

## МОЛИТВА ИЛИ МЕДИТАЦИЯ: ПРИЛОГИ АНТИКУЛЬТУРЫ<sup>1</sup>

М. Н. МИРОНОВА

В статье анализируется одно из новых «духовных» учений с точки зрения христианской антропологии и православно ориентированной психологии. Предпринимается сравнительный анализ медитации (основной техники, предлагаемой последователем данного учения) и православной молитвы. Сравнение показывает, что молитва и медитация являются антагонистами, поэтому результат их практики должен быть противоположен. Далее обобщаются современные экспериментальные данные об измененных состояниях сознания и они рассматриваются с позиции христианской антропологии и православной психологии.

### Сущность феномена регрессии и «духовных наоборот» кризисов в контексте православно ориентированной психологии

Анализируя все эти состояния, можно предположить, что субъективные переживания идущих по «духовному» пути с «психофизиологическим уклоном» и все объективные психологические изменения, произошедшие с искателями бессмертия, являются результатом регрессионного снижения смысловой сферы и искажения смысловых структур сознания.

Так, сам автор духовного учения говорит, что состояние сознания в спонтанной медитации можно сравнить с состоянием опьянения легким игристым вином<sup>2</sup>, то есть с состоянием, характерным для доминирования тета-волн. А описанные на страницах книг А. Ключева ощущения света, радости, блаженства, озарения, вибраций в теле, нисхождения энергии, которая воспринимается как божественная, переживание единства со всем миром (с материей), размывание границ между собой и природой и пр. вполне укладываются в рамки тех, что характерны для ИСС с доминированием низкочастотных ритмов. Здесь же мы находим и «космическое сознание», о котором писал Сатпрем.

Таких ощущений и переживаний ищут многие, тем не менее, ко всем этим феноменам духовность не имеет никакого отношения. По словам авторитетного современного подвижника, архимандрита Лазаря<sup>3</sup>, «стало уже распространенной болезнью в наше время: теперь люди, по укоренившемуся в них сладострастию, склонности искать всегда и во всем комфорта и приятности, самую духовную

<sup>1</sup> Окончание. Начало см. : 2009. № 2, 3.

<sup>2</sup> Ключев А. Пора перестать умирать. М. : Пилигрим-Пресс, 2006. С. 52.

<sup>3</sup> Лазарь, архим. О тайных недугах души. Изд. Сретенского монастыря, 1997. С. 5–6.

жизнь уже понимают как средство скорейшего получения такого внутреннего «блаженства», сладостного покоя, эйфории». Ко всем явлениям, связанным с регрессионными ИСС, в полной мере применимы слова свт. Игнатия<sup>4</sup>: «Есть действия от крови, кажущиеся для неопытных действием благодати, а оно не благое, и не духовное, — оно из падшего естества нашего и познается потому, что порывисто, горячо, нарушает мир в себе и ближних.

...Всякое разгоряченное чувство — кровяное... это движение души, произведенное в ней нервами, кровью. А кровь приводится в движение душевными страстями, которые — орудия и цепи миродержца». Сравним теперь этот текст св. Игнатия с текстом А. Ключева: «Тело погружается в некоторый умеренный кипятик. Глобальный кипятик. Тело попросту чувствует себя бурлящим и лопающимся, но без того, чтобы буквально кипеть или гореть, а охваченным необычным жаром, не регистрируемым термометром»<sup>5</sup>. Речь здесь идет о разгоряченной крови, а не о духовном чувстве. Таким образом, различные световые и тепловые ощущения — это отнюдь не наполненность Духом Святым, а лишь собственные ощущения, самообман.

Мы приведем и слова одного из святых отцов первых христианских веков, Диадокха<sup>6</sup>, который, не зная теории ИСС и терминов, их обозначающих, между тем, совершенно точно понимал их сущность, утверждая, что они подвергают человека губительному обману: «Когда ум начинает ощущать благодатные утешения Святого Духа, тогда и сатана свое влагает в душу утешение в кажущемся сладким чувстве, во время ночных успокоений, в момент тончайшего некоего сна (или засыпания)». Поэтому христианские аскеты всегда очень подозрительно относились к сновидениям и информации, которая «приходит на ум» в состоянии дремоты. Любой православный человек, серьезно относящийся к себе, читает на ночь молитвенное «правило», т. к. знает, что ночной сон — это время, когда душа становится особенно уязвимой для влияния вражеских сил; но вечерняя молитва охраняет от подобного влияния.

Изменения физиологии, подобные описанным выше, известны православным подвижникам, но не как норма, а как пример «прелести». Так, свт. Игнатий<sup>7</sup> писал: «Прелесть действует первоначально на образ мыслей, она немедленно сообщается сердцу, извращает сердечные ощущения; овладев сущностью человека, она разливается на всю деятельность его, отравляет тело, как неразрывно связанное Творцом с душой». А по поводу одного из монахов, пребывающих в духовном заблуждении, он же писал: «Не ест, не пьет, не спит, зимою ходит в одной рясе, носит вериги, видит видения, всех учит и обличает с дерзкою наглостью, без всякой правильности, без толку и смысла, с кровяным, вещественным, страстным разгорячением... Святой, да и только!»<sup>8</sup>

В контексте наших рассуждений, в принципе, объяснимы и другие феномены, описанные в книгах А. Ключева, например «наполненности» тела, его «над-

<sup>4</sup> Игнатий (Брянчанинов), еп. Творения : В 7 т. Т. 7. 1993. С. 86–87.

<sup>5</sup> Ключев А. Рождение в духе. М. : Пилигрим-Пресс, 2006. С. 232.

<sup>6</sup> Диадокх, 1900. Подвижническое слово // Добротолюбие. 2-е изд. М., 1900. Т. 3. С. 23.

<sup>7</sup> Игнатий (Брянчанинов). Творения. Т. 2. С. 229–230.

<sup>8</sup> Там же. С. 241.

духа», когда тело «еще чуть-чуть, и оторвется от постели и поднимется в воздух»<sup>9</sup>. Подобное состояние известно и в психопатологии: это «потеря массы тела», одно из нарушений сенсорного синтеза<sup>10</sup>.

Это состояние легкости, сравнимой с полетом, хорошо известно в православной аскетике. Описан случай с монахом, приехавшим с Афона в Петербург и находящимся в состоянии духовной прелести и по этой причине мнящим, что он способен к полету, жаждавшим, чтобы ангелы перенесли его обратно на Афон. Святитель Игнатий<sup>11</sup> сначала предупредил его: «Смотри, старец, будешь жить в Петербурге, — никак не квартируй в верхнем этаже; квартируй непременно в нижнем... если вздумается ангелам внезапно восхитив тебя, перенести из Петербурга в Афон, и они понесут из верхнего этажа, да уронят, то убьешься до смерти; если же понесут из нижнего и уронят, то только ушибешься». Впоследствии святитель, разобравшись, что причиной прелести является неправильная молитва, помог этому монаху ошибку исправить и ощущения жара и легкости тела исчезли.

Можно гипотетически предположить, что типичный для регрессионных ИСС феномен воспоминания прошлой жизни и появление необычных знаний может являться результатом «экскурсии» в неочищенное сердце, в котором «есть все», в т. ч. исторические смыслы, информация о жизни каждого из представителей человечества, живших во все исторические времена, о днях творения неживой и живой природы, а также память о том, как Господь сделал Адаму и Еве «одежды кожаные» (Быт 3. 21). Даже появление т. н. прямого проникновения в различные природные процессы можно объяснить все тем же феноменом активации исторических смыслов.

Что же касается феномена раскрытия «резервных возможностей» и новых способностей, он может быть объяснен тем, что в процессе регрессии происходит активация некоторых архетипов, имеющих «библейское» происхождение; в частности, как бы возвращается (с некоторым искажением) историческое состояние человечества — «один язык и одно наречие» (Быт 11. 1) или актуализируются смыслы «каиновой» ветви развития, в которой жил когда-то Иувал, «отец всех играющих на гусях и свирели» (Быт 4. 21). Можно предположить и то, что разнообразные художественные способности, как и речь, рождаются дважды. Первый раз — в первозданном виде, они существуют сами по себе и ради себя самих и скрыты в подсознании. И второй — уже во «вплетенном» в общий душевный строй виде, чтобы быть управляемыми личностью, работать на нее и готовыми служить Богу.

Но искателям «резервных возможностей» необходимо напомнить, что в указанной выше исторической ветви были и другие ее представители, начиная с самого Каина. И если уж процесс активации начался, то нет никакой гарантии, что он не будет захватывать все более и более низшие области смысловой сферы и раскрывать все более глубокие и темные архетипы, что часто и обнаруживает практика измененных состояний сознания: в конечном счете, все может закон-

<sup>9</sup> Ключев А. Рождение в духе. С. 258.

<sup>10</sup> Марилов В. В. Общая психопатология. М. : Академия, 2007. С. 19.

<sup>11</sup> Игнатий (Брянчанинов). Творения. Т. 2. С. 239.

читься обезличенностью, синдромом «одичания», «павловскими» рефлексам. Кроме этого, наблюдается некая «сцепленность» симптомов, т. е. наличие синдрома регрессии: вместе с высвобождением «резервных возможностей» в виде возросших литературных дарований или хождения по углям может «высвободиться» и склонность к алкоголизму, свальному греху или однополый любви, которая теперь будет казаться человеку нормой, т. к. он свободен от социального контроля. Вместе с тем феномены, подобные ясновидению, вероятно, имеют иную природу, о которой речь еще впереди.

Однако все эти гипотезы для нас не являются самоцелью; главное — объяснение с православной позиции того, что связано с конечным результатом рассматриваемого пути. Прежде всего, это феноменология кризиса, который переживает каждый идущий по пути интегральной психофизиологии через некоторое время после начала занятий. Он назван автором учения «рождение в духе».

Мы бы его назвали иначе: «смерть без духа». Для пояснения необходимо вспомнить, как протекает кризис, известный в трансперсональной психологии как кризис «смерть — возрождение». Ранее<sup>12</sup> было показано, что это кризис обратного развития, который низводит душу к плотскому состоянию. Более точно было бы его назвать «жизнь — духовная смерть». Причем наличие кризиса указывает на то, что плоть после кризиса становится постоянно доминирующей в душе. Современный взрослый, с которым это произошло, психологически становится подобен извращенному допотопному человеку («они плоть») или даже плоду, переживающему внутриутробный период развития. Недаром же и сами переживающие кризис оценивают его как поворот на 180°, или ощущение падения в пропасть<sup>13</sup>; если ранее вектор развития был устремлен к Христу, то подобный кризис — отправная точка отворачивания от Него. Разворот вектора, вырождение его в вектор регрессии и ощущается как падение, катастрофа.

Ссылаясь на тексты двух авторов, описывающих «духовные» кризисы, — С. Грофа и А. Ключева, мы с уверенностью проводим параллель между трансперсональным кризисом и кризисом «интегрально-психосоматическим», на том основании, что оба они являются регрессионными, со снижением до одного и того же периода развития в онтогенезе и в историческом развитии. Особенно важно, что внутриутробный период развития в онтогенезе характеризуется дуализмом души и тела в виду того, что в грехопадении утрачено единство Образа Божия, и все его части откололись друг от друга (только после рождения и онтогенетического развития душа вновь сможет соединиться с телом и научиться им управлять). Значит, регрессия здесь возможна двумя путями — либо преимущественным снижением биологических смыслов («путем тела»), либо преимущественным снижением исторических смыслов («путем души»). С регрессией исторических смыслов мы сталкиваемся у С. Грофа, с регрессией биологических смыслов — у А. Ключева. В обоих случаях мы имеем дело с кризисными изменениями, сущностью которых является распад и разрушение перед падением в небытие. Так, трансперсональному «просветлению» соответствовали всяческие патоло-

<sup>12</sup> Миронова М. Н. Лестница развития/регрессии в христиански ориентированной психологии // МПЖ. 2004. № 3. С. 45–59.

<sup>13</sup> Ключев А. Рождение в духе. С. 276.

гические состояния<sup>14</sup>, но они окрашены в «исторические тона», т. к. связаны с историческими смыслами. В случае психофизиологического варианта кризиса также есть периоды острого угнетения психики, «родовые схватки», как они названы автором<sup>15</sup>, но здесь все происходит с «физиологическими оттенками»; здесь главными являются: дыхание, сердцебиение, пульсация и шум крови в сосудах; вокруг физиологических ощущений разыгрывается основное действие, к ним прислушиваются, их фиксируют, они являются критериями, вехами этапов кризиса (отсюда и само название — «Интегральная психофизиология»). Однако смысл этих двух кризисов идентичен — они фактически сводят на нет процесс развития и закрывают возможность идти «по Иисусу Христу».

Практический результат трансперсонального кризиса — одержимость демонами, НЛО-навтами, небесными учителями, духами-гидами. Значит, и в идентичном ему психофизиологическом кризисе смысл «благополучного» исхода должен быть аналогичен. Извращение, прекращение и аннигиляция смыслов онтогенетического и исторического развития, состояние биоробота под управлением падшего духа — вот что представляет из себя «новый вид человека», о котором идет речь в анализируемом учении. Если кто-то усомнится в том, что духи эти являются падшими, то сошлемся на слова св. Игнатия<sup>16</sup>: «Святые духи уклонились от общения с человеками, как с недостойными такого общения; духи падшие, увлекшие нас в свое падение, смешались с нами, и, чтобы удобнее было содержать нас в плену, стараются сделать и себя, и свои цели для нас незаметными».

Один важный для нашего рассуждения момент связан с тем, что все это происходит в ИСС с доминированием дельта-волн; как мы помним, данные ритмы наблюдаются в нескольких случаях, в т. ч. у умирающих людей. Сфера между жизнью и смертью в православном богословии называется «воздухом». В ходе посмертного разлучения души с телом человек вынужден проходить через «воздух» и встречаться здесь с падшими духами, которые всячески соблазняют его, что называется «воздушными мытарствами»<sup>17</sup>. Не вдаваясь в подробности данного феномена, мы приводим эти сведения как доказательства того, что ИСС с доминированием дельта-волн является тем состоянием, в котором человек может встретиться с падшими ангелами и быть пленен ими.

Один из видов плена — бесноватость, когда падший дух полностью пленяет душу человека. Автором анализируемого учения утверждается, что в результате кризиса в теле рождается второе — «вибрационное» тело, которое одновременно является неким «психическим существом», а ранее было ангелом-хранителем, Наблюдателем, Учителем, подсказывающим в трудные минуты. И теперь — оно (существо) «рождается» в тело ищущего. А еще этот процесс почему-то назван рождением души! Но душа, по мнению большинства Восточных Отцов Церкви<sup>18</sup>, рождается одновременно с телом. Значит, в тело рождается чужая душа!

<sup>14</sup> *Гроф С., Гроф К.* Неистовый поиск себя. М. : Изд-во Трансперсонального института, 1996. С. 183–190.

<sup>15</sup> *Клюев А.* Рождение в духе. С. 254.

<sup>16</sup> *Игнатий Брянчанинов, свт.* Слово о смерти. М. : Православное издательство, 1993. С. 8–9.

<sup>17</sup> *Серафим Роуз, иеромонах.* Душа после смерти. СПб. : Царское дело, 1995. С. 68–76.

<sup>18</sup> *Вадим Коржневский, иерей.* Пропедевтика аскетике. М., 2004. С. 321.

Таким образом, в книгах описано не рождение «нового вида человека» и не рождение души, а изложена технология массового формирования хорошо известного, бесноватого, о котором множество раз упоминается в Евангелии (Мф 4, 24; 8, 16, 28; 9, 32; 12, 22; Мк 1, 23, 32; 5, 2; 6, 13; 9, 17; 16, 17; Лк 4, 35; 9, 39; 11, 14; Ин 10, 20–21 и др.).

Процесс, который детально, в схемах, описан в анализируемых книгах<sup>19</sup> и назван рождением «психического существа» в материальное тело, есть феномен существенного искажения смысла внутриутробного развития в результате регрессии сознания. Это вселение бесовской сущности в тело человека, как плода, в материнскую утробу. Тело человека теперь — извращенная утроба; падший дух — «извращенный псевдоплод». Потому и говорит сам автор учения: «Возникает ощущение, что твое тело тебе не принадлежит». Оно уже действительно принадлежит падшему ангелу. Личность же человека, его «Я», отлучено от своего тела и души.

Вероятно, такие результаты кризиса, как оккультные способности, ясновидение, предсказание, автоматическое письмо и т.п. объясняются способностями не человека, а падшего ангела («психического существа»), вселившегося в его тело. Этим же обусловлены нахальство, хитроумность и цинизм, с которыми «учителя» и «гуру» распространяют деструктивные учения среди современных людей.

И, наконец, чтобы сделать общие выводы относительно феноменов «духовных наоборот» кризисов, вновь обратимся к святителю Игнатию<sup>20</sup>, который рассуждает о тех, кто во времена Нового Завета предпочитает оставаться в Ветхом: «Уклонение от него до пришествия Христова было отступлением от Бога; желание остаться при нем, по пришествии Христа, сделалось отступлением от Бога... ради Ветхого Завета, который был живописною тению Истины — Нового Завета, отвергли Новый Завет; ради тени они отвергли то, что предызображала тень; ради временного руководства ко спасению, они отвергли само спасение...» Если обобщить эти слова и распространить их на психологию, то можно сформулировать общий принцип отношения к регрессии: если регрессия к более ранним ступеням развития определена собственной волей человека, ради временных целей или удовлетворения страстей, то ее факт является отступлением от Бога.

Между тем, учение А. Ключева<sup>21</sup>, пожалуй, может сыграть и своеобразную положительную роль в практической психологии и медицине. Его утверждение, основанное на собственном опыте, о том, что результатом систематических занятий медитацией являются болезненные состояния с симптоматикой, подобной симптоматике некоторых психических заболеваний — МДП, эпилепсии, шизофрении, навязчивых страхов, состоянию, подобному атеросклерозу, нарушениям дыхания, имеет несомненную научную ценность. Фактически это утверждение о существовании подобия между истинно психическими заболеваниями и состояниями, наведенными постоянной медитативно-оккультной прак-

<sup>19</sup> Ключев А. Рождение в духе. С. 243–263.

<sup>20</sup> Полное собрание творений святителя Игнатия Брянчанинова. Т. 2. М. : Паломник, 2001. С. 311.

<sup>21</sup> Ключев А. Пора перестать умирать. С. 49.

тикой. Оно уже фактически сформулировано другим автором — иеромонахом А. Берестовым, описавшим оккультную болезнь, симптоматика которой подобна синдрому Кандинского-Клерамбо. К списку болезней непременно необходимо добавить онкологические заболевания, о чем неоднократно говорил и писал иеромонах Анатолий и о чем умолчал А. Ключев. Кстати, в описании симптомов оккультной болезни иеромонахом Анатолием Берестовым есть и упоминание чувства открытости. Мы же говорили о нем в связи с тем, что Сатпрем определял «космическое сознание» как состояние, когда человек «наголо раздет», т. е. его личность лишилась душевных одежд.

Параллельность же болезней и состояний, им подобных, мы объясняем «припиской» их к одним и тем же структурам мозга, обслуживающим регрессионные ИСС, к плотскому состоянию сознания, что выражается в однотипности энцефалограмм. С той существенной для спасения разницей, что в случае истинной болезни причина связана с неудачей развития, травмой, наследственностью или немощью, которая послана Богом ради спасения; она не зависит от собственной воли человека, значит, не влияет на ее судьбу. В случае регрессии, произошедшей по собственной воле человека, ради гордыни или иной страсти, доминирование тех же самых структур препятствуют спасению.

Господин Ключев утверждает, что перечисленные им состояния временные, такой вывод он сделал на основе собственной практики и дневниковых записей Шри Аурабиндо, Матери и Сатпрема: якобы после некоторого периода полной «разладки» организма наступает состояние просветления. Однако реальная практика наблюдения за медитирующими экспериментаторами и оккультистами показывает, что результаты далеко зашедших занятий чаще всего бывают трагическими<sup>22</sup>: это смерть от быстротечных онкологических заболеваний, от удушья или остановки сердца, приобретенные хронические психические заболевания, инвалидность, самоубийства, некрофилия, и, как один из вариантов исхода кризиса, — посессия, о которой уже шла речь.

### **Молитва Иисусова и измененные состояния сознания**

«Иисусова молитва», по учению свт. Игнатия Брянчанинова, в отличие от всех других молитв, рекомендуется только после длительных приготовлений, требует истинного послушания и смирения, а это качества только духовно зрелых людей. По ее поводу он говорит: «Предоставим Самому Господу преобразовать внимательную устную молитву нашу в умную, сердечную и душевную. Он непременно совершит это, когда узрит нас сколько-нибудь очищенными, воспитанными, возвращенными, приуготовленными деланием евангельских заповедей. Благоразумный родитель не даст острого меча младенцу, сыну своему. Младенец не в состоянии употребить меча против врага, он будет играть мечом грозным, скоро и легко пронзит себя им. Младенец по духовному возрасту не способен к дарованиям духовным, он употребляет их не во славу Божию, не в пользу свою и ближних, не для поражения невидимых супостатов;

<sup>22</sup> Анатолий Берестов, иеромонах. Оккультное поражение человека // Расширенное заседание Общества православных врачей Санкт-Петербурга. 8–10 мая 2001 г. СПб., 2001. С. 86.

употребит их для поражения себя самого, исполняясь пагубного превозношения, пагубного презорства к ближним»<sup>23</sup>. По этой причине Иисусова молитва может практиковаться только под наблюдением опытных наставников. Но еще более четырехсот лет назад преподобный Нил Сорский писал о том, что «живые сосуды Божественной благодати были крайне редки, до дела оскудения, по его выражению; ныне они так редки, что можно не останавливаясь и безошибочно сказать: их нет». Поэтому сейчас их тем более нет: тех подвижников, которые овладели правильной Иисусовой молитвой; а если и есть, то они никому не известны. Кроме того, «Благодатная сила молитвы Иисусовой заключается в самом Божественном имени Богочеловека, Господа нашего, Иисуса Христа», медитация же предполагает повторение иных имен, обращение к иным персонам и силам.

Круговое движение (по Дионисию Ареопагиту<sup>24</sup>), которым «творится» Иисусова молитва, соответствует принципу «введи ум в сердце». Можно предположить, что активность, которая соответствует сердцу как душевному органу, соответствует низшей границе дельта-волн (по той простой причине, что частота сокращений сердца — примерно 60 ударов в минуту, что соответствует частоте 1 Гц). Но это только одна сторона медали; той, что обращена к сердцу как душевному органу. Но есть и другая сторона — сама молитва, являющаяся продуктом ума, осуществляется по принципу «трезвейте и бодрствуйте», а значит, здесь имеет место значительно более высокая частота электроактивности мозга. С этой точки зрения Иисусова молитва — это антиномия, воплощенная в душе человека. Благодаря «круговому движению» подвижник не осуществляет последовательного снижения сознания, спускается вниз по всей лестнице регрессии, скользя вниз по «линейке» измененных состояний. Он антиномически объединяет некоторую высокочастотную активность, что свойственно для молитвы умной или душевной, с низкочастотной, сердечной, соответствующей «сердцу» и нижней границе дельта волн. При этом весьма непонятно, какого значения электроактивность может иметь место в результате, и будет ли она вообще иметь место. Можно только предполагать те или иные теоретические обоснования. Но нужно отдавать себе отчет в том, что получить экспериментальные результаты в данном случае не представляется возможным<sup>25</sup>.

Иной путь к сердцу, избираемый различными альтернативными «духовными» учениями и практиками, — путь редукции под воздействием различных факторов для достижения низкочастотной дельта-активности, когда происходит

<sup>23</sup> Полное собрание творений святителя Игнатия Брянчанинова. Т. 2. С. 216—301.

<sup>24</sup> Дионисий Ареопагит. О божественных именах. PG. T.3. Col. 704—705.

<sup>25</sup> Результаты экспериментального исследования состояния Иисусовой молитвы В. Б. Слезина ([http://www.galactic.org.ua/Prostranstv/p\\_n-f-2.htm](http://www.galactic.org.ua/Prostranstv/p_n-f-2.htm)), по нашему мнению, являются спорными и неубедительными по ряду причин. Весьма сомнительно, чтобы состояние Иисусовой молитвы можно было бы обнаружить с помощью естественно-научных методов исследования: и потому, что состояние это еще более неуловимо, чем творческое озарение; и потому, что оно интимно и не терпит постороннего присутствия экспериментатора, и потому, что совершенных людей, которые действительно способны к правильной Иисусовой молитве, крайне мало (практически их не было еще во времена Нила Сорского). Ошибочной представляется и интерпретация молитвенного состояния как состояния отдыха головного мозга.

последовательная регрессия. Даже на первый взгляд тут обнаруживаются две ошибки: движение последовательное, а не круговое, и — снижение сознания, а не его расширение! Значит, в этом случае ни о какой антиномии не может быть и речи, практикующий находится на одном из ее полюсов, т. е. наиболее удален от золотой середины, следовательно, и результат получится иным. Круговому движению опытного подвижника предшествует приведение ума в естественное (нормальное) состояние и очистка сердца, т.е. многие годы подготовки. Путь же снижения сознания доступен всем; те, кто его практикуют, не заботятся о состоянии ума и о том, чтобы очистить свое сердце. Поэтому результаты вдвойне не могут быть равноценны: полученное в этом случае состояние не может быть отнесено к подлинно духовному.

### О факторах, приводящих к измененным состояниям сознания

В учении Ключева главным фактором, изменяющим состояние сознания, является медитация (ее различные виды). Но ведь не только она индуцирует ИСС с преобладанием низкочастотных волн. В настоящее время известны и другие факторы, действующие на сознание аналогичным образом, вот их перечисление:

- **Психосоматические факторы:** дефицит сна, голодание, обезвоживание, половой акт, изменение степени межполушарной асимметрии мозга, гипогликемия, гипергликемия, дисфункции щитовидной и надпочечной желез, краткосрочные долевые приступы, эпилептическая аура, гипервентиляция, гиповентиляция.

- **Повышение экстероцептивной стимуляции и (или) моторной активности и (или) эмоций:** эмоциональное заражение в условиях группы или толпы; эмоциональная «бомбардировка» в секте; некоторые технологии допросов; «промыывание мозгов»; ритуальные церемонии и обряды, содержащие элементы экстероцептивной стимуляции или моторной активности в ранних религиях, сектах (у харизматов); танец дервишей, ритуальные танцы; хождение по углям; рок-музыка; азартные игры и др.

- **Редукция экстероцептивной стимуляции и (или) моторной активности:** длительная социальная или сенсорная депривация, или монотония: длительное заключение, нахождение в море, пустыне; «гипноз» автострады; «обрыв» у летчиков реактивных самолетов; «сон в храме» у древних египтян и греков; созерцание ландшафта и др.

- **Повышенная alertность или психическая вовлеченность:** наблюдение за вращающимся барабаном (буддизм), метрономом, стробоскопом.

- **Сниженная alertность (ослабление критичности, пассивное состояние ума):** суггестивное, расслабляющее воздействие экрана, гипнотронов, психоделическая музыка и фильмы.

- **Психотехники:** различные модификации аутотренинга<sup>26</sup> и аутосуггестии; разнообразные техники гипносуггестивного транса, в т. ч. эриксоновский гип-

<sup>26</sup> Как сообщают некоторые авторы (Лобзин В. С., Решетников М. Н. Аутогенная тренировка. Л. : Медицина, 1986. С. 80–81), аутогенная тренировка активирует тета-активность только в первой фазе, во второй же фазе активируется альфа-ритм.

ноз; «взаимный гипноз»; НЛП (якорение, ребефинг); техники, включающие медитацию как базовый элемент; трансперсональные техники; техники раскрытия внутреннего «Я»; символдрама; телесно ориентированная психотерапия и др.

- **Фармакологические вещества:** слабые психоделики, обезболивающие, седативные, стимулирующие препараты, «легкие» наркотики (марихуана), ядовитые вещества (хлороформ, окись и закись азота (веселящий газ) и др.), хроническое употребление слабых ядов внутрь, тяжелые психоделики, наркотики типа ЛСД (ЛСД-25, мескалин, псилоцибин, гармалин), ДМТ, ДЭТ.

- **Медитация:** на предметах, цвете, звуке, ритме, дыхании, теле, чакрах, янтрах, мантрах, с мандалой, дзен-медитация, «по Кришнамурти», динамическая, буддистская, «на кончик носа» и др.

- **Альтернативные образовательные технологии:** суггесто- и гипнопедагогика и ее использование для обучения иностранным языкам, увеличения памяти (метод «зеленой точки» и т. п.); креативности; нравственного воспитания («человековедение» по Вострикову); обучение «по Щетинину»; Вальдорфская педагогика; «биокомпьютер» Бронникова, «педагогика жизни» Т. Акбашева; природосообразная REAL-методика Н. Масловой; технологии, используемые в программе духовного усыновления российских детей ньюэйджерским поселением Финдхорн (психотерапевтическое сообщество «Китеж» в Калужской области) и др.

- **Занятия практическим оккультизмом и магией** и др.

Кроме перечисленных факторов, которые указываются в литературе, мы добавим и те, о которых знаем из православного учения о человеке: прямое обращение (взывание) к темным силам, искание их, внимание к теме «пришельцев», НЛО, поклонение сатане и т.п.

Но можно ли вообще избежать присутствия низкочастотного диапазона волн в энцефалограмме? В конце концов, все мы спим, засыпаем и просыпаемся, т. е. ежесуточно пребываем в тех самых ИСС, которые связаны с ними... Православные аскеты значительно сокращали время сна, спали сидя, урывками, по два-три часа в сутки — наверное, они делали это не потому, что были мазохистами, а потому, что знали о подобных факторах, но, конечно, в иной системе понятий. Сегодня мы уже не способны к подвигам, но и у нас есть способ защититься до некоторой степени от вредоносного влияния ИСС: если пребывать в них только для того, чтобы восстановить свои силы, а не ради кайфа или «духовных» переживаний. Кроме того, по религиозной традиции читать «правило», молитвенно подготавливающее ко сну и восстанавливающее после него, защищающее от его деструктивных последствий. Но главное, конечно, в том, чтобы стремиться по мере своих сил бодрствовать и трезветь не только в прямом, но и переносном смысле. В современной же жизни именно факторы, индуцирующие регрессионные ИСС, стали главными повелителями нашего дневного сознания. Названных выше факторов, вызывающих регрессионные ИСС, достаточно, чтобы сделать вывод: т. н. неокультура практически полностью состоит из них и опирается на них. К сожалению, и в профессиональных сферах, таких, как практическая психология, педагогика, медицина, они используются неоправданно широко. Не посягая на «чужие» профессиональные интересы при использовании транса и медитаций, по-хозяйски скажем о психологии, которая хочет именоваться пра-

вославно ориентированной, о том, что ей в первую очередь необходимо отказаться от них.

Между тем, именно в реально существующей на сегодняшний день практике православно ориентированной психологии нет пока согласия по поводу регрессионных психотехник. Особенно это касается нейролингвистического программирования (НЛП), у которого есть как критики, так и активные поклонники не только среди психологов, но и среди священников и иноков. Тому примером скандально известный Альфа-курс.

Широкое употребление таких терминов, как «медитативная», «трансвая», «агонийная» «поп»-культура, «контркультура» (дословно — активное противопоставление, противодействие культуре), когда говорят о культуре современной, указывает на глобальное их распространение в массах и полную готовность воспринимать их как атрибуты культуры истинной. По существу, современная культура является той самой ловушкой, которая становится причиной гибели человека, приводит к искажению духовного пути.

Часто приходится слышать возражения по поводу того, возможно ли вообще разделение культуры на истинную и неистинную, антикультуру, ведь любая культура создана человеком. Тем более, что в настоящее время не существует единого понимания того, что такое вообще культура, существует более 170 определений<sup>27</sup>. В связи с этим ее оценка якобы возможна только в контексте определенной концепции, которых также великое множество. Но у нас есть шанс разобраться в современных хитросплетениях философии, потому что для нас такой концепцией является православная антропология и нам достаточно всего трех определений культуры, созвучных ей. Определение И. А. Ильина: «И все, у кого есть глаза, чтобы видеть, и уши, чтобы слышать, и кто дал себе труд вникнуть в события наших дней и уразуметь их... поняли... что истинная культура создается только трудолюбивым вдохновением и боговдохновенным трудом, и то, что безбожники всегда будут лишь трутнями и разрушителями культуры»<sup>28</sup>. Развивая мысли о. П. Флоренского о том, что человек противостоит энтропии в силу своей деятельности по созиданию культуры<sup>29</sup>, было дано и такое определение: культура — только тот результат труда человека, который противостоит энтропии, распаду. По В. С. Библеру, культура позволяет человеку как бы заново порождать мир, бытие, в культуре человек подобен Богу<sup>30</sup>. В соответствии с этими определениями истинной является культура, которая боговдохновенна, противостоит распаду и наставляет человека в собирании и трансляции божественной энергии другим людям и миру, направляет человека на путях к Богу, воспитывает его подобным Творцу.

Антикультура, в противоположность истинной культуре, способствует поглощению благодати и превращению ее в энтропию, увеличивает уровень тления и распада окружающего мира, делает человека богоборцем. Она не только суррогат, но и паразит культуры. И она отнюдь не нова, а стара, как мир, она — дурной

<sup>27</sup> Каган М. С. Эстетика как философская наука. СПб., 1997. С. 75.

<sup>28</sup> Ильин И. А. Кризис безбожия. М.: Даръ, 2005. С. 55.

<sup>29</sup> Флоренский П. А. Автореферат // Сочинения : В 4 т. Т. 1. М.: Мысль, 1994. С. 39.

<sup>30</sup> Библер В. С. Культура. Диалог культур // Вопросы философии. 1989. № 6. С. 31—44.

бесконечный римейк, воспевающий первородный грех. И одно из последних определений — «контркультура» — совершенно точно обозначает ее суть: это не культура, а ее «прилог» (уловитель).

Можно говорить и о психологических характеристиках культуры и антикультуры. Психологическим критерием истинности культуры является ее направленность к развитию, если его идеалом является Христос; антикультура любого времени характеризуется регрессионной и деструктивной направленностью и ее идеалы — падшие ангелы и бесноватые люди. В культуре любого исторического времени есть примесь, которую можно отнести к антикультуре, но были и есть исторические времена, когда их становится слишком много. Но сегодня, опираясь не только на гуманитарные интуиции, но и на естественно-научные исследования, в частности на диагностику с использованием аппаратуры БОС, можно обнаружить однотипность воздействия на человека проявлений антикультуры.

Поскольку и мы, и наши дети находимся в ситуации, когда нас на каждом шагу поджидают уловители и антитворцы, уметь различать культуру и антикультуру крайне важно, что будет исполнением указанного Апостолом: «Испытывайте, что благоугодно Богу, и не участвуйте в бесплодных делах тьмы, но и обличайте» (Еф 5. 10). Для этого необходимо как можно более подробно знать вовсе не саму по себе неокультуру со всеми ее проявлениями (это — очередная ловушка), а ее скрытые цели. Теоретически мы можем столкнуться с несколькими их вариантами:

**1. Онтогенетическая регрессия** — скатывание вниз по ступеням развития в онтогенезе, что приводит к разрушению смысловой сферы сознания, затрудняет движение вверх, «к Христу». А именно:

- к формированию человека-потребителя, «берущего от жизни все», стремящегося к наслаждениям и чувственным впечатлениям; скрытая цель — блокирование личного спасения;
- превращению взрослого человека во внушаемого ребенка со сниженным самосознанием и рефлексией; скрытая цель — обеспечить оккультный мировой порядок рабами;
- формированию аномальной личности, извращенца с умом, направленным «на злое», растлевающего дар благодати Божией, превращающего ее в энтропию; скрытая цель — расчеловечивание, формирование огромного количества бесноватых, будущих слугителей антихриста.

**2. Историческая регрессия**, результатом чего является превращение современного человека в подобного Каину-братоубийце; человека, которого водят бесы (в современной интерпретации — духи-гиды, НЛЮ-навты, «психические существа», обладающие вибрационными телами), которому не нужен язык, т.к. мысли «влагаются» из одной головы в другую непосредственно, в современной интерпретации — телепатически; в Хама, который видит наготу отцов, т.е. человека с активированным подсознанием; в преступающего закон Божий, «блудно ходящего» вслед Молоху, вызывающего мертвых или волхвующего, предсказывающего и исцеляющего, в современном звучании — экстрасенса; скрытая цель — заблокировать божественный план исправления первородного греха с помощью земной истории, не допустить «скинии Бога с людьми» (Откр 21. 3).

Все скрытые цели перекликаются и, в конечном счете, сливаются в одну — погубив человека, побороть и Бога. Тщетные покусения.

*Ключевые слова:* православная антропология, православная психология, молитва, медитация, новое «духовное» учение, измененные состояния сознания.

## PRAYER AND MEDITATION: TEMPTATIONS OF ANTICULTURE

M. N. MIRONOVA

One of the new «spiritual» doctrines is analyzed in the article in respect to Christian anthropology and psychology aligned with Orthodoxy. Comparative analysis of meditation (basic techniques which are offered by the followers of the doctrine in question) and Orthodox prayer is undertaken. The comparison shows that prayer and meditation are antagonists; therefore the result of their practices must be contrary. Then contemporary experimental data about altered state of consciousness are considered and generalized from the position of Christian anthropology and Orthodox psychology.

*Keywords:* Orthodox anthropology, Orthodox psychology, prayer, meditation, «new spiritual doctrine», altered state of consciousness.