пригожин, И. Стингерс. – М. : Прогресс, 1986. – 432 с.
19. Тарт Ч. Измененные состояния сознания : пер. с англ. / Ч. Тарт. – М. : Изд-во ЭКСМО, 2003. – 288 с.
20. Томпсон М. Восточная философия : пер. с англ. / М. Томпсон. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2002. – 384 с.
21. Уилбер К. Никаких границ: Восточные и западные пути личностного роста / К. Уилбер ; пер. с англ. В. Данченко и А. Ригина. – М. : ООО “Изд-во АСТ” и др., 2003. – 283 с.
22. Уилбер К. Интегральная психология: Сознание, Дух, Психология, Терапия : пер. с англ. / К. Уилбер. – М. : ООО “Изд-во АСТ” и др., 2004. – 412 с.
23. Фейдимен Дж. Личность: теории, эксперименты, упражнения / Дж. Фейдимен, Р. Фрейгер. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2001. – 864 с.
24. Что такое дзен? Сборник : пер. с англ. / Фромм Э., Юнг К. Г., Уоттс А., Блисс Р. Х. – Киев ; Львов : Airland, 1994. – 188 с.
25. Хьелл К. Теории личности: Основные положения, исследования и применение / К. Хьелл, Г. Зиглер. – СПб. : Питер-пресс, 1997. – 608 с.
26. Щедровицкий Г. П. Избранные труды / Г. П. Щедровицкий. – М. : Шк. культур. политики, 1995. – 760 с.
27. Эриксон М. Г. Человек из февраля. Гипнотерапия и развитие самосознания личности : пер. с англ. / М. Г. Эриксон, Э. Л. Росси. – М. : Независимая фирма “Класс”, 1995. – 256 с.
28. Юдин Э. Г. Системный подход и принципы деятельности: методологические проблемы современной науки / Э. Г. Юдин. – М. : Наука, 1978. – 392 с.
29. Юнг К. Г. О психологии восточных религий и философии / К. Г. Юнг. – М. : Медиум, Моск. филос. фонд, 1994. – 256 с.
30. Юнг К. Г. Синхронистичность : сборник : пер. с англ. / К. Г. Юнг. – Москва : Рефл-бук ; Киев : Ваклер, 1997. – 320 с.