

УДК 130.3

ДУХОВНАЯ ПРАКТИКА КАК ПРЕДЕЛЬНАЯ «ПРАКТИКА СЕБЯ»**Е.В.Максимова***Гуманитарный институт НовГУ, Elena.Zakharova@novsu.ru*

Статья посвящена анализу определения духовной практики как предельной «практики себя» (М. Фуко), а также демаркации духовной и социальной практик. Автор проводит работу по прояснению отличия духовных от иных видов современных антропологических техник. Обсуждается проблема места психотехники в контексте духовной практики и религии.

Ключевые слова: *духовная практика, религия, антропологическая стратегия, трансценденция, психотехника*

The article is devoted to the analysis of the notion "spiritual practice" as the utmost "practice of the self" (Michel Foucault), and to demarcating spiritual practices from the social ones. The author clarifies the difference between spiritual and other types of contemporary anthropological techniques. The problem of the place of psycho technique in the context of spiritual practice and religion is discussed.

Key words: *spiritual practice, religion, anthropological strategy, transcendence, psycho technique*

Антропологические стратегии, в которых человек осуществляет целенаправленную трансформацию себя самого, С. Хоружий, вслед за М. Фуко, относит к «практикам себя» – действиям, которые люди «производят над самим собой, с помощью которых берут на себя заботу о себе, изменяют себя, очищаются, становятся другими, преображаются» [1].

Фуко дает характеристику «заботы о себе» в целом, зудительную силу которой можно вполне отнести и к духовной практике в частности: «Забота о себе – это что-то вроде жала, которое должно войти в человеческое тело, вес время напоминать о себе, зудить, не давать покоя» [1]. В отличие от социальных практик телосом духовной практики является истина. Однако истину не следует понимать ни как *conformitas seu adaequatio intentionalis intellectus cum re*, ни как экзистенциально-психическое переживание, потому что в обоих этих случаях не требуется изменения «самого субъекта в его бытии субъектом» [1]. Истина в контексте духовности не дана без необратимого преображе-

ния субъекта, так как она не является его частью или производной от него. Фуко определяет духовность как «род практик, исходящих из постулата, который гласит, что субъект, как он есть, не способен прийти к истине, но что истина, как она есть, способна преобразить и спасти субъекта» [1].

Духовной практикой, вслед за С.Хоружим, назовем реализацию устремленности человека к инобытию, выраженную в метаантропологическом органоне изменения человеческого бытия [2]. Инобытие трансцендентной реальности принципиально несводимо к любому известному человеку опыту и имеет в религиях статус истинного, подлинного, первичного бытия. Само определение «духовного» представляется вполне уместным заимствовать у М.Фуко, в чьем понимании «можно было бы назвать «духовностью» те поиски, практику и опыт, посредством которых субъект производит в себе самом изменения, необходимые для того, чтобы получить доступ к истине» [1].

Под «религией» мы понимаем особую форму связи (от лат. *religare* – связывать) между человеком и трансцендентной реальностью, придающей существованию человека смысл и наделяющей его бытием. Эта связь включает в себя доктрину, веру и духовную практику. Непопулярность духовных практик у большинства людей связана с известными трудностями. «Нормальная» жизнь человека уже заполнена воплощением социальных ожиданий, и чтобы внести в нее нечто, с точки зрения светского существования, необязательное, следует от большей части этой «нормальной» жизни отказаться, отречься. «Направляясь к трансформации наличного образа бытия, такая стратегия несовместима с обычным, «природным» порядком существования человека, в котором воспроизводится этот образ бытия» [3. С. 432], – говорит С.Хоружий о духовной практике.

Стратегия духовной практики имеет принципиально непредсказуемую перспективу: «это есть антропологическая стратегия с принципиально открытым исходом» [4. С. 11]. Цель духовных практик состоит в активизации онтологической границы, в силу чего вся человеческая жизнь должна быть в итоге направлена и открыта к иному, обретая значимость только в его свете. Онтологическая граница есть ориентация на инобытие трансцендентной реальности [4], которое объемлет и человека, и мир, будучи трансценденцией (К.Ясперс).

Духовная практика подразумевает установку на бесконечность преобразования человека, но не в смысле самодостаточной игры, каковой предстает жизнь в антропологической перспективе постструктурализма, а в смысле радикального отказа мыслить себя как самоцель и самопроект. Путем практики человек осуществляет построение жизни как синергичной стратегии взаимодействия с запредельной областью духа.

Духовная практика подразумевает и то, что можно назвать структурой трансформации сознания, и то, что можно отнести к технике его трансформации. Техника духовных практик – это способы и методы воздействия на сознание, управляющие его состояниями. Техника духовных «практик себя» обращена к психической сфере, синтезируемой сознанием как Я, на что и указывает приставка в слове «психотехника», которое можно употреблять по отношению к светским и религиозным практикам преодоления недостаточности. Если в социальной психиатрии психотехника – это система принципов, методов и средств, направленная на управление человеческим поведением, то в духовной практике психотехника означает работу с тренировкой направленного внимания для достижения управления состояниями сознания с конечной целью его преобразования в самой его основе (например, разрыв цепи «ощущение – реагирование» в психотехнике випассаны для разотождествления сознания с факторами чувственности).

В контексте темы духовной практики для нас очевидна необходимость использования восточных философско-религиозных традиций по следующим соображениям. Старая дихотомия Запада и Востока до сих пор имеет основания, сколь бы размытыми ни

казались границы современного общества глобализации. Суть этого различия в изначальной разнонаправленности философии Западной Европы и философской мысли Юго-Восточной Азии. Западная философия вопрошает о бытии скорее из страха перед небытием: почему есть космос, а не хаос? Восточная мысль не страшится небытия – напротив, столкновение с ним открывает единство, покой, пустоту (шунья), слияние с ним возвращает в нирвану.

Экзистенциальный поворот, поставивший под сомнение антропоцентризм, всемогущество человеческого разума и сами рациональные основания философии Запада, заставил обратиться к исследованию глубин человеческого бытия, вопрошая о полноте не только центрального положения человека в мире, но и самих понятий «человек» и «субъект». Наконец, философия провозгласила смерть субъекта и смерть человека, вернувшись тем самым к древней восточной мысли о ничтожности человека (у Сартра: человек есть ничто). При этом в фокусе внимания философии оказывается небытие, являясь и через хайдеггеровский ужас столкновения с ним, и через «нехватку бытия» в определении человека Сартром, и в отказе от примата тождества (бытия) над различием в философии постструктурализма. Определяя границы человеческой субъективности в условиях смерти субъекта, философия постмодерна возвращается к древним темам индийской мысли – теме различия (центральной, например, в философии адвайтаведанты), хаоса, небытия.

В современной европейской философии человек был вынужден отказаться от привилегированного положения в космосе ввиду несостоятельности метафизических основ, на которых держалось и это положение, и сам космос как устроенный для человека порядок. И если идея о ничтожности человека была на Востоке заложена в самой метафизике индуизма и буддизма, провозглашавшей круговорот сансары и закон кармы действенным для всех живых существ в равной степени, то европейская философия пришла к этой идее через сомнение в собственной метафизике, через разрушение самим человеком своего трона и через идею онтологической недостаточности. Однако методы Запада и Востока остались различными.

Путь западной традиции, идущей от античного вопрошания, как и путь, например, индийской философии, имеет в своей основе метод сомнения в предельных основаниях бытия, но специфика восточной философии в том, что рациональное сомнение сопровождается духовной практикой, частью которой является определенный психофизический настрой – психотехника.

В текстах классической европейской философии мы не находим того, что можно назвать психотехникой (искусство использования неких приемов для управления психическими и соматическими состояниями) и их осмысления на уровне философии. Если традиция античности и включала некоторые практики «отречения» перед мыслью и телесного стимулирования, к примеру, напитками и упражнениями, то в тексты они включены не были.

Европа знала практики монашества, однако и эта преемственность прервалась на границе XVII–XVIII вв. Университетская среда требовала определенных техник сосредоточения (дисциплинарного пространства, в том числе ограничения телодвижений). Тексты Канта подразумевали такие условия, как прилежание в отношении аргументов, правила схоластического мышления. Но постепенные изменения в системе университетского образования, его демократизация, прием студентов «неблагородных» сословий, не знакомых с метафизической традицией, привели к утере «подводных» оснований текстов. Понимание культуры состояния, которое подразумевает текст, стало невозможным, а самообразование во многом свелось к языковым играм, улавливая только самый поверхностный слой перформативности мышления. В центре философии остался субъект картезианского типа, освещающий собой все вокруг, в том числе и свою деятельность. В получившуюся картину смены мыслей и действий не могла бы вписаться психотехника, так как она работает с состояниями, в которых совершается мысль или данное действие, и может менять и направлять данную мысль.

Чаще всего европейская философия не предполагает, что у субъекта могут быть настроения, которыми он не может управлять. Человек мыслящий и философствующий есть идеальный набор инструментов, который с легкостью переходит от одного занятия к другому и находится всегда в соответствующем и нужном для этого занятия настроении либо меняет его. У трансцендентального субъекта нет состояний – у него есть только дела, так как настроение, или состояние, легко может разрушить устойчивое представление о целостном Я, на котором базируется европейская мысль.

Европейское сознание ориентировано прежде всего на объекты и оперирование ими. В то же время одни и те же объекты могут быть по-разному даны в разных состояниях, по-разному воспринимаемы, а могут и вовсе не быть замечены. Подобно «фигурам» в гештальт-терапии, в некоторых состояниях эти же объекты будут и вовсе отсутствовать. В то же время обращение с объектами само по себе не всегда приводит к изменению состояния. Также бывают состояния, которые вовсе не имеют дела с объектами, и с ним не может справиться рациональное мышление. Психотехника же переключает внимание с объекта на состояние. К примеру, с точки зрения индуса, Эдип – это человек, который ничего не делает, с ним все происходит. Эдип управляет только объектами, а не состояниями, и пытается всегда сделать что-то с другими, а не с собой. Его полностью определяют другие люди, а его собственный опыт не подвергается деконструкции, не меняется.

Психотехника переносит акцент на состояние также в использовании языка. Работа может происходить не с логическими языковыми структурами, а с тем состоянием, в котором осуществляются те или иные языковые практики, так как, по справедливому утверждению М. Мамардашвили, «сознание невозможно понять посредством лингвистического исследования текста» [5. С. 40]. Психотехника может по-

мочь увидеть односторонность логической трактовки языка, и тем более – попыток онтологизировать язык, когда «вместо того чтобы превратить язык в ступень в осознании сознательной жизни, его превращают в ширму, которая отграничивает мыслящего субъекта от... (онтологической) стороны сознания» [5. С. 109].

К сожалению, именно вышеприведенное замечание М. Мамардашвили характеризует специфическую роль языка в европейской культуре. Человек, воспитанный в духе пайдеи, склонен при всех обстоятельствах только к одной психотехнике – мыслить, думать, причем думать словами. Культура Европы одержима рассудочным мышлением. Язык чаще всего используется либо для того, чтобы прийти к общему мнению, либо для того, чтобы провести время, либо для возбуждения или погашения страстей. Действительно, во многих случаях пользование речью изменяет мое состояние и состояние другого человека, однако, когда я занимаюсь логическим мышлением, я с помощью языка объективирую, означаю свои состояния, а объективированные состояния уже перестают быть моими, утрачиваясь в словесном замыкании реальности. Объективация не меняет состояние, а только оттесняет его из поля значимых для человека феноменов, как и оттесняет другие, нелогические способы обращения с языком на периферию культуры. Между тем существуют состояния, для достижения которых необходимо вообще прекратить пользоваться языком, выйти за пределы «деградации той стороны культуры, которая связана именно с "языковым монизмом"» [5. С. 130].

Из этих состояний ясно, что сознание появляется не вследствие каких-то закономерностей языка, а вследствие закономерностей самого сознания. Трудность как раз в том, что, для того чтобы в эти состояния попасть, необходимо отказаться от структуры сознания как понимания всего через язык – «утратить логос».

Иногда особые, специфические состояния являются результатом того, что можно назвать спонтанными психотехниками: употребления будоражащих нервную систему и психотропных веществ, физической активность, трудоголизм, влюбленность, путешествие и др. Духовная практика, однако, не может быть построена на случайности особых состояний, так как она предполагает управляемый осознанный процесс, в особенности применимый тогда, когда этого требует неблагоприятная («недостаточная») экзистенциальная ситуация. Духовный рост связан с возможностью управлять состояниями сознания при помощи контролирования психических процессов. Например, в индуистской и буддийской традициях звуки санскрита соотносятся с различными состояниями сознания. Таким образом, мантра на санскрите, повторяемая в течение продолжительного времени, приводит в определенное состояние сознания. Нужное состояние сознания – это та почва, на которой происходит изменение комбинаторики психических процессов, то есть изменение принципа их синтеза. Психотехника работает не с сознанием напрямую, а с психикой. Если вследствие психотехники происходит изменение на уровне синтеза психиче-

ских процессов (на уровне сознания), то этот процесс подобен созреванию плода на дереве, когда усилия направлены на взращивание дерева, а о плоде имеется лишь некое представление. Все устойчивые традиции духовных практик подразумевают знание о том, как именно изменение на психическом уровне связано с сознанием и какие оно будет иметь для него последствия.

Современный мир изобилует практиками «саморазвития», «расширения сознания», которые якобы доступны всем желающим. Туманные определения, даваемые этим «занятиям», их смутные цели создают почву для обозначения в качестве «духовных» самых разных форм деятельности, не имеющих к таковым никакого отношения. Наше исследование исходит из необходимости обозначить границу между духовными и не только «псевдодуховными», но и социальными практиками в самом широком их понимании, подчеркнуть принципиальные различия топосов и телосов этих типов человеческой активности.

Телос духовной практики, трансцендентная реальность находится за пределами социального мира, которому она сообщает невозможную для него размерность полноты и целостности. Если для социального полнота бытия может существовать только в виде регулятивной идеи, то для религии и духовной практики она представляет собой первичную и самую подлинную реальность. Если онтологическая трансформация «себя» в мире культуры может быть для человека только метафорой, то в религии она выступает как реальная необходимость и отнюдь не обесмысливается тем фактом, что ее осуществление выводит за границы жизни и человеческого.

Конечно, культура сама вырабатывает разные формы «практик себя»: искусство (эстетические ценности, катарсис), религия в ее культовом, социально-регулятивном аспекте (например, практики сакрализации светской власти в Римской империи и на Руси), нравственность (служение, достоинство), наука (открытие истины, техника). Последнее – самое реальное, но и самое слабое средство, которое в итоге приводит человека к отчуждению, поставу и т.п. А первые действуют посредством ценности, и сама ценность есть культурный механизм коррекции недостаточности, попытки поставить человека в ситуацию устройства своего бытия, чтобы везде быть «как дома». Однако этот механизм погружен во время, а потому ситуация неудовлетворенности может возобновляться.

Культурные средства самопреобразования, часто претендуя на возвышение над природой и выход в мир свободы (см. антитезу природы и свободы у И. Канта), остаются онтически практиками регулирования функциональных нужд, потому что учат человека опираться на свое Я (мои ценности, мой долг, мною открытая истина) и укреплять его онтическую границу. Здесь культура, в своем стремлении к само-

сохранению, подражает самой биологической природе, механизмы которой направлены на то, чтобы защитить Я от возможных изменений, грозящих потерей идентичности [6]. В этом смысле религии имеют «противоестественную» установку.

В духовной же практике у человека нет конкретного проекта себя, так как он стремится выйти за свои границы не в запредельную творческую страсть и даже не в пространство нравственного совершенства, а к встрече с живым абсолютом. В связи с этим сам человек как проект становится не самоценным субстантивным образованием, но способом, фундаментом духовного восхождения, коим он является для себя самого. Творчество, нравственность и даже святость включены в духовный процесс как его атрибуты. К примеру, в православии святость как нравственный идеал не является духовной целью, но ступенью приближения к Богу. Принципиальным моментом, отличающим духовную практику, является признание трансценденции исходным принципом целостного бытия. Все остальные выводы на уровне практики, как духовной, так и социальной, являются развитием этого принципа.

1. Фуко М. Герменевтика субъекта. URL.: <http://lib.rus.ec/b/368831/read#t1> (дата обращения: 23.09.12).
2. Хоружий С.С. Конституция личности и идентичности в перспективе опыта древних и современных практик себя // Вопросы философии. 2007. № 1. С. 75–85.
3. Хоружий С.С. О старом и новом. СПб.: Алетея, 2000. 473 с.
4. Хоружий С.С. Человек: сущее, троюко размыкающее себя. URL: <http://synergia-isa.ru/lib/lib.htm> (дата обращения: 22.09.09).
5. Мамардашвили М.К. Пятигорский А.М. Символ и сознание. Метафизические рассуждения о сознании, символическом и языке / под ред. Ю.П. Сенокосова. М.: Школа «Языки русской культуры», 1997. 213 с. URL: <http://www.philosophy.ru/library/mmk/simvol.html> (дата обращения: 15.09.09).
6. Захарова Е.В. Гештальт-терапия: деконструкция в диалоге // Вестник Самарского государственного университета. 2009. № 5 (71). С. 9–15.

Bibliography (Transliterated)

1. Fuko M. Hermenevtika sub#ekta. URL.: <http://lib.rus.ec/b/368831/read#t1> (data obrashhenija: 23.09.12).
2. Horuzhij S.S. Konstitucija lichnosti i identichnosti v perspektive opyta drevnih i sovremennyh praktik sebja // Voprosy filosofii. 2007. № 1. С. 75–85.
3. Horuzhij S.S. O starom i novom. SPb.: Aletejja, 2000. 473 s.
4. Horuzhij S.S. Chelovek: sushhee, trojako razmykajushhee sebja. URL: <http://synergia-isa.ru/lib/lib.htm> (data obrashhenija: 22.09.09).
5. Mamardashvili M.K. Pjatigorskij A.M. Simvol i soznanie. Metafizicheskie rassuzhdenija o soznanii, simvolike i jazyke / pod red. Ju.P. Senokosova. M.: Shkola «Jazyki russkoj kul'tury», 1997. 213 s. URL: <http://www.philosophy.ru/library/mmk/simvol.html> (data obrashhenija: 15.09.09).
6. Zaharova E.V. Geshtal't-terapija: dekonstrukcija v dialoge // Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo universiteta. 2009. № 5 (71). S. 9–15.