



Міністерство освіти і науки України
Сумський державний університет

Павленко В. П.

ПСИХОЛОГІЯ РЕЛІГІЇ

Конспект лекцій

Суми
Сумський державний університет
2021

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний університет

ПСИХОЛОГІЯ РЕЛІГІЇ

Конспект лекцій
для студентів спеціальності
053 «Психологія»
денної та заочної форм навчання

Затверджено
на засіданні кафедри психології,
політології та соціокультурних
технологій
як конспект лекцій із дисципліни
«Психологія релігії».
Протокол № 12 від 23.03.2021.

Суми
Сумський державний університет
2021

Психологія релігії : конспект лекцій / укладач
В. П. Павленко. – Суми : Сумський державний університет,
2021. – 317 с.

Кафедра психології, політології та соціокультурних
технологій

ЗМІСТ

С.

Вступ.....	4
Тема 1. Предмет психології релігії.....	5
Тема 2. Психологічні особливості ранніх форм релігії.....	57
Тема 3. Психологічні особливості релігій Індостану.....	111
Тема 4. Психологічні особливості далекосхідних релігій.....	156
Тема 5. Психологічні особливості середньоазіатських релігій.....	188
Тема 6. Психологічні особливості формування монотейзму.....	212
Тема 7. Психологія раннього християнства.....	225
Тема 8. Психологія православ'я та католицизму.....	234
Тема 9. Психологія протестантизму.....	245
Тема 10. Психологія ісламу.....	268
Тема 11. Психологія нових культів.....	283
Тема 12. Психологія псевдо-релігійних систем.....	299

ВСТУП

Навчальний курс «Психологія релігії» має на меті не лише ознайомити з культурними та ментальними особливостями різних конфесій та їх прибічників, а й допомогти здобувачам з'ясувати по кожній із них основні питання, які є значущими і визначальними: 1) **чим приваблює людей це віросповідання**, 2) **які потреби воно задовольняє** та 3) **якими психологічними прийомами користується**. Тому цей курс ставить перед собою не стільки просвітницькі завдання, скільки цілком практичні: сформувані необхідні компетентності та навички аналізу методів впливу суспільних інституцій, оцінюючи, зокрема, роль їх харизматичних та організаційних лідерів, виявлення неусвідомлюваних людьми потреб, що підкорюють їх цьому впливу, а також – сформувані розуміння того, як ці потреби можна задовольняти методами практичної психології та які з методів священнослужителів можна запозичити до свого інструментарію у тому чи іншому вигляді.

Конспект лекцій насамперед орієнтований на допомогу в самостійній роботі над курсом, а тому містить як короткі пояснення, так і посилання на джерела, без ознайомлення з якими неможливим є розуміння культурних і ментальних особливостей різних конфесій та їх прибічників. А відтак – і психологічних механізмів, що зумовлюють відповідну поведінку.

Кожна тема курсу містить додатки, в яких зібрані та найбільш актуальні для розуміння базових її положень фрагменти текстів. Усі посилання клікабельні, тому є зручними для швидкого пошуку та окремих джерел, і термінів.

У межах кожної теми визначені основні питання, які дозволять краще структурувати матеріал та є основою для самоперевірки і підготовки до модульних і залікових робіт.

Тема 1. Предмет психології релігії

1. Постановка проблеми. Функції релігії
2. Когнітивний компонент релігійної психології
3. Емоційний компонент релігійної психології
4. Поведінковий компонент релігійної психології
5. Релігійна та психологічна робота з віруючими
6. Предмет і завдання психології релігії

Додаток 1.1. Віра. Світ безумовних істин

Додаток 1.2. Експериментальні дослідження соціальних функцій релігійності

1. У **релігієзнавстві** основний предмет дослідження цієї науки прийнято поділяти на домінантні релігійні **ІДЕЇ**, масові релігійні **НАСТРОЇ** та релігійну (культову) **ДІЯЛЬНІСТЬ**. Проте для **психології релігії предметом дослідження є релігійність окремої людини**, а не масові *способи її реалізації*, що вивчаються релігієзнавством. Втім, індивідуальну релігійність необхідно розглядати у тих самих трьох компонентах – **когнітивному** (як погляди і рішення, продиктовані вірою), **емоційному** (як особливі, притаманні саме релігійній сфері життя емоційні реакції) та **поведінковому** (як дії та відносини, продиктовані вірою). Але чим **породжується і живиться в психології людини** кожен із цих компонентів? Насамперед не браком знань чи обманом священників, а **відповідною ПОТРЕБОЮ** людини, яку і повинна виявити психологія релігії, щоб зрозуміти причини формування поглядів, емоцій і дій конкретних віруючих.

Визначивши **ПРЕДМЕТ** дослідження, варто розібратися в тому, **що можна вважати релігією**, а що – ні (тобто – що є **ОБ'ЄКТОМ** вивчення). Адже релігія – це настільки різноманітний феномен, що, крім звичних релігій, до нього відносять різні види магії, ворожінь, астрологію та алхімію,

парапсихологію та психокульти, рухи Нью-Ейдж і хілерство, одержимість і спіритизм, позатілесний та післясмертний досвід, карго-культ і НЛО-групи, релігійний тероризм і геноцид тощо. Тим, хто вважає, що *релігію* визначає *мораль* і *заповіді*, можна протиставити сатанізм, який теж є релігією, але такою, що проголошує повну аморальність. А тим, хто вважає, що *релігія* – це *віра в надприродне*, потрібно нагадати, що в буддизмі, джайнізмі та даосизмі, якщо і є якісь надприродні істоти, то їх роль у цих вченнях суто формальна, а їх усунення із даних вчень нічого б не змінило у цілях, настроях і поведінці віруючих.

А є в цій сфері й менш відомі феномени. Зокрема дослідники вже давно вивчають так звану «**громадянську релігію**»¹⁾, яка хоч і не є зареєстрованою конфесією (на відміну від того ж сатанізму), але має, наприклад, у США, всі ознаки *масової* і *глибокої віри*: некритична переконаність у надцінності, святості ідеї «свободи» і священному покликанні Америки поширювати її по світу (ці та інші ідеї складають когнітивний компонент віри, а засліплена афективна складова цієї переконаності підтверджує, що це саме віра – бездоказова і не потребує доводів), а також – масові й самовіддані дії щодо реалізації цього переконання, дії волонтерські і часто жертвні, що явно не пояснюються розрахунком чи особистою совістю. Такі ж *релігійні*, по суті, основи має

¹⁾ Див.: Веселова С. Б., Егоров В. А. Гражданская религия в Америке Роберт Н. Белла. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/grazhdanskaya-religiya-v-amerike-robert-n-bella>; Егоров В. Гражданская религия в России. URL: <https://syg.ma/@vladimir-ieghorov/grazhdanskaia-rielighiia-v-amierikie>; Задорожнюк И. Е. Гражданская религия в США, или «вера в Америку»: социальные функции, история и современность. Москва: Издательство СГУ, 2007. 353 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24087743>; Лункин Р. Н. Гражданская религия в России: основные стереотипы в свете социологических исследований. URL: <https://religious.life/2015/05/grazhdanskaya-religiya-v-rossii/>

тоталітарна ідеологія – комуністична, нацистська, ісламістська²⁾. І всі ці ідеології задовольняють притаманну будь-якій вірі **потребу у надцінних, надособистісних ідеях**, що породжують **трансперсональні переживання**³⁾.

Тому замість того, щоб складати до купи все це розмаїття і намагатися знайти в ньому щось спільне, краще пошукати **психологічні причини всіх цих явищ**, а саме – **особисті потреби**, що стоять за ними. Варто підкреслити, що для психології релігії індивідуальна «віра» та індивідуальна «релігійність» є тотожними термінами, і в нашій роботі вони використовуються як синоніми.

Релігія виконує в суспільстві такі **функції**, як

1) **компенсаційна** (задоволення емоційних потреб, породжених нецілісністю особистості);

2) **терапевтична** (психологічне або магічне зцілювання душевних хвороб і тимчасових станів);

3) **регулятивна** (формулювання моралі й цінностей і контроль за відповідною поведінкою);

4) **інтегративна** (релігія згуртовує та посилює ідентифікацію краще, ніж мова та політика);

5) **світоглядна** (надання людині перспективи цілей і сенсу життя);

б) **легітимна** («узаконює» в очах народу владу та поведінку, яку та вимагає).

Пояснити на прикладах, **В ЯКІЙ КОНКРЕТНО ДІЯЛЬНОСТІ ВИЯВЛЯЮТЬСЯ ЦІ ФУНКЦІЙ РЕЛІГІЇ** та які потреби вони задовольняють, студентам необхідно вияснити самостійно, щоби вміти давати відповідь на такі

²⁾ Про це вже давно писали. Див.: Бердяев Н. Религиозные основы большевизма (из религиозной психологии русского народа). URL: <http://www.magister.msk.ru/library/philos/berdyaev/berdn031.htm>;

³⁾ Про трансперсональні переживання див.: Торчинов Е. А. Религии мира: Опыт запредельного. Психотехника и трансперсональные состояния. Санкт-Петербург, 1998. 384 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/torch01/txt01.htm>

питання: що саме робить релігія, виконуючи цю функцію **І НАВІЩО ЦЕ ПОТРІБНО БАГАТЬОМ ЛЮДЯМ**, чому вони не можуть без цього жити?

2. Часто релігійними вважаються застарілі погляди, чия хибність була доведена з часом. Так вважають тому, що в минулому все було пов'язано з релігією, а ще тому, що ці погляди (наприклад, про блискавки як іскри з-під колісниць богів) вигадувались абсолютно ненауковим, фантазійним способом. Проте не варто будь-яку художню вигадку приписувати релігії, адже всі такі погляди були проявом цілком природної потреби в розумінні навколишнього світу, тобто в раціональному освоєнні його. Натомість **потреба у вірі** – це насамперед потреба в ірраціональному, а точніше в **дораціональному фундаменті своїх свідомих (раціональних) поглядів і рішень**.

Проблема в тому, що наші **раціональні погляди психологічно не мають для нас такої ж переконливості та відчуття їх правильності**, як наші емоції, і тому погляди та прийняті на їх основі логічні рішення потребують для нас або морально-емоційної підтримки зі сторони інших людей (що, однак, забирає багато часу), або створення власних, **ДОРАЦІОНАЛЬНИХ УСТАНОВОК** у таких питаннях, як «що добре і що погано», «що красиво і що ні», «що пристойно, а що неприпустимо». Власне, ці **дораціональні установки і є когнітивним компонентом релігійності**, адже вони, з одного боку, є витвором мисленневих зусиль щодо формулювання якихось приписів і заборон, а з іншого боку – засвоюються вони некрітично і не вдумуючись, а тому вимагають віри в них, тобто релігійного ставлення.

Ці **УСТАНОВКИ варто відрізнити від ЦІННОСТЕЙ**, які завжди мають більш конкретний і прикладний характер, тоді як ці дораціональні установки є більш узагальнювальними і більш універсальними, вони є певним

аналогом особистих принципів – з тією відмінністю, що принципи створюються свідомо, через часті невдачі та вистраждані уроки із них, а **дораціональні установки формуються несвідомо і некритично, внаслідок морального тиску** близьких людей у дитинстві: травмуючої критики батьків, глузувань із боку друзів, ідеологічного впливу героїв суспільної міфології з їх категоричними, нетолерантними оцінками (тобто стають психологічними ТАБУ).

У результаті подібного впливу ці дораціональні установки можуть містити переконання, що «я зобов'язана без сперечань займатися нелюбимою роботою, скажімо, кожен день прибирати в домі або виконувати якісь тяжкі обов'язки по службі (бо інакше я нічого не варта, а завдяки цій роботі я важлива людина, без якої все зупиниться)», що «всі, хто так не робить – це негідники, неповноцінні люди, які нічого не варті (що вже є певною дискримінацією і основою для ненависті)», а отже, «задоволення власних потреб, інтересів і, зрештою, здібностей – не є чесною, і приділяти цьому час – некрасиво і соромно».

Може зараз вам і здається, що так думають лише відсталі, забиті люди, а ви – не такі (особливо ті, хто «сміливо» не ходить на заняття і не виконує інших обов'язків), але **БЕЗВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ** – це **ЗВОРОТНИЙ БІК** такої ж **ГІПЕРВІДПОВІДАЛЬНОСТІ**, і перша легко переходить у другу, – адже **справжня протилежність гіпервідповідальності** і надмірного самоконтролю (гіперрефлексії) – це не безвідповідальність, а **внутрішня мотивація і відповідальність перед самим собою!**

Як бачимо, ці дораціональні установки суперечать цінностям ще й у тому, що цінності – це щось приємне й бажане, і ми легко і з задоволенням робимо вибір на користь своїх ціннісних преференцій, причому робимо так завжди, крім тих особливих випадків, коли **дораціональні установки**

вимагають від нас поступитися бажаним заради почуття обов'язку, тобто заради цих дораціональних установок – неприємних, але майже «священних» для нас, в обов'язковість яких ми сліпо віримо. Інакше кажучи, ми виконуємо свої дораціональні установки зовсім не легко і без приємності, але з відчуттям священного «страху і трепету», про які писав данський екзистенціаліст і дослідник психології релігії Сьорен К'єркегор⁴⁾ і які не дозволяють нам навіть подумати – свідомо й відкрито – про те, щоб їх порушити.

Втім, порушувати ці дораціональні установки ми все ж таки можемо – нечасто (щоб не відчутти зниження самооцінки) і головне – приховано від себе, – мовляв, я не виконую свій «священний» обов'язок, бо примушую це робити інших, щоби «виховати» їх, або – «я дуже знервований (мене довели) і не можу себе контролювати, а тому все кидаю (зокрема і обов'язок) і піду зроблю щось приємне, чого зазвичай собі не дозволяю (наприклад, займусь шопінгом чи з'їм торта)». Отже, **щоб порушити дораціональні установки, ми повинні обманювати себе, тішити себе виправданнями, що все робимо правильно, хоча відчуваємо, що це не так.**

Виходить, якщо поступитися цінностями і порушити власні норми – це неприємно, але не призводить до психологічних травм, то **порушити дораціональні установки – та ще й без «священного» виправдання – це страшно і призводить до болісних переживань ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ.**

Річ у тім, що цінності дають нам доволі широкий діапазон вибору своїх дій, обмежений лише нормами, тобто заборонами, із якими ми емоційно згодні, а тому не хочемо їх порушувати і стидаємося, якщо це відбувається. Натомість дораціональні установки не залишають жодного вибору – вони вимагають однозначної поведінки та безумовного

⁴⁾ Див.: <http://psylib.org.ua/books/kerks01/txt05.htm>

виконання, і породжують страх і почуття провини, якщо ми так не вчиняємо. Тому, якщо порушення власних норм (випадкове або через необхідність) спричинює лише почуття незручності або сорому, то порушення дораціональних установок породжує більш сильні емоції – вітальний страх (трепет) та почуття провини, і в цьому сенсі **дораціональні установки обмежені не нормами, а справжніми «ТАБУ»**, через які людина вже не може переступити, хоча їй цього дуже хотілося б.

З точки зору походження всі ці дораціональні установки є нав'язаними ззовні правилами, і як пише американський психіатр Джордан Вейс, наші **нав'язані правила мають таку силу, що, порушивши хоч одне з них, ми можемо непомітно переконати себе в тому, що більше не заслуговуємо ні любові, ні благополуччя, ні достатку, ні процвітання, ні гармонії**⁵). Саме ці правила породжують так звані гендерні стереотипи, зокрема боязнь у чоловіків виявити на людях «слабкість» у вигляді співчуття, розчулення, ніжності чи потреби в ній. Усвідомлене правило проголошує: «Чоловіки не плачуть», – а породжений ним прихований стереотип змушує чоловіків агресивно реагувати на спроби їх пожалити чи спитати про самопочуття. Такі самі правила змушують жінок терпіти самодурство чоловіків під гаслом: «Ради сім'ї треба поступатись». Утім, зараз псевдопсихологи часто рекомендують жінкам прямо протилежну поведінку: «Чоловік багато хоче, не цінує тебе, здійснює примус, обманює? – Кидай його негайно! Бо пізніше буде гірше». І цей, зовнішній ескапізм нічим не кращий від втечі у «внутрішню еміграцію», бо втікаючи від одного, ця поступлива жінка прибіжить до іншого, такого самого, – адже **справжня протилежність поступливості** – це не втеча і

⁵ Уэйс Дж. Наши негласные правила. Почему мы делаем то, что делаем: <http://www.rulit.me/books/nashi-neglasnye-pravila-pochemu-my-delaem-to-cto-delaem-read-276219-4.html>

навіть не боротьба (тобто не адреналінова реакція), а **тривала і поступова робота із перевиховування спершу себе, а потім і його.**

А найгірше те, що ці, нав'язані й **дораціональні правила-установки**, і зокрема **їх порушення** (які відбуваються через те, що деспотичні «обов'язки» суперечать цінностям людини і їх виконання емоційно виснажує), **приводять людей до самодеструктивної поведінки** (пияцтва, бездумного ризику, провокування інших на бійки з собою, – притому, що все це від початку не приносить людині задоволення і закінчується завжди плачевно), **яка стимулюється почуттям провини за відмову від якогось із цих правил**⁶).

Постає питання: навіщо ж людині ці правила-установки, які **не приносять задоволення, виснажують, майже неминуче порушуються і приводять до почуття провини, внутрішніх конфліктів і самодеструктивної поведінки?** Виявляється, що засвоєння цих правил-установок є наслідком непослідовності особи: вона здатна не поступатися власними цінностями всупереч будь-яким нав'язуванням і тиску, а в результаті цього стати цілісною особистістю, якій не потрібно себе виправдовувати й обманювати. Проте це вимагало б моральних зусиль для здійснення вчинків і створення вистражданих, суворих принципів, – а тому легше буває «пливти за течією», погоджуватися робити те, що нав'язують інші (тобто бути **фрагментованою особистістю**) і засвоювати чужі правила-установки на дораціональному рівні, а потім на їх основі формувати якісь свої погляди на суспільну поведінку.

Щоправда **виконувати нав'язані правила** хоч і легше, ніж протистояти зовнішньому тиску шляхом здійснення

⁶ Про те, які бувають нав'язані правила і як їх позбутися див.: Как освободиться от токсичных жизненных правил и вздохнуть свободно.
URL: <https://lifehacker.ru/kak-zhit-schastlivo/>

вчинків, але теж не є «легкою прогулянкою»: ці дораціональні установки суперечать соціалізованим у людини цінностям (інакше їх не довелося б нав'язувати) і тому **виконуються із самопримусом** і напруженням волі, причому найчастіше – **із хронічним напруженням ВОЛІ**, тобто із патологічною звичкою робити не те, що цінуєш і вмієш, а те, що «потрібно», не задумуючись – кому потрібно і для чого (у Е. Берна це називається его-стан «Батька»⁷). Зате ця **можливість не задумуватися про цілі та не відповідати за результати** (зокрема і перед власним сумлінням) і **робить користування дораціональними установками РОЗУМОВО легшим**, аніж визнання проблем, виявлення їх причин у собі й досягнення в собі змін шляхом створення й виконання особистих принципів. Згадаймо, що саме цю схильність уникати прийняття рішень у проблемних ситуаціях описав Е. Фромм у роботі з промовистою назвою «Втеча від свободи»⁸.

Виходить, людям легше напружувати самоконтроль, аніж замислюватись, чи правильно я роблю, і якщо ні – то як правильно? Що раптом визнати, що я щось роблю неправильно, то самооцінка знизиться, а якщо не визнавати і виправдовувати себе виконанням правил, то навпаки – буде **підвищення самооцінки** завдяки думці, що «я ж мучився, я змушував себе, **терпів** – і не заради власного задоволення, а **задля якогось вищого блага**». Для пояснення цього «вищого блага» якраз і вмикаються всі самовиправдовувальні механізми психологічного захисту (насамперед – раціоналізація⁹), які, з одного боку, схвалюють і навіть

⁷ Про его-стани див.: http://praktiks.com/ego-sostoyaniya_ponimat_i_upravlyat/; <http://uchebnik-online.com/7/10.html>;

⁸ Фромм Э. Бегство от свободы. URL: <http://www.e-reading.club/book.php?book=60813>

⁹ Про раціоналізацію як захист і близькі до неї – моралізацію та інтелектуалізацію див.: <http://www.info-library.com.ua/books-text-4933.html>; [http://naked-science.ru/article/psy/psychological-defense-mechanisms](http://naked-science.ru/article/psy/psychological-defense-mechanisms;);

висвячують наше ліниве й слабкодухе небажання протистояти зовнішньому тиску (тобто підвищують самооцінку легшим способом, аніж здійснення вчинків), а з іншого – **привчають орієнтуватися на зовнішнє оцінювання себе**, а не внутрішнє і самостійне (тобто – не оцінювання власного сумління).

А відтак людина починає потребувати, по-перше, **самообману у вигляді ідеології якогось «вищого блага»**, а по-друге, – **зовнішньої, неавтономної моралі**¹⁰. Зауважимо, що «вище благо» не обов'язково є обманом і самообманом, адже в очевидно трагічній ситуації самопожертва для порятунку конкретних людей є виправданою і високоморальною, але якщо від когось вимагають **постійних, безперервних жертв і притому – для абстрактного й далекого «вищого блага»**, то це вже точно обман і самообман. Обман, тому що це вигадане, ідеологічне виправдання, не підкріплене жодними практичними або математичними поясненнями, а самообман – тому що це робиться, аби не зізнаватися собі у власних слабкостях.

Можна розглянути цей обман і самообман на такому прикладі: мати, яка дуже втомлюється на роботі (тому що має дораціональну установку, що мірилом якості її роботи є втома) і не має ні сил, ані часу, аби приділяти дитині щиру, зацікавлену увагу (хоча розуміє, що повинна це робити), переконує себе, що має бути саме такою, суворою, бо інакше «що з дитини виросте?», або навпаки – «відкупається» від дитини іграшками та потуранням її примхам під приводом прямо протилежної ідеї – що «я маю забезпечити їй щасливе дитинство». Як бачимо, **ідеологічно можна знайти виправдання будь-якій поведінці**, але чесніше і психотерапевтично ефективніше було б визнати свою

¹⁰ Про автономну мораль див.: Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. Москва, 1984. 304 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/konis01/txt22.htm>

проблему (неготовність до емоційної роботи вдома), знайти її корені (в установці працювати до виснаження) і вирішити її шляхом **заміни дораціональних установок свідомими принципами.**

Тому ще одна відмінність від цінностей у тому, що цінності й принципи можна обґрунтувати логічно й науково, тоді як дораціональні установки – лише вірою в них, вірою апріорною й беззаперечною, що освячується ідеологією «вищого блага» та сакральними почуттями «страху і трепету». Інакше кажучи, **ідеологія – це міфи**, вигадані або перебільшені історії про «правильні» й «неправильні» взірці поведінки та моральні висновки про «окупність» перших і трагічні наслідки других (на базі яких і складається релігійне вчення, котре є одним із видів ідеології). Отже, **завдяки потребі в дораціональних установках формується віра в когнітивний, теоретичний аспект релігії** – у богословське вчення.

Зауважимо, що **релігійне вчення**, на відміну від наукових вчень, не просто не підкріплюється логічними аргументами і не переконує ними (як казав Тертуліан, «вірю, тому що абсурдно»), а ще і впроваджує в мізки людей свої уявлення **в обхід логіки та критичного сприйняття** – шляхом їх ідеологічного освячення авторитетом священних книг і вищих цілей, а також **актуалізує ці сформовані стереотипи нечітко визначеними символами та ярликами**, що є **тригерами** («спусковими гачками») для **готових поведінкових реакцій.**

Отже, **дораціональні установки** (когнітивний компонент релігійності):

- 1) **нав'язуються покараннями** (достатньо сильними й неочікуваними, щоб шокувати й налякати), **впроваджуючись у підсвідомість в обхід самостійного мислення;**
- 2) **дають переконаність у власній правоті та зниження тривожності;**

- 3) **не припускають жодних вільних трактувань** (сприймаються як необговорювані, «священні» вказівки або табу) та **іншого вибору поведінки** у конкретних ситуаціях, **крім заданого**;
- 4) **обґрунтовуються релігійними**, по суті, **ідеями «вищого блага»**;
- 5) **під час їх порушення формується самодеструктивне почуття провини.**

3. Релігійна віра живиться не лише потребою у дораціональних установах, а й **потребою в інтенсивних і нестримуваних переживаннях**, тобто у доповненні свого млявого й безбарвного емоційного життя, в якому переважають негативні емоції, - яскравими емоціями щастя, любові, гармонії та довіри. Якщо дораціональні установки дають людині переконаність у власній правоті і завдяки цьому – зниження рівня тривожності, то вільні й глибокі переживання створюють почуття сенсу життя, а відтак і власної значущості.

Річ у тім, що неловиме почуття сенсу власного життя надає людині завзяття та сили, однак легко втрачається, коли притуплюється яскравість емоцій від ходу й результатів цих зусиль, адже ті емоції, що дають зазначену мотивацію та сили, потребують для свого підживлення емоцій, отриманих, так би мовити, ззовні – від азарту, від радості перемог і навіть від гіркоти поразок (якщо є задоволеність від їх осмислення). А якщо людина не відчуває сильних емоцій у спокійному потоці життя, то її все більше починають дратувати й засмучувати дріб'язки, що накладаються на нудьгу та хронічну втому і призводять до депресій та емоційного вигорання¹¹⁾.

¹¹ Як казав іспанський письменник Р. де ла Серна: «І дрібні неприємності можуть отруїти життя, якщо немає великих»;

Уточнимо, що **емоції в нормі й не бувають сильними** (всеохопними, засліплюючими), адже тривають лічену кількість секунд і лише підказують, чого потрібно уникати чи до чого прагнути. **Сильними ж їх робить мобілізуючий стрес**, який, власне, і додає людині сил і завзяття, а потім спонукає її неймовірно радіти, винагороджуючи себе за вольові зусилля, або страшенно засмучуватися, щоб переосмислити свої пріоритети та прагнення. **Саме відсутність позитивних стресів** (за наявності негативних) і **робить життя нудним та депресивним**¹², а їх надмір часто призводить до адреналінової залежності.

Отже, **сенс життя – це** не результат філософських роздумів, а **наслідок емоційного запалу**, який **наповнює сильною мотивацією будь-яку мету** і який, у свою чергу, підтримується або ефективністю попередніх поривів, або мотиваційним надиханням з боку ідеологів і психологів, і насамперед – релігійних. За межі предмета нашого розгляду виходить пояснювати, що ефективність емоційних поривів залежить від природності (ненав'язаності) індивідуальних емоцій і бажань, а відтак – і від їхньої сили. Тому зосередимося на іншому джерелі сенсу життя – на релігійному надиханні сильних емоцій. Щодо різних віруючих це робиться по-різному.

Є два основні психологічні типи віруючих, що відрізняються емоційним фоном та емоційними потребами. Почнемо із (1) **простих віруючих**, що вірять за звичкою: вони, зазвичай, люди несамостійні й потребують зовнішнього керування або, принаймні, контролю (бодай уявного). Саме вони в експериментах починають помітно менше красти

¹² Ще Г. Сельє зазначав, що «повна свобода від стресу означає смерть». Див.: Геворкян В. С., Геворкян И. С. Современные исследования воздействия различных стресс-факторов на крыс и мышей. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-issledovaniya-vozdeystviya-razlichnyh-stress-faktorov-na-krysi-i-myshey>

гроші з відкритої скриньки добровільних пожертв, якщо біля цієї скриньки **намальовані очі**, що ніби дивляться на тебе (хоча ніякої камери спостереження нема). Оскільки вони у своєму житті ні на що не наважуються, то живуть сумно і нудно, і цю нудоту життя компенсують або горілкою, або релігійними переживаннями.

Є тип (2) **справжніх віруючих**, віра яких афективна і водночас тривала (не імпульсивна). Вони не замислюються над логічними нестиковками, адже «вірять – тому що абсурдно!» Практика показує: вони є справді щасливими і веселими лише на релігійні свята, – решту часу вони суворі та похмурі (прикриваючись догмою і дораціональною установкою, що «веселитися гріх», – хоча причина їх похмурості в якійсь психотравмі та нарцисизмі).

Тобто **психологія істинно і широко віруючого** – це, зокрема, **психологія безкінечного горя від втрати когось або чогось дуже близького й цінного** та потреби у зовнішній розраді та турботі щодо себе. Щоправда, таке горе в НОРМІ триває не більше одного-двох або – в особливо емоційних людей – трьох місяців, упродовж яких у людини змінюються деякі цінності, вона створює принципи нових стосунків чи ставлень, які вберігають її від повторення подібних нещасть. Саме для того, щоб стимулювати ці внутрішні зміни, горе і триває так довго!

Якщо ж людина горює надто довго (безкінечно)¹³⁾, то отже, їй це потрібно: не те, щоб вона любила страждати (тобто у неї немає нахилів і цінностей страждання), але цей стан їй подобається. Чому? Тому що **тяжке страждання на**

¹³⁾ І фактично таке горе стає не емоцією, а настроєм, причому – неадекватним і непродуктивним. Саме такі настрої класик теорії емоцій П. Екман вважає шкідливими і неприродними для людини. Див. про це: Екман П. Мудрость Востока и Запада. Психология равновесия. Санкт-Петербург: Питер, 2017. 304 с. URL:

https://www.e-reading.club/chapter.php/1028748/14/Gyaco_-_Mudrost_Vostoka_i_Zapada._Psihologiya_ravnovesiya.html

очах інших людей серйозно підвищує самооцінку (особливо якщо ця самооцінка залежить від думки оточуючих): таке, непересічне страждання робить тебе непересічною людиною, тобі співчують і йдуть назустріч, тебе оберігають і обговорюють... Добитись такого ж ставлення не горем, а власними досягненнями і здобутками було б набагато важче, а для багатьох – і взагалі не можливо. То чому ж не постраждати якийсь час заради такого приємного відчуття уваги й турботи до себе?

Звичайно людина робить це несвідомо, але **в емоційній сфері усе робиться більш чи менш неусвідомлено і без можливості прямого контролю розсудком**, інакше це була б раціональна дія, а не емоційна. Однак несвідомо не означає – без певного розрахунку і вигоди, принаймні – емоційної вигоди, про яку і було сказано вище. На практиці людина просто горює і не будує свідомих планів вразити цим оточуючих. Проте їй хочеться, щоб її жаліли, вона йде до тих, від кого можна отримати таку реакцію і обов'язково отримує її (хоча буде заперечувати, – навіть сама перед собою, – що добивалася цього).

А справді важливе питання тут: **ЧОМУ вона це робить**, – не просто прагне співчуття (що є цілком нормальним), а **ГОТОВА СТРАЖДАТИ ТЯЖКО і ДОВГО**, аби їй **ПРИДІЛИЛИ ОСОБЛИВУ УВАГУ**? Причина в тому, що **«інвалідним вихованням» у дитинстві цю людину привчили отримувати увагу лише своїми неприємностями**, адже батьки починали панькатися з нею і потурати їй забаганкам, лише коли вона хворіла чи забивала ногу, а без цього – не мали на неї часу і сил. І так само, як вони мимовільно формували в неї певний «культ хвороби», так і вона, ставши дорослою, формує **культ власного горя** і втягує в цей культ усіх небайдужих до неї людей.

Отже, створюється хибна, **нездорова емоційна звичка** отримувати задоволення від власних нещасть, і якщо вона не

знайшла собі інших способів отримувати таке ж за силою задоволення від чогось іще, то ця звичка переростає у залежність. Втім, є і **ще один чинник цього культу нещастя**, адже згадані у прикладі батьки вірили, що їх «священний обов'язок» – рятувати дитину від неприємностей, і тому коли останні відбувалися, вони все кидали і приходили на поміч, оточуючи дитину навіть надмірною увагою. Тобто **бути такими собі «пожежниками» у сім'ї** – це була їх **дораціональна установка**, безумовна й однозначна. Натомість приділяти час і увагу дитині в її спокійні й щасливі періоди вони були невмотивовані і не вважали за потрібне (такої установки у них не було). Цю ж, однобоку дораціональну установку вони трансливали і своїй дитині, через що вона вірила, що її можуть любити лише тоді, коли вона нещасна. І саме ця **дораціональна установка на отримання уваги й любові через свої нещастя** і була другим чинником (крім нездорової емоційної звички) описаного культу власного горя.

Втім, батьки могли і не застосовувати «інвалідного виховання», але якщо вони самі **не вмiли правильно, відкрито переживати горе**¹⁴⁾ і замість вияву почуттів максимально їх стримували (і найшвидше робили так не лише щодо горя, а й щодо радості та інших почуттів), то вони і в дитині **соціалізували свою дораціональну установку стримуватись і не показувати нічого назовні**, – через що вона мусить компенсувати це невміння відволікаючими ілюзіями та штучно створеними емоціями.

Іще краще вплив когнітивного чинника дораціональних установок можна побачити, якщо в тому самому прикладі тривале переживання горя буде підживлюватися не впливом

¹⁴⁾ Див. про правильне і неправильне переживання у класика: Ф. Е. Василюк Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. Москва, 1984. URL: <http://psylib.org.ua/books/vasif01/txt03.htm>

поведінки батьків, а **злістю** людини на того, хто нібито є винуватцем її втрати. Відомо, що психологічно правильніше шукати причини своїх нещастя у собі, але такий пошук якраз і передбачає складний шлях відмови від самообману та створення особистих принципів, який люди і схильні замінювати **нездоровими емоційними звичками**, і зокрема – **пошуком «винуватців»** через хибну каузальну атрибуцію.

Але **ідея звинуватити когось у своїй біді** не виникає сама собою, – вона навіюється ззовні, пошуком «стрілочників», «покаранням невинних і нагородженням непричетних», які традиційно відбуваються в нашій країні всюди і повсякчас. Тобто **ця ідея теж є навіюваною дораціональною установкою**, котра, з одного боку, знімає з душі тягар роздумів і почуття провини методом такого психологічного захисту, як раціоналізація, а з іншого боку – заміщує свої безупинні страждання гнівом і ненавистю (за відомою, хоч і не всіма визнаною теорією п'яти стадій переживання втрати Е. Кюблер-Росс¹⁵). Тобто **хибні емоційні звички формуються у тісному зв'язку з дораціональними установками**, без якого ні перші, ні другі не могли б існувати.

Проте варто зазначити, що не лише втрата і горе приводить людей у релігію. Ці інтенсивні й нестримувані переживання більш характерні для новонавернених у дорослому віці, які стали віруючими із стану невір'я (або, як кажуть на Заході, агностицизму). Тоді як люди, що з дитинства виховувались у вірі і не відійшли від неї у дорослому віці, живлять свою віру іншою потребою, **потребою у сильних емоціях щастя й любові** – всупереч

¹⁵ Про 5 стадій переживання горя див.: Галасюк И. Н., Краснова О. В., Шинина Т. В. Психология социальной работы. Москва: Дашков и К, 2018. 304 с. URL: https://studme.org/13560615/psihologiya/krizisnye_periody_zhizni_semi_vospityvayuschey_rebenka-invalida

невмінню любити й бути щасливим через страх довіритися та стати нещасним.

Можна сказати, що людина, яка **не боїться любити і вмє відчувати щастя** попри всі труднощі й негаразди, **не потребує релігійних емоцій**, котрі в цьому сенсі є певним сурогатом, ілюзорним доповненням забраклих сильних почуттів. Ці інтенсивні релігійні емоції посилюють переконання людини, позбавляючи сумнівів і коливань, та додають їй мотивації для додання труднощів, а зрештою – просто збагачують її сіре буденне життя, переповнене обов'язками й клопотами, – завдяки відчуттю, що все це не дарма, що всі ці клопоти й труди – заради чогось вищого, світлого й радісного, і чим гірше мені зараз, тим краще всім буде потім (мова не лише про «потойбічну відплату», а про відчуття своєї участі в чомусь правильному і значному, у вселенській гармонії, яка окупає всі страждання і підвищує самооцінку).

Отже, **інтенсивні та нестримувані релігійні переживання** (емоційний компонент релігійності) є виявом:

- 1) нездорової емоційної звички пишатися власними нещастями;
- 2) маніпулятивної емоційної звички отримувати увагу й любов завдяки своїм нещастям;
- 3) неграмотної емоційної звички компенсувати штучно створеними емоціями невміння правильно й відкрито переживати свої природні емоції

4. Нарешті, релігійна віра базується на потребі ще й в особливому поведінковому компоненті, котрий мають **магічні ритуали**, тобто стереотипні дії, що не мають безпосередньої практичної користі і здійснюються з метою **гарантувати собі** якісь майбутні **результати** в умовах, коли досягнення їх дуже **необхідне**, але **малоімовірне** (що

передбачає значний **стрес**), а забезпечити їх власними зусиллями здається неможливим (почуття **безпорадності** – реальне або навчене¹⁶⁾).

Потреба у поведінкових стереотипах – цілком здорова і природна, адже звичні, стереотипні дії економніше робити за якоюсь завченою схемою, що виправдала себе на ділі, аніж продумувати кожен раз наново план своїх дій. Однак це справедливо лише в тому разі, коли завчена схема дій вироблена і перевірена людиною самостійно, адже тоді вона не лише повністю відповідає власним здібностям, а й легко піддається особистій оцінці й удосконаленню. Натомість **простіше переймати чужі схеми дій** (моделі поведінки): скажімо, всі ігнорують підготовку до занять – і я так робитиму (хоча ці «всі» не можуть втратити бюджетного місця, а я можу).

До того ж, оскільки навколо нас завжди існують чужі моделі поведінки, і вони поширені через неготовність людей індивідуально протистояти ним, то будь-яка **спроба вчиняти по-своєму перетворює такого сміливця на «білу ворону»** із обов'язковим покаранням з боку «громадської думки» (це явище називається **«соціальним контролем»**). Тому створювати власні моделі поведінки не просто трудомістке завдання, а ще й ризиковане, адже більшість людей не любить тих, хто виділяється, принаймні якщо ті не стають визнаними лідерами.

Отже, люди запозичують чужі моделі поведінки, справжнє призначення і вигоду яких вони уявляють доволі погано, а тому виконують їх саме як **ритуали**, незрозумілі, але освячені церемонії, котрі не стільки досягають якоїсь конкретної практичної мети, скільки **заспокоюють**

¹⁶⁾ Про навчену безпорадність у людей і способи її долання див.: Жевлакова К. Как избавиться от ощущения беспомощности и взять себя в руки. URL: <https://lifehacker.ru/vyuchennaya-bespomoshnost/>

хвилювання і взагалі дають певну ілюзію контролю¹⁷⁾. Ці ритуали з точки зору чистої науки є формою магії та забобонів, але з точки зору практичної психології є доволі ефективною методикою долання стресів (яка існує навіть у тварин, хоча у людей правильнішою була би більш чесна методика роботи зі своїми страхами)¹⁸⁾.

Такими ритуалами є особливі рухи під час гри в кості, торкання трави під час виходу футболіста на поле, вибір білету на іспиті за якоюсь вигаданою методикою тощо. Як бачимо, здійснюються вони у стресогенній ситуації, яка, на думку людини, є вирішальною для забезпечення важливої для неї перемоги (або уникнення поразки), хоча насправді вони ніяк не впливають на перебіг подій, а отже, є, по суті, **магічними ритуалами**. Іще важливіше те, що людина могла б реально забезпечити собі максимальні шанси на успіх в усіх цих ситуаціях, якби задовго до них вона чесно оцінювала себе та самовіддано й креативно тренувалася, ставши, в результаті, майстром, для якого іспит або футбольна гра не є надмірним стресом (а грою в кості він, мабуть, зовсім не займався б, оскільки був реалістом і реальним переможцем, не потребуючим забобонів). Не випадково Фройд називав obsesивно-компульсивний розлад особистою формою релігійності, а релігію – масовим obsesивним неврозом.

¹⁷⁾ Иллюзия контроля. URL: <http://www.pinnacle.com/ru/betting-articles/betting-psychology/the-illusion-of-control>; а також: https://ru.wikipedia.org/wiki/Иллюзия_контроля, http://www.mental-engineering.com/2013/03/blog-post_6762.html, <http://www.psychologies.ru/self-knowledge/behavior/illyuziya-kontrolya-za-chto-myi-nesem-otvetstvennost/>;

¹⁸⁾ Див.: Линдстром М. Buyology: увлекательное путешествие в мозг современного потребителя. URL: https://www.e-reading.club/chapter.php/1015008/7/Lindstrom_-_Buyology_uvlekatelnoe_puteshestvie_v_mozg_sovremennogo_potrebitelya.html

Виходить, що **магічні ритуали** – це не лише данина традиціям і соціальному контролю, а ще й **спосіб заспокоєння в ситуації випробувань, до яких людина не готова**, – ілюзорний і лінивий спосіб, але психологічно діючий¹⁹⁾. Важливо те, що магічні ритуали заспокоюють хвилювання саме тих людей, хто *не хоче тяжко працювати для набуття впевненості, а мріє про «халяву», про незаслужене везіння і миттєве, чудесне вирішення всіх проблем*. Відомо, що **азартність** (аж до ігроманії), **імпульсивність** (невміння планувати й контролювати виконання планів) і **нездатність до навчання** («наступання на ті самі граблі») тісно пов'язані між собою і складають такий собі **«синдром невдахи»**²⁰⁾, інакше кажучи людини, яка через навчену безпорадність сильно потребує **віри в чудо** (тобто в те, що сьогодні «двічі два НЕ буде чотири») і тому схильна до **фіксації на магічних ритуалах**, які перетворюються на **компульсивні дії**.

Отже, **релігійність** – це:

1) на когнітивному рівні – реалізація потреби в **дораціональних установах із перебільшеним («священним») значенням** як фундаменті своїх раціональних поглядів і рішень (**замість особистих цінностей і принципів**, які доволі тяжко створювати й дотримуватись їх);

2) на емоційному рівні – реалізація потреби в **інтенсивних і нестримуваних позитивних переживаннях** у стані тривалого горя або емоційно безбарвного життя (**шляхом хибних емоційних звичок** – пасивно-астенічних,

¹⁹⁾ Див. дослідження про ефективність ритуалів під час стресів: <https://lifehacker.ru/nauka-ritualov/>;

²⁰⁾ Про те, звідки береться «синдром невдахи» і в чому виявляється див.: Синдром неудачника в начальній школі. URL: <http://psycholog.logoped.edusite.ru/p70aa1.html>; Кого можна назвати хроническим неудачником? URL: <https://www.svoboda.org/a/24201213.html>

ескапістських – замість сильних емоцій від творчо-пошукової реалізації здібностей у виправленні власних помилок і досягненні цілей);

3) на поведінковому рівні – реалізація потреби у **магічних ритуалах** як способі заспокоєння в ситуації випробувань, до яких людина не готова (**замість чесної оцінки себе та самовідданої й креативної підготовки до випробувань**)²¹⁾.

Отже, релігійна віра – це свого роду психологічна милиця, паліатив, що не лікує особистісні проблеми, а лише компенсує їх наявність ілюзорними, але адаптаційно діючими засобами.

У цьому сенсі праві були історичні критики **релігії**, які стверджували, що вона **живиться страхом і формує покірних рабів, даючи їм наркотик ілюзій**²²⁾.

Водночас неправі були ті критики, які вважали релігію свідомим обманом, нав'язаним для підкорення людей, без якого вони були б вільні й щасливі. Насправді люди хотіли цього обману, бо не були ні вільні, ні щасливі. Вони **стали віруючими**, тому що у них **були потреби, які** вони на ділі **нездатні були задовольнити** жодним іншим чином, аніж за допомогою ілюзій і ритуалів.

5. Тому **психологія** може і повинна **роз'яснювати можливість жити без ілюзій і ритуалів**, але це не повинно

²¹⁾ Детальніше про психологічні компоненти віри див. у [додатку 1.1. Віра. Світ безумовних істин](#);

²²⁾ Ще Демокрит 25 років тому писав, що «страх породив богів», а два століття тому відразу кілька відомих мислителів назвали релігію «опіумом (тобто обезболюючим засобом) народу» (див.: https://uk.wikipedia.org/wiki/Опіум_народу). Що ж до «релігії рабів», то таку оцінку християнства відстоював Ф. Ніцше (див.: Калугин Р. Християнство – релігія рабів и невротиков. URL: <https://romankalugin.com/hristianstvo-religiya-rabov-i-nevrotikov/>)

бути фанатичною метою науковця, адже *психологія не має завдання переконувати й змінювати людей*, а лише – допомагати їм. «Лікування душі» не відбувається шляхом приймання ліків, а вирішення психологічних проблем не повинно відбуватися шляхом повчань і примусу до «правильного» життя, адже, як стверджує сучасна клієнт-центрована психотерапія, **кожен страдалець є найкращим лікарем для самого себе**, і терапевту потрібно лише зрозуміти, як той вирішує свої проблеми і запропонувати якісь вдосконалення його способу – більш ефективні і, головне, доступні йому²³).

Ось чому **практичному психологу** не потрібно ставити мету довести людину до ідеального стану, зневажаючи й критикуючи її недоліки (що фактично є хитрим способом піднесення себе за рахунок іншого), а натомість **потрібно зрозуміти, як людина зуміла пристосуватися до соціального середовища, попри всі свої психологічні травми та недоліки**. Одним із таких способів пристосування є релігія, яка має багато різновидів, напрямів і форм, декотрі з яких дають більш ефективну адаптацію до життя у суспільстві, а деякі – навпаки, лише поглиблюють психологічні травми і дезадаптованість людини. Більше того, навіть у межах однієї релігії та церкви та однієї священної книги можна як любити ворогів, так і ненавидіти їх (мова не лише про християнство).

А отже, вивчення «Психології релігії» дозволяє допомогти клієнту **знайти такий спосіб вирішення його проблем, який не буде суперечити його переконанням** (нехай навіть вони будуть хибними емоційними звичками та дораціональними установками) і водночас **дозволить бути більш ефективним у соціальному житті**.

²³ Див.: Розин М. В. Релігія и психотерапия: возможен ли кентавр? URL: http://psylib.org.ua/books/_rozin01.htm

Тому давайте ще раз розглянемо названі вище способи задоволення потреб у вірі, але тепер – з точки зору того, **чи є вони суто ілюзорними й дезадаптивними**, чи є в них **корисний для людської психології сенс, який не варто ігнорувати, а потрібно використовувати?** Почнемо з **дораціональних установок**: вони, як ми вияснили, є інтерналізованими вимогами суспільства, що прямо суперечать цінностям цієї особи і реалізуються виключно через самопримус, а це погано як для системи цінностей (а отже, особистості) людини, так і з огляду на її імовірну хронічну втому. Однак чи справді вольовий самопримус – це шкідлива здатність і звичка? Відповідь не є однозначною: **людина не може прожити чесне й достойне життя, ніколи не застосовуючи вольового самопримусу, але й постійне його застосування веде до патології.**

Вольовий самопримус **обов'язково необхідний на етапі навчання** будь-якій серйозній справі – хоч психології, хоч грі у футбол або вмінню ефективно спілкуватись. Якісь простіші справи, наприклад, складання кубиків, можна засвоїти граючись і швидко, а отже, – без прикладання волі. І так само легко, без зусиль можна навчитися прийомам, як подобатися викладачам і отримувати завищені оцінки, які дозволять не вчитися по-справжньому тій самій психології або лікувальній справі, однак згодом такий хитрун стає поганим лікарем і керівником, якого всі не люблять, а сам він втішає себе думками про їх невдячність, хоча і розуміє в глибині душі, що він нездара.

Тож **краще все-таки примушувати себе вчитися й працювати** всупереч усім небажанням і нездужанням, але робити так не все своє життя (як це буває під час вироблення «священних» дораціональних установок), а лише до того часу, **поки не досягнеш майстерності, на рівні якої праця стає більш автоматичною, легшою, сама себе мотивує і приносить уже радість**, а не страждання (а отже, і не

потребує самопримусу). Виходить, що носії «священних» дораціональних установок обманюють самі себе: вони спершу вчатьсЯ БЕЗ вольового самопримусу (а лише під зовнішнім примусом)²⁴, а потім так і не досягають рівня майстерності й не відчують радості від праці, через що ЗМУШЕНІ в дорослому віці вірити у «священні» дораціональні установки, аби хоч якось пристосуватися до вимог життя (тобто – прийти до якоїсь **ерзац-віри**).

Але оскільки вчитися можна не лише в юності, а й у дорослому віці, то виходом для такої «невдахи» і «нездари» (як людина сама себе оцінює) є **почати робити щось по-справжньому, із максимальною вірою у свою справу і максимальною самовіддачею ради неї** (поведінкові зміни), бо як сказав Є. Вахтангов, талант – це вміння захопитися поставленим завданням. А відтак, ми логічно переходимо до наступної релігійної потреби, **потреби в інтенсивних і нестримуваних почуттях** захоплення, віри і радості від процесу²⁵, яку «невдахи» бояться й не наважуються відчути, «щоби не розчаровуватись», замінюючи її такими ж сильними, але *хибними емоційними звичками* ображатись, звинувачувати інших і розраджуватися лише надіями на далекі «вищі цілі» того, що вони змушують себе робити.

Очевидно, що для них ефективнішим способом адаптації є, для початку, **захопитись хоч якимось заняттям**, хобі, в якому вони могли б досягти справжньої майстерності, а головне – позбутися передчасної «старечої» звички все критикувати й знецінювати (емоційні зміни), яка, розростаючись, вбиває дитячу цікавість і радість від пізнання

²⁴ Це відповідає дослідженому феномену «роботи з прохолодою», про який див.: Кравченко А. И. Феномен «работы с прохладцей». URL: http://www.elitarium.ru/fenomen_raboty_s_prokhladcejj/;

²⁵ Це те, що Чіксентміхай називає «станом потоку» (див.: Михай Чіксентміхай. Поток: Психологія оптимального переживання. – Режим доступу: <https://www.litmir.me/br/?b=228304>), а А. Маслоу називав самоактуалізацією.

нового. І тоді не є важливим, чи вони захоплюються релігійним текстом (в який психолог може не вірити), чи збиранням марок, важливо лише, що вони по-справжньому, всебічно вивчатимуть цей текст або ці марки, а **коли відчують на собі радість від процесу, зможуть поступово розширювати сферу своїх захоплень** – на відносини між людьми, на свою роботу і на інші, нібито тяжкі обов'язки, завдяки чому виробляти **власні погляди** на всі ці речі, адже якщо людина чимось справді захоплюється, вона на тому розуміється і має власний погляд (когнітивні зміни).

У цьому сенсі показовим є, зокрема, футбольне вболівання: на думку далеких від нього людей воно є абсолютно пустою забавою – витріщатись, як двадцять двоє дорослих людей, мов навіжені, ганяють м'ячика по полю (замість того, щоби висадити його картоплею), – мовляв, кому це може подобатись? Однак чемпіонати світу збирають півтора мільярди телеглядачів, і це абсолютний рекорд серед усіх видів спорту, – із чого робимо висновки, що дане видовище є захопливим для дуже різних людей. А якщо сказати про Україну, то першими, хто добровільно й масово пішов у 2014 році її захищати, це були фанати українських футбольних клубів, і цей факт означав, що їх національна ідентичність була набагато глибшою й переконанішою, ніж у всіх, хто грався в націоналізм та проголошував патріотичні гасла.

Інакше кажучи, захоплення й відданість футбольній команді із вірою, що лише вона є найкращою, а решта просто негідна уваги, може здаватися дивною і пустою, але ці **сильні почуття і переконання роблять людину більш принциповою й переконаною ще й у багатьох інших питаннях**, і цьому є багато прикладів, зокрема і в Україні. З точки зору психологічної науки, людина потребує інтенсивних і нестримуваних почуттів, оскільки без них вона стає безпринципною і безхарактерною, надто піддається

чужим впливам і не розуміє, чого потрібно їй самій. А сильні почуття базуються не на раціональних доводах, а на безумовній довірі комусь або вірі у щось. Саме тому люди і говорять, мовляв, «потрібно ж у щось вірити!»

Інша річ, що *вірити можна сліпо*, відкидаючи не лише сумніви, а й факти, і навіть *посилюючи віру і відданість тим більше, чим більше стає аргументів проти цієї віри*. Так зазвичай буває із вірою у щось абстрактне і не до кінця збагнене (абсурдне, як сказав Тертуліан), а *сліпою віра стає, тому що людина компенсує нею свій самообман*, свої недоліки і небажання їх виправляти. Натомість можна **інтуїтивно довіряти конкретній людині**, несвідомо, але не безпричинно, адже за достатньої емпатії та зацікавленості збагнути суть іншої людини можливо і без свідомого її вивчення. Така віра зазвичай не помиляється у своїх основних оцінках, адже тут людина вірить не через бажання обманюватись, а через щирі цікавість і захопленість, що «вмикають» усі людські здібності і дозволяють глибоко пізнати об'єкт захоплення.

Ці два види віри відрізняються між собою так, як віра Галілея (котрий обґрунтував геліоцентричну систему, але зрікся свого відкриття на суді Інквізиції) і віра Джордано Бруно (котрий не зрікся цих же поглядів і був спалений Інквізицією). На думку німецького філософа і психіатра К. Ясперса, «Бруно вірив, а Галілей знав», – і саме тому Галілей міг заради виживання відмовитися від свого наукового висновку, **знаючи**, що істину це не змінить, бо вона існує сама по собі, незалежно від нього; а Бруно **вірив** у цю ідею, вірив без доводів і дослідів, і ця ризикована у той час віра складала основу його самооцінки, ось чому він не міг її зректися і пішов за нею на смерть²⁶⁾.

²⁶ Див.: К. Ясперс. Философская вера. URL: http://society.polbu.ru/yaspers_philotruth/ch00_ii.html

Що ж до третьої релігійної потреби – **потреби в магічних ритуалах** як способі заспокоєння, замість чесної оцінки себе та творчо-самовідданої підготовки до випробувань, то ця потреба і ці ритуали теж мають позитивний сенс і не повинні розглядатися як просте потурання слабкостям. Річ у тім, що **ритуали – це спосіб упорядкування життя, внесення в нього якоїсь структури і стабільності**, що особливо потрібно людині в умовах стресу і невизначеності. Адже людина не все може передбачити і не до всього підготуватися, а тому ритуал, наприклад, чайна церемонія у японців або «файв-оклок» у англійців, стають способом осмислити життя, перевести подих і зберегти внутрішню стабільність за її відсутності назовні.

Тому психологу потрібно **не боротися з ритуалами** (як і суспільству – з будь-якими масовими традиціями), а **розвивати їх, вносячи в них глибший естетичний або філософський сенс**, і водночас роблячи їх *не компульсивною дією*, названою «священним обов'язком», а **приємною традицією**, яку можна і потрібно доповнювати й удосконалювати. А ставши приємною традицією, магічний ритуал позбудеться елементів тривоги, фобії або нав'язливості, які його породили (що нагадує методику «парадоксальної інтенції» В. Франкла²⁷⁾), а натомість – як будь-яка традиція – стане груповим дійством (чому має посприяти знаходження однодумців), що **уберігає від крайнощів і підсилює відчуття власної значущості** як частинки чогось більшого – як носія спільних традицій.

Те саме **відчуття власної значущості підсилює також і вольовий самопримус**, який самим своїм фактом переконує людину, що вона робить щось важливе і високе, адже робить

²⁷⁾ Див. про це: Парадоксальна інтенція. URL: http://psychologis.com.ua/paradoksalnaya_intenciya.htm; Метод парадоксальної інтенції Франкла. URL: <https://psyera.ru/3362/metod-paradoksalnoy-intencii-frankla>

це не для себе, а якраз навпаки – всупереч свої бажанням. Більшість людей (крім соціопатів і цілісних особистостей) **відчувають легке почуття провини, коли роблять щось приємне собі**. Вони не осмислюють це почуття, а намагаються його придушити, але потім воно проривається у безпричинних роздратуваннях, безсонні тощо. Це почуття є наслідком **нав'язаної в дитинстві дораціональної установки, що важливо лише допомагати батькам**, а гратися, читати чи займатися ще чимось цікавим – це пустиці, з якими краще не попадатися батькам на очі.

Насправді людина повинна займатися тим, що їй цікаво і приємно, і **психолог має навчити її не соромитися подібних занять**, адже вони не просто дають **активний відпочинок** (чого більшість не вміє робити), а й **розвивають людину**, а це згодом покращує її ефективність і у виконанні її обов'язків.

Проте варто психологу використати і віру людини у необхідність вольового самопримусу, особливо у тому разі, коли ця людина недостатньо застосовує волю і через це має низьку самооцінку. Зрозуміло, що **оптимальний варіант – це застосовувати волю під час долання власних слабкостей** (зокрема у навчанні) або **доланні шкідливого тиску оточення** (і в обох випадках це буде розвиваючий характер **вчинок**), але іноді і просто змушувати себе робити те, чого не хочеться є корисним для відчуття власної значущості.

Головне правило під час використання вольового самопримусу – це те, що його не повинно бути надто мало (це знижує самооцінку) і надто багато (це призводить до емоційного вигорання), тому, **якщо людина уникла вигорання і низької самооцінки – це і є ознакою оптимального використання волі**.

Висновок із сказаного такий: **не можна зневажати й відкидати досягнення релігійних пошуків людства**, бо інакше самі **ризикуюмо скотитися до сліпо-фанатичної**

(квазірелігійної) **позиції** «правильне лише те, що я знаю, а решта не варта уваги». Адже, як казав філософ В. Соловйов, «**люди факту** живуть, але НЕ вони творять життя. Творять життя **люди віри**», тобто ті люди, що сповнені невичерпної мотивації, енергії та впевненості у досягненні своєї мети, ті люди, яких на Заході називають геніями та «візіонерами» (провидцями) і віри яких – не обов’язково релігійної – їм вистачало, щоб не скоритися невдачам після років марних зусиль, але довести всім свою правоту.

6. Із розгляду цих **трьох потреб** можна зробити висновок, що вони **можуть задовольнятись як релігійними засобами, так і психологічними**, а відмінність між цими двома підходами в тому, що **релігійний використовує спрощені засоби**, адаптовані для широких мас, а отже, для неосвіченого й невибагливого споживача, на кшталт дораціональних установок із перебільшеним («священним») значенням замість особистих цінностей і принципів, хибних емоційних звичок замість сильних емоцій від творчо-пошукової реалізації здібностей і магічних ритуалів замість чесного оцінювання себе та самовідданої й креативної підготовки до випробувань.

Натомість психологія використовує більш складні й трудомісткі, але, зрештою, більш ефективні засоби задоволення зазначених потреб, – засоби, які полягають у розвитку запозичених установок до рівня осмислених принципів, збагачення емоційної сфери шляхом відкритого й повного (нестримуваного) переживання почуттів, а також перетворення магічних ритуалів на продумані і чесні звички²⁸⁾. Інакше кажучи, **складність психологічність**

²⁸⁾ Таке перетворення магічних ритуалів на продумані і чесні звички вимагає від психолога серйозної фасилітаційної роботи, про яку див.:

Уейн Д. Фасилітація – більше, ніж методи. – URL:

<http://humantime.com.ua/blog/fasilitatsiya-bilshe-nij-metodi-devid-ueyn#main>;

засобів вирішення проблем – за необхідності власними розумовими й душевними зусиллями розвивати всі сторони своєї особистості. Адже психологія націлена на реальний світ і на реальну адаптацію до нього, тоді як релігія підтримує ілюзорну адаптацію до труднощів і загадок цього світу, націлюючи прагнення людини здебільшого на інший світ. «Між психотерапією і релігією є функціональна різниця. Мета психотерапії полягає у зціленні душі, а релігія своє покликання вбачає у спасінні душі»²⁹⁾.

Релігія і церква пропонують *легший для практичного здійснення спосіб душевної допомоги*, який водночас є менш корисним на ділі, ніж у психології, і саме тому релігійна розрада стає все менш затребуваною, особливо в умовах сучасних навантажень на психіку індивіда³⁰⁾. Ось чому в розвинених країнах навіть ті, хто традиційно відносить себе до певного віросповідання, оцінюють свою релігійність як мінімальну. «Як свідчать дані, у США 95 % населення релігійне, але лише 6 % віруючих звертається зі своїми невротичними, кризово-емоційними проблемами до церкви, і лише 2,5 % пацієнтів психіатричних клінік засвідчили отримання від священників-капеланів цих клінік істотної

Фасилітація робочих груп. URL:

<https://www.intuit.ru/studies/courses/3658/900/lecture/32432>; Вилкінсон М. Секрети фасилітації: SMART-руководство по работе с группами. Москва, 2019. 515 с. URL:

<https://books.google.com.ua/books?id=NziEDwAAQBAJ&pg=PT244&lpg=PT244&dq=непродуктивное+поведение&source=bl&ots=w-G4pswy1P&sig=ACfU3U2pnE5dWj6kzxVTIwNefS0SIE20gA&hl=ru&sa=X&ved=2ahUKEwiIhszupafjAhXEtYsKHazjAL8Q6AEwBnoECAgQAOQ#v=onepage&q=Секреты фасилитации: SMART-руководство по работе с группами=false>;

²⁹⁾ Докаш В. І. Психологія релігії: навч. посіб. Чернівці, 2012. 464 с. URL: www.sociology.chnu.edu.ua/res/sociology/Ps. R.pdf (С. 203);

³⁰⁾ Див.: Мальшко І. Кризис духовного фастфуда. URL: <https://psyfactor.org/lib/religion7.htm>

допомоги»³¹⁾. Крім того, *високий рівень релігійності має негативну кореляцію із рівнем добробуту суспільства*, тобто чим впевненіше почуваються люди у соціумі, тим слабшою є у них потреба шукати розраду і захист у релігії³²⁾.

Узагальнюючи сказане, можна зробити висновок, що **релігія** (в будь-якому своєму вигляді, зокрема і неконфесійному) – це сукупність 1) запозичених дораціональних установок із перебільшеним особистим значенням, що сприяють нечесній каузальній атрибуції³³⁾ для збереження самооцінки людини, 2) хибних емоційних звичок, які є виявом навченої безпорадності³⁴⁾ і, які консервують цю безпорадність надалі, а також 3) непродуктивних, але бездумно (і часто – компульсивно) виконуваних моделей поведінки³⁵⁾ за реалізацією названих установок та емоційних звичок з метою їх виправдання і самозаспокоєння.

Отже, релігією може бути будь-що – завзяте спортивне вболівання, надміру самовідданий шопінг, не кажучи вже про політичні пристрасті, а **ознаками** подібної **квазірелігії** варто вважати: 1) нічим **не обґрунтовану віру** в якісь **особисті вигоди**, котрі ексклюзивно надають вірянам усі ці дії,

³¹⁾ Докаш В. І. Психологія релігії: навч. посіб. Чернівці, 2012. 464 с. URL: [www.sociology.chnu.edu.ua/res/sociology/Ps. R.pdf](http://www.sociology.chnu.edu.ua/res/sociology/Ps._R.pdf) (с.207);

³²⁾ Див.: Марков А. Религиозность населения не способствует процветанию общества. URL: <https://psyfactor.org/news/religion-mind-22.htm>

³³⁾ Фактично мова тут про різні когнітивні викривлення, про які див.: https://uk.wikipedia.org/wiki/Когнітивне_упередження;
https://uk.wikipedia.org/wiki/Перелік_когнітивних_упереджень;

³⁴⁾ Про навчену безпорадність див.: https://ru.wikipedia.org/wiki/Выученная_беспомощность;
http://www.romek.ru/sel_art.htm#.V5IxUINy8hc;
<https://www.youtube.com/watch?v=Pru7mZz4W4E>;

³⁵⁾ Ці непродуктивні моделі поведінки Е.Берн називає «іграми». Див.: Берн Э. Игры, в которые играют люди. – URL: <http://bourabai.ru/library/berne/07.htm>;
https://ru.wikipedia.org/wiki/Игры,_в_которые_играют_люди

почуття та уявлення даної квазірелігії, а також – віру в перепони на цьому шляху (що є дораціональними установками – **когнітивним** компонентом релігії, адже містить пояснення, а точніше виправдання того, чому одні об'єкти кращі за інших);

2) **обожнювання** одних об'єктів і **демонізація** інших (що є **емоційним** компонентом, оскільки виражає надто афективне ставлення до цих об'єктів);

3) **виконання** певного **переліку дій**, які потрібно здійснити для вшанування одних об'єктів і ненависті до інших (що є аналогом культових ритуалів, адже практичної користі для людини вони майже не несуть, але є **поведінковим** компонентом релігії).

Відповідно **психологія релігії повинна**, по-перше, виявити й сформулювати **соціально-адаптивні методи**, що застосовують різні **релігійні системи**, а по-друге (в ідеалі) – запропонувати на їх основі більш **ефективні методи психологічної фасилітації**³⁶⁾. Для вирішення цих завдань **релігія має бути розглянута** не як беззаперечна («священна») і неперевершена («богодуховенна») моральна система, а й не як суцільний обман і маніпуляція свідомістю, а виключно **як винайдений суспільством спосіб компенсації психологічного нездоров'я** – найбільш адекватний і доступний для даного народу на цьому етапі його розвитку. Інакше кажучи, будь-який принципово інший спосіб був би тут менш дієвим, оскільки не відповідав би ментальності та потребам даних людей, а отже, **психологія релігії повинна зрозуміти ці ментальні особливості, щоб врахувати їх, пропонуючи наукове вдосконалення релігійних способів соціальної адаптації.**

³⁶⁾ Див. приклад: Армстронг К. Дао релігії. Как лучшие духовные принципы работают на ваше счастье. URL: <http://flibusta.is/b/395337>

Розглядаючи шість питань плану першої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічні аспекти таких питань для усної чи письмової відповіді:

1. Наведіть щодо **кожної функції релігії** приклади конкретних ситуацій, в яких сучасна людина потребує й отримує психологічну користь від своєї релігійності.

2. Чим відрізняються **дораціональні установки від цінностей**?

3. Наведіть **приклади поведінки**, в якій виявляються дораціональні установки та поясніть, які особливості підтверджують їх ірраціональність.

4. Наведіть **приклади самодеструктивної поведінки** (і в чоловіків, і в жінок), що формується внаслідок порушення нав'язаних дораціональних установок, і поясніть, у чому полягає **підсвідома мета** такої поведінки.

5. Які переживання можна вважати **інтенсивними та нестримуваними** і чим погана їх відсутність?

6. Якими **хибними емоційними звичками** породжуються інтенсивні та нестримувані **релігійні** переживання?

7. Якими більш корисними діями **потрібно замінювати** «магічні ритуали» в поведінці людей для психологічної допомоги їм?

* * *

Додаток 1.1. Віра. Світ безумовних істин

Ми часто чуємо від людей цю стандартну фразу: «Не можна ж усім не вірити!» Кожен, хто намагався сказати іншим про непереконаливість їх доводів, і навіть більше – про їх наївність і бездоказовість, стикався із обеззброюючою відповіддю: «Ну, треба ж у щось вірити...» Як психолог, я чесно намагався зрозуміти, в чому сенс таких

висловлювань, – що це за обов'язок такий, кому і навіщо це потрібно?

А відповідь, як виявилось, проста: ми всі насправді живемо у двох світах: світі ненадійних, умовних істин, і – істин безумовних, абсолютних. Спробуємо помітити й розрізнити ці два світи: скажіть, ви впевнені, що ваш улюблений співак насправді такий класний чи, може, просто розкручений? А телеексперт (неважливо – з питань здоров'я, державного управління чи сімейних відносин), чії оцінки й поради ви слухаєте, він дійсно сильний фахівець чи гарний актор без фахової освіти та досвіду?

Виявляється, що на ці та всі схожі питання можуть бути дві, прямо протилежні відповіді, кожна з яких буде по-своєму правильна (хоч це і суперечить формальній логіці): 1) так, **впевнений**, адже я БАЧУ, що він справжній, чудовий, єдино правильний тощо; 2) ні, я **не можу бути впевненим**, бо сам я НЕ ЕКСПЕРТ, щоб його оцінити, а головне – не буває людей, В УСЬОМУ КРАЩИХ, надзвичайно обізнаних.

Повторю, обидві ці відповіді правильні з точки зору психології: з одного боку, люди постійно намагаються зробити краще враження, перебільшити свої заслуги та здібності, і ще більше це робить телебачення та навіжені прихильники, а тому вірити в їх завищені оцінювання – наївно і небезпечно, того й дивись – вляпаєшся у якусь аферу! А отже, думка, що я не повинен оцінювати тих і те, в чому не розбираюсь – правильна. А думка, що не варто створювати собі кумира – ще й уберігає від сліпоти і розчарувань.

Натомість є справедливість і в протилежній думці, адже, з іншого боку, постійно й в усьому сумніватися шкідливо для здоров'я і неефективно з точки зору стратегії прийняття рішень: через довгі обдумування ми гаємо слухну мить, а запізніла правота вже нічого не може змінити. Яку ж

із цих думок варто обирати у конкретному випадку – **критичність** чи **безумовну довіру** – давайте розберемось.

Будь-який наш СТЕРЕОТИП потребує безумовної довіри. Люди часто критикують інших (звісно, що не себе!) за марновірство, за упередження та стереотипи (і не лише за популярні в критиці гендерні та расові, а й будь-які інші – стереотипи в їжі, думках, діях). Але науково доведена правда полягає в тому, що стереотипи не просто потрібні, без них неможливо жити. І неможливо – не через слабкість нашого розуму чи характеру, а тому, що стереотипи та звички – це найбільш ефективний і тому найбільш поширений у природі спосіб прийняття рішень.

Наприклад, якщо ми пробуємо влучити у рухому мішень, то з точки зору наших фізіологічних можливостей поки зовнішня інформація дійде до мозку, а він дасть сигнал руці, мішень буде вже далеко. На щастя мозок розраховує швидкість руху і діє на випередження, але це означає, що він передбачає подальший рух за стереотипом, схемою попереднього руху.

А чим, у такому разі, є будь-який стереотип – у їжі, думках, діях? Тією ж готовою схемою, виведеною з минулого досвіду і розрахованою на випередження мінливих, скороминучих подій! Ми навіть не помічаємо, як мозок застосовує ці схеми. Наприклад, ми ЗНАЄМО, що до дерева за вікном далеко, а до самого вікна – близько, лише тому, що багато разів бачили, яке за розміром є типове дерево, і коли бачимо його меншим, розуміємо, що воно далеко.

Але це не свідомий висновок, мозок на основі стереотипів вирішує, який є розмір і яка відстань, і видає нам результат у вигляді ВПЕВНЕНОСТІ, що це так, а не інакше. І тому нас легко обманути зоровими ілюзіями. Ось на фото трійка **ОДНАКОВИХ** за розмірами авто (це легко перевірити), які ми впевнено сприймаємо як різні, тому що

нам здається, нібито більші стоять далі, а отже, мають бути більшими.



Наш мозок навчений діяти за стереотипом, більше того – переймати чужі стереотипи і бути в них впевненим (не витрачаючи час на сумніви та повторні перевірки). І насамперед **ми переймаємо стереотипи у тих питаннях, в яких не розуміємося**: в політичних, релігійних, культурних. А там, де ми є фахівцями, нам чужі стереотипи не потрібні, бо вони завжди надміру узагальнені та спрощені: скажімо, «білявки – наївні», «євреї – хитрі», «дорогі речі – якісніші».

Саме наївна спрощеність чи компетентність і є відмінністю своїх і чужих стереотипів: своїх порівняно мало і вони достатньо детальні («цей тип характеру відрізняється від того таким набором ознак»), тоді як чужі – розпливчасті й

неоднозначні. Втім, без чужих стереотипів на практиці не обійтися, бо сфера нашої некомпетентності набагато ширша за сферу фахових знань, а діяти у цій ширшій сфері все ж таки доводиться.

Тому сфера наших **власних стереотипів** – це сфера доволі реалістичних оцінювань і водночас СВІТ НЕНАДІЙНИХ, МІНЛИВИХ ІСТИН, в яких ми вміємо самостійно й ефективно орієнтуватися. Тоді як сфера **чужих стереотипів** складається з більш примітивних і розмитих суджень, які водночас мають КАТЕГОРИЧНИЙ, БЕЗАПЕЛЯЦІЙНИЙ ХАРАКТЕР. І все ж не квапимось їх засуджувати, адже **світ безумовних (хоча і чужих) істин – це те, що наповнює наше життя щастям.**

Є доволі очевидним, що до чужих істин варто ставитись обережно і не спішити їм довіряти, а ще краще – перевіряти. Але на практиці така перевірка займе надто багато часу, навіть у наш час, коли все можна «загуглити», притому, що ні часу, ні бажання у більшості на це не вистачає. Тому рекламники і політики навіть не дуже стараються, – мовляв, не біда, «піпл усе схаває».

Проте не кваптесь глузувати з «простих людей» (у сенсі – не фахівців): по-перше, всі ми у більшості питань навколишнього світу не є фахівцями і легко «ведемось» на обман, а по-друге, лише ця довірливість і робить можливим любов між чужими людьми, захоплення витворами мистецтва та вболівання за спортивну команду (попри всю некомпетентність у цих сферах). І погодьтеся, що без цих, афективних емоцій (а це означає «засліплених» і «нерозумних») життя було б прісним і нудним.

Більше того, саме таке життя, яке втрачає гарячість захоплення і вболівання, і спонукає замислюватися про його сенс, а якщо ви не знаходите нових хобі та любимців, то прісне життя доводить вас до депресії та психосоматичних захворювань. Адже, як стверджують фахівці з практичної

психології, якщо ви всерйоз задумались про сенс життя, отже ви уже хворі.

І нібито немає сенсу у всіх тих переживаннях, а часто і стражданнях, які несе із собою наша гарячність захоплень. Тому, скажімо, всі, хто не є вболівальниками, у розмові з останніми зі співчуттям говорять: «Та чого ти так побивася? Ну, програли – і що?» А насправді це їм треба співчувати – всім, хто не відчув ейфорії перемог і трагедії поразок, хто живе у тихій і геометрично банальній буденності, а отже – не живе повним життям.

Саме ці люди і вигадують додаткові вимоги під час оформлення довідок і написання звітів, створюють труднощі в простих питаннях, «щоби служба медом не здавалась», та і просто виконують свою роботу бездумно й бездарно. Вони ж у всіх закладах і установах масово беруть і дають хабарі, бо не поважають себе (а за що?) і продаються достатньо дешево.

Сфера фахової компетентності людей, що не мають сильних переживань – мізерна, а може і нульова, тоді як **світ чужих і безумовних істин є для них безмежним**, через що ставлення до нього стає **фанатичним**. Нормальна людина живе передусім у сфері фахової компетентності, а у світ безумовних істин виходить лише у пошуках сильних емоцій і щастя. Тоді як фанатик, скажімо, «російського світу», або умовного «Вінника», або теорії чистіс змови живе виключно в ілюзорному світі цих абсолютних істин (навіть якщо він має фах і десь працює – без душі і без думки) і виносить із цього світу лише ненависть.

Людина потребує сильних емоцій! Це безумовна істина, і саме ті, хто її не розуміє, а сильних емоцій побоюється, вони якраз і стають жертвами емоційного виснаження та депресій (а зовсім не ті, хто дозволяє собі відчувати «на повну»). Тому сфера, в якій ми не компетентні та в якій довіряємо чужим, абсолютним для нас істинам,

саме ця сфера і дарує найбільші сплески почуттів, принаймні, якщо ми правильно це робимо.

Чому так? Уявіть: якщо ви математик і вирішуєте квадратне рівняння або сантехнік і прочищаєте засмічення, то це навряд чи викликає у вас надмірні почуття. Але якщо ви математик і прочищаєте засмічення або сантехнік і вирішуєте квадратне рівняння (тобто займаєтесь тим, в чому не компетентні), то це викликає у вас набагато сильніші емоції, особливо якщо ви при цьому стараетесь.

Тож **абсолютні істини важливі** не лише як **1) орієнтири для оцінювання подій і прийняття рішень у сфері нашої некомпетентності** (або у сфері, в якій неможливо бути компетентним, як-от сфера стосунків), ці **істини ще більш важливі 2) для переживання сильних емоцій**. Якщо ці істини ми виробляємо самостійно, вони називаються особистими переконаннями і їх переживання є корисним і необхідним, а якщо переймаємо в інших, то вони стають упередженнями та вимагають сліпої віри.

Переконання – це бездоказові твердження, в які ми віримо, які вважаємо аксіомами, на кшталт «Ми, українці, найкращий народ у світі», «Львів – найкрасивіше місто», «Ця жінка – ліпша за всіх інших». Переконання дозволяють нам формувати систему оцінювань, ототожнюючи себе з кимось – на противагу іншим. Ту саму *систему оцінювань доповнюють і упередження, але вони зосереджені на протиставленні себе іншим і на приниженні їх.*

Переконання роблять нас щасливими, надихаючи на сильні емоції та рішучі вчинки, якими ми пишаємось, навіть якщо вони були невдалими. І ми радісно вірим у свої переконання, не шукаючи доказів «за» й ігноруючи докази «проти». Як писав Джордж Бернард Шоу, «Любов – це грубе перебільшення відмінностей між однією людиною та всіма іншими». І якщо це справжня любов (і, отже, справжнє переконання), то вона ніколи не розчарує.

А отже, істини, в яких ми не сумніваємося, роблять наше життя осмисленим, і роблять це не завдяки своїй логіці, а завдяки сильним емоціям, що забарвлюють життя, дають орієнтири та енергію досягнень. Крім того, переконання, а саме – віра в правильну мету дозволяє нам терпіти труднощі на шляху до неї, знаходити в собі психологічні ресурси і викладатись на повну заради дійсно своєї, не нав'язаної ззовні мети, а отже – бути далекоглядним, тобто справді розумним.

Якщо переконання вмикають у нас ейфорію та роблять щасливими, а наше життя – осмисленим, то упередження, які ми отримали ззовні та некритично засвоїли, натомість, від початку будять негативні почуття – розчарування, злість, заздрість, і підтримуються нами лише для скерування внутрішньої напруги на якийсь, «підходящий» для агресії об'єкт. Про це Ф. Крівін казав: «Куди більш жорстоко люди воюють за свої помилки та упередження, ніж за свої переконання».

Інакше кажучи, *упередження потрібні людині лише як замітник справжніх пристрастей і лише тому, що їй бракує власних переконань*. А їх немає, тому що переконання потребують зусиль для свого формування: треба робити чесні висновки зі своїх поразок (шукати причини в собі), випробувати нові методи досягнення успіху та формулювати з цього точні правила, яких потім неухильно дотримуватись.

А якщо не зробити хоч один із цих кроків, то залишиться знаходити собі виправдання і звинувачувати інших, а віру в ці хибні висновки засновувати на тому, що «так думають всі». Наприклад, замість чесного висновку, що «той чоловік мене обманув, бо я дуже хотіла подобатись і тому шукала не «споріднену душу», а того, хто подобається всім», дівчина може заспокоїти совість упередженням, що «всі чоловіки – обманщики».

А де ж тоді взяти сильні емоції, якщо остерігатись любові до когось чи до чогось? Із альтернатив залишається лише «адреналінова залежність» того чи іншого масштабу: азартні ігри, бразильські (а тепер уже й українські) мелодраматичні серіали, службові інтриги, політико-ідеологічна боротьба або фанатичні релігійні «розбірки».

Ось чому так багато людей схильні до **ігроманії**: це не тому, що вони НЕ ЗНАЮТЬ про мізерні шанси збагатитися на ігрових автоматах, а тому, що **ця гра робить їх «живими», а їх тьмяне життя – хоч на мить яскравим**. Вони платять саме за наркотик сильних емоцій і безумовних цілей, і якщо його не буде у вигляді азартної гри, то його знайдуть у вигляді справжніх наркотиків. А насправді їм потрібно створювати свої істини і вірити в них, щоб розцвічувати своє життя власними сильними емоціями.

Інакше кажучи, віра буває 1) психічно здоровою **впевненістю у власні ціннісні аксіоми** (які систематизують наш світогляд, додають сильних і щасливих емоцій та надихають на рішучі дії), а також 2) фанатичною **відмовою замислюватись над правильністю запозичених ідей** (які породжують когнітивний догматизм, примітивні емоції ненависті та обожнення і безвольність у поведінці).

Проте в обох випадках це віра, тобто прояв світу безумовних істин!

* * *

Додаток 1.2. Експериментальні дослідження соціальних функцій релігійності

За статтею: Степнов А. Религиозный прорыв. URL: <http://ethology.ru/library/?id=366>

Собравшиеся в небольшой комнате студенты старательно пишут короткие предложения на листках бумаги. «Это – священная земля», – выводит один из них. «И тогда

явился ей Он», – записывает другой. Через несколько минут все сидящие в аудитории заканчивают с заданием и сдают свои работы. Посторонний наблюдатель скорее всего принял бы это за экзамен по богословию. Но на самом деле это научный эксперимент, проведенный несколько лет назад психологом из Университета Британской Колумбии Азимом Шарифом. Разобравшиеся с письменным заданием добровольцы не скоро попали домой – опыт только начинался. Заставив студентов исписать листки бумаги специально подобранными словами, ученый добился того, что все подопечные хотя бы несколько минут думали о религии.

Другая группа в то же время выводила на бумаге нейтральные предложения. Затем Шариф предложил студентам разделить между собой небольшую сумму денег. Причем одним участникам эксперимента ученый разрешил самостоятельно назначать размер своего вознаграждения, а другие были вынуждены довольствоваться тем, что осталось. Иногда они и вовсе лишались денег – привилегированные участники дележки забирали себе все, что можно.

Студенты, которых психолог заставлял задуматься о вечном, делали так в два раза реже. Это правило распространялось даже на тех, кто перед началом эксперимента заявил, что совсем не верит в бога. Неудивительно, что опубликованная психологом статья наделала много шума. Но заинтересовала она не только верующих и религиоведов. Эксперимент Шарифа пришелся по душе антропологам, которые давно пытаются подвести под веру в бога научную базу.

Все больше исследователей считают, что религия – это не просто побочный продукт развития человеческого мозга, а очень полезное приспособление. Возникнув много лет назад, она изменила не только общество, но и самих людей. За последние несколько лет ученые обнаружили гены, эволюция

которых могла сделать человека более религиозным. А совсем недавно итальянские исследователи указали на области мозга, от которых зависит отношение человека к сверхъестественному.

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ

Азим Шариф вспоминает еще один эксперимент, реакцию участников которого можно было сравнить с поведением его подопечных. Этот опыт в 2006 году провела психолог из Университета Ньюкастла Мелиса Бейтсон. Вот только ее подопытные понятия не имели, что стали объектом изучения. Исследовательнице приглянулся способ, которым в столовой ее университета собирали оплату за каждую выпитую чашку чая или кофе. Специального автомата для продажи напитков в студенческом городке не было, и вместо этого каждый желающий наливал их себе сам и клал деньги в специальную копилку. Никто за покупателями при этом не следил, и при желании они вполне могли выпить кофе бесплатно.

Бейтсон договорилась с администрацией университета и взяла торговлю под свой контроль. Ежедневно исследовательница подсчитывала расход напитков в столовой и сумму вырученных денег. Ей быстро стало понятно, что посетители столовой периодически нарушают правила. Психологу удалось исправить эту ситуацию, не ловя никого за руку. Бейтсон нарисовала на коробке для денег изображение человеческих глаз. Они были изображены так, что подходящему к копилке казалось, что ему пристально смотрят прямо в глаза.

Этого оказалось достаточно для того, чтобы посетители столовой стали более честными. «Все дело заключается именно в иллюзии наличия постороннего наблюдателя, – объясняет Азим Шариф. – Ощущение того, что за ними кто-то следит, заставляет людей критически оценивать

собственные поступки». Сами правила не так заботят людей, рассуждает ученый, как их собственная репутация.

Создав много лет назад первые примитивные религии, люди сами поставили над собой наблюдателей, которые, как верили они, могут наказать их за нарушение устоев. Мысли о боге продолжают влиять на поведение людей и сейчас. По крайней мере так показал эксперимент Шарифа.

Голландский социолог Франк Роес в своей работе как раз изучал моральные устои. Он собрал описание верований, распространенных в 186 странах мира. Среди них были как классические мировые религии, так и совсем малоизвестные культы. Ученого интересовал свод правил, которыми были обязаны руководствоваться их приверженцы. Строгость богов ученый оценивал по специальной шкале. Одни религии рисовали образ божеств, диктующих своей пастве как правильно жить и относиться друг к другу. А другие верования были построены вокруг богов, которые не судили людей за их поступки. Сообщества, в которых религия была жестко связана с моралью, оказывались успешнее – они включали в себя большее число людей.

Антрополог из Университета Коннектикута Ричард Сосис уверен в том, что полезной для общества может быть и формальная сторона религий – ритуалы. «Успешное существование сообщества зависит от того, как эффективно их представители взаимодействуют между собой», – рассуждает Ричард Сосис. Этому способствует доверие между членами таких коллективов. А его как раз и укрепляют ритуалы. «Выполняя требующие больших усилий действия, члены религиозных сообществ сигнализируют о своей приверженности общему делу», – объясняет ученый. «Действия говорят громче слов», – соглашается психолог Джозеф Генрих из Университета Британской Колумбии. Он уверен, что именно благодаря этому из примитивных культов

возникли сложные религии. Ритуалы очень давно объединили между собой наших предков.

Группы, в которых возникли первые верования, получили серьезные преимущества - в них было значительно меньше раздоров. С этого момента число приверженцев таких культов только росло. А не способные принять это новшество сообщества распадались одно за другим.

БОЖЕСТВЕННАЯ ХИРУРГИЯ

Чтобы стать членом одного из таких культов, древним предкам человека не было достаточно просто желания. Религия требовала от них совершенно определенного строения мозга, утверждает американский антрополог Джеймс Макклеон. Например, даже само предположение о существовании высших сил невозможно сделать без развитого воображения. А способность человека наделять предметы свойствами живых существ требует развитого абстрактного мышления. Антрополог уверен, что примитивные верования преобразили не только древние сообщества – изменились и сами люди. Потребность человека соответствовать этим новым нормам стала причиной эволюции. Необходимые для участия в ритуалах психологические способности передавались из поколения в поколение.

Вполне возможно, что Макклеон прав. В 2007 году его гипотеза перестала выглядеть экстравагантно. Ее подкрепил своей работой биолог из Упсальского университета Кент Нилссон. В своем эксперименте он обнаружил ген, влияющий на склонность человека к вере в сверхъестественное. Эту особенность ученый оценивал с помощью специального теста. Наличие в ДНК одной из форм гена AP-22 коррелировало с результатами психологического исследования. Этот ген управляет развитием мозга у человеческих эмбрионов. От его структуры зависят многие особенности строения этого органа.

То, что мозг атеиста и религиозного человека работают по-разному, доказал в своей работе нейрофизиолог из Университета Торонто Майкл Инзлихт. Он собрал в своей лаборатории целую команду добровольцев, которым поручил выполнять несложное задание. На экране быстро появлялись и гасли слова, а участники эксперимента должны были отреагировать на них и нажать одну из кнопок на клавиатуре. Все это время активность их мозга записывал энцефалограф.

Задача требовала хорошей реакции, и рано или поздно все подопечные Инзлихта нажимали неверную клавишу. В их мозгу тут же срабатывал участок коры, отвечающий за чувство тревоги. У верующих людей активность этой области была существенно ниже. Но убедительно доказать связь между строением головного мозга и религиозностью удалось совсем недавно.

Это сделал медик из Университета Удины Косимо Ургеси. Его работа была опубликована месяц назад в престижном нейрофизиологическом журнале *Neuron*. Участниками эксперимента итальянского ученого были люди, страдающие от рака. За несколько месяцев до операции медик предлагал им пройти психологический тест – так он определял их склонность к вере в сверхъестественное.

Вопросы этого теста не относились напрямую к какой-то религии. Ученого интересовало, верит ли вообще человек в высший замысел. Потом хирурги удаляли из мозга пациентов опухоль, и примерно через год эти люди заново проходили тест. Пациенты, у которых во время операции были затронуты участки теменной коры головного мозга, заполнили свои анкеты совсем не так, как год назад. Уровень их интеллекта не изменился, но они стали более склонны к мистике.

За статью: Марков А. Религиозность населения не способствует процветанию общества. *Элементы*. URL: <http://elementy.ru/news/431139>

Комплексный анализ многих десятков социально-экономических показателей в 17 процветающих странах «первого мира» не подтвердил гипотезу о том, что высокий уровень религиозности населения способствует благополучию общества. Напротив, по совокупности всех доступных показателей наиболее религиозные общества оказались наименее благополучными.

Среди социологов нет единого мнения о том, какую роль – положительную или отрицательную – играет религия в современных высокоразвитых обществах. Одни авторы утверждают, что массовая вера в бога или богов, поощряющих высокоморальное поведение и наказывающих за грехи, способствует общественному благополучию (снижению преступности, коррупции, экономическому процветанию и т. д.). Другие исследователи доказывают, что разумная политика светских правительств гораздо важнее для процветания общества, чем массовая религиозность населения. Некоторые факты указывают и на возможное негативное влияние религиозности. Серьезных научных исследований по данному вопросу проведено на удивление мало, и ни в одном из них не были учтены одновременно все значимые (и доступные для анализа) социально-экономические показатели. Отчасти это связано с тем, что изучение подобных вопросов часто наталкивается на разнообразные препятствия морально-этического и политического характера.

Этот пробел попытался восполнить Грегори Пол – независимый американский исследователь с весьма широким кругом интересов, простирающихся от палеонтологии (Пол известен как крупный специалист по динозаврам) до социологии и религиоведения. В своей новой статье, опубликованной в журнале *Evolutionary Psychology*, Пол приводит результаты комплексного кросс-национального анализа, целью которого была проверка двух альтернативных

гипотез о влиянии массовой религиозности на общественное благополучие. Первая из этих гипотез (“the moral-creator socioeconomic hypothesis”) постулирует сильное положительное влияние массовой веры в бога (богов), равнодушных к вопросам морали, на социально-экономическое благополучие общества. Вторая гипотеза (“the secular-democratic socioeconomic hypothesis”) предполагает, что религиозность в современных развитых обществах является, наоборот, негативным фактором, тормозящим рост социального благополучия. Теоретически возможен и третий вариант: религиозность вообще не оказывает влияния на ключевые социально-экономические показатели, или ее влияние полностью «перекрыто» и замаскировано другими, более важными факторами. Первая гипотеза предсказывает наличие положительной корреляции между религиозностью общества и общественным благополучием, вторая предсказывает отрицательную корреляцию, третья – отсутствие значимой корреляции.

В действительности, конечно, всё несколько сложнее, и пространство логических возможностей вовсе не исчерпывается перечисленными гипотезами. Например, уровень религиозности может быть не причиной, а следствием того или иного уровня общественного благополучия, которое, в свою очередь, зависит от каких-то иных факторов. Тогда мы будем наблюдать значимую корреляцию между религиозностью и благополучием, но эта корреляция не будет свидетельствовать о влиянии первой на второе. То же самое может наблюдаться и в том случае, если какой-либо «третий фактор» одновременно влияет и на религиозность, и на благополучие общества. Как обойти эти методологические трудности? Один из возможных путей – включить в анализ как можно больше переменных, в идеале – учесть все доступные социально-экономические показатели, которые могут иметь отношение к делу. В этом случае

вероятность того, что из поля зрения исследователя выпадут ключевые факторы, так или иначе связанные с интересующими нас показателями (религиозностью и общественным благополучием), станет минимальной.

Именно это и попытался сделать Пол (подробное описание методики приведено в статье, которая находится в открытом доступе). В анализ были включены только данные по благополучным, процветающим демократическим государствам «первого мира» с населением около 4 млн человек или более. Всего было учтено 17 стран, данные по которым в международных базах и опубликованных сводках являются наиболее полными, достоверными и взаимно сравнимыми: США, Ирландия, Италия, Австрия, Швейцария, Испания, Канада, Новая Зеландия, Австралия, Нидерланды, Норвегия, Англия, Германия, Франция, Дания, Япония, Швеция. Список приведен в порядке убывания комплексного показателя религиозности населения (см. ниже): от самых религиозных стран к наиболее светским. Пол не включил в анализ страны второго и третьего мира, потому что это привело бы к трудноразрешимым методологическим проблемам. Например, среди этих стран наименьший уровень религиозности характерен для ряда пост-коммунистических государств, но при этом совершенно очевидно, что низкий уровень религиозности связан не столько с тем или иным уровнем общественного благополучия, сколько с последствиями длительного насаждения коммунистической идеологии. Кроме того, в странах, включенных в анализ, люди могут более или менее свободно выбирать мировоззрение, тогда как в некоторых странах третьего мира за публичный отказ от общепринятой религии могут и голову отрубить – тут уж не до кросс-культурного анализа...

Для оценки уровня религиозности населения использовалось около дюжины показателей, в том числе: доля людей, безоговорочно верящих в Бога-творца (или

богов-творцов); «библейских literalистов» – людей, настаивающих на буквальном понимании Библии; регулярных участников коллективных богослужений; регулярно молящихся; верящих в загробную жизнь, рай и ад; доля атеистов и агностиков; доля людей, признающих происхождение человека путем эволюции от низших животных и т. д. Всевозможные «суеверия» и антинаучные представления (например, вера в привидения или астрологию) в данном исследовании не считались показателями религиозности. По мнению автора, такие взгляды имеют гораздо меньшее социально-политическое значение, чем приверженность «настоящим» религиям. Все эти показатели анализировались как по отдельности, так и вместе: автор составил из них комплексный «индекс религиозности населения» (*popular religiosity versus secularism scale, PRVSS*), который, в свою очередь, сопоставлялся с индивидуальными и комплексными показателями общественного благополучия.

Для оценки уровня благополучия общества Пол отобрал 25 наиболее достоверных социально-экономических показателей, в том числе: число убийств и самоубийств (отдельно рассматривались самоубийства среди молодежи), детская смертность, продолжительность жизни (*life expectancy*), частота заболеваний гонореей и сифилисом (отдельно – среди подростков), число аборт среди несовершеннолетних, число родов в возрасте 15–17 лет, число бракосочетаний и разводов, потребление алкоголя, уровень удовлетворенности жизнью, доход на душу населения, уровень имущественного неравенства (индекс Джини), бедности, коррупции, безработицы и др. Из всех этих показателей Пол сконструировал комплексный «индекс общественного благополучия» (*successful societies scale, SSS*), который использовался в исследовании наряду с индивидуальными социально-экономическими показателями.

Кроме того, были учтены показатели, отражающие уровень разнородности (фракционализации) общества, число иммигрантов, экологическую ситуацию в стране.

В статье скрупулезно разбираются соотношения между всеми этими показателями в 17 исследуемых странах. Основным результатом является обнаруженная Полом сильная и статистически достоверная положительная корреляция между благополучием общества и уровнем его «светскости». Иными словами, оказалось, что чем выше религиозность населения, тем ниже уровень общественного благополучия, и наоборот. Однако есть и исключения. Так, уровень убийств положительно коррелирует с религиозностью только за счет США, поскольку в этой наиболее религиозной стране число убийств на душу населения намного выше, чем в любом другом государстве «первого мира». Если исключить из рассмотрения США, корреляция пропадает, так как в остальных 16 странах уровень убийств, по-видимому, уже приблизился к своему потенциально достижимому минимуму.

Уровень самоубийств, по данным Пола, практически не зависит от религиозности населения (результаты по самоубийствам среди молодежи чуть-чуть в пользу светских стран, по самоубийствам среди людей всех возрастов – в пользу религиозных). Слухи об аномально высоком уровне самоубийств в малорелигиозных скандинавских странах – не более чем слухи. Сильная положительная корреляция обнаружилась между религиозностью населения и детской смертностью: чем религиознее страна, тем выше детская смертность. Число аборт среди несовершеннолетних достоверно ниже в светских странах, чем в религиозных. По производству ВВП религиозные страны чуть впереди, однако по уровню имущественного равенства нерелигиозные страны их резко опережают (чем выше уровень религиозности, тем выше индекс Джини, отражающий неравномерность

распределения материальных благ среди населения). В соответствии с этим и процент бедняков в религиозных странах существенно выше.

Тема 2. Психологічні особливості ранніх форм релігії³⁷⁾

1. Первісне мислення³⁸⁾. Табу³⁹⁾ і ритуал⁴⁰⁾.
2. Шаманізм⁴¹⁾, магія⁴²⁾. К. Кастанеда і нагуалізм⁴³⁾.

³⁷⁾ По всіх питаннях цієї теми див.: Токарев С.А. Ранние формы религии. Москва, 1990. 622 с. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=556854>;

³⁸⁾ Леви-Брюль Л. Первобытный менталитет. Санкт-Петербург, 2002. 400 с. URL: <https://coollib.com/b/367825>; Лурия А. Р. Этапы пройденного пути. Научная автобиография. (Глава 4. Культурные различия и интеллектуальная деятельность). Москва, 1982. URL: http://www.humanbrain.ru/luria/the-making-of-mind_04.htm; Леви-Строс К. Первісне мислення. Київ, 2000. 324. URL: <https://cutt.ly/8dB2KYn>;

³⁹⁾ Фрээр Дж. Золотая ветвь: Исследование магии и религии. (Гл. XIX – XXII). Москва, 2001. 528 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/freze01/index.htm>; Фрейд З. Тотем и табу. Психология первобытной культуры и религии. URL: https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/fr_tabu/;

⁴⁰⁾ Пивоваров Д. В. Философия религии. Праксеология религии: уч. пос. Москва, 2019. 474 с. URL: <https://studme.org/262157/filosofiya/ritual>; Матюхина Ю. А. Мировые культы и ритуалы. Могущество и сила древних. Москва, 2011. 304 с. URL: <https://religion.wikireading.ru/64352>;

⁴¹⁾ Торчинов Е. А. Религии мира: Опыт запредельного: Психотехника и трансперсональные состояния. Санкт-Петербург, 1998. 384 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/torch01/txt04.htm#2>; Элиаде М. Шаманизм и архаические техники экстаза. Москва, 2014 552 с. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=69785>; Зубов А. Б. История религий. Книга первая: Доисторические и внеисторические религии. Курс лекций (Лекция 8. Шаманизм). Москва, 1997 344 с. URL: <https://religion.wikireading.ru/168395>; Диксон О. Шаманские ритуалы и боевые практики. Москва, 2002. 208 с. URL: <https://klex.ru/ft6>; Козлов В., Карамышев А. Шаманизм: онтология, психология, психотехника. URL: <https://klex.ru/cma>; ще: <https://www.rulit.me/books/ontologiya-shamanizma-read-456409-1.html>; Бакленд Рэймонд. Цыгане: тайны жизни и традиции.

3. Фетишизм⁴⁴⁾. Анімізм⁴⁵⁾. Культ предків⁴⁶⁾.

Москва, 2003. 240 с. URL: https://www.e-reading.club/chapter.php/3933/116/Baklend_-_Cygane._Tainy_zhizni_i_tradicii.html; Басилов В. Н. Избранники духов. Москва: Политиздат, 1984. 208 с. URL: http://e-puzzle.ru/page.php?al=basilov_v_n__izbranniki_; Харитонов В. Шаманская болезнь. URL: <https://postnauka.ru/video/52246>; Ксенофонтов Г. В. Шаманизм. Избранные труды. Якутск: Север-Юг, 1992. 320 с. URL: <https://na5ballov.pro/lib/relig/4947-ksenofontov-gv-shamanizm-izbrannye-trudy.html>; Маккенна Т. Пища богов. URL: <https://www.rulit.me/books/pishcha-bogov-read-134480-1.html>; інші книги із шаманізму: <http://e-puzzle.ru/page.php?al=alias3842>;

⁴²⁾ Фрэзер Дж. Золотая ветвь: Исследование магии и религии. (Гл. II – XXVI). Москва, 2001. 528 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/freze01/index.htm>; Першин Ю. Ю., Ахмадишина В. И. Архаическое сознание и религиозность человека: очерки по археологии религии. Омск, 2012. 469 с. URL: <https://bookucheba.com/istoriya-religiy-knigi/pervobyitnaya-magiya-kak-proyavlenie-33375.html>; Смирнова И. Величайшие загадки и тайны магии. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=1023287>; Фаббро Ф. Употребляли ли ранние христиане галлюциногенные грибы? URL: <https://front.gnostik.ru/fabbro.htm>;

⁴³⁾ Кастанеда К. Учение дона Хуана. Отделенная реальность. Путешествие в Икстлан. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=1029718>; Теун Марез. Учение толтеков. Кн. 1. Возвращение воинов. URL: http://www.avatargroup.ru/Biblioteka/Teun_Marez_-_Uchenie_Toltekov.aspx#_Точ79931178; http://cyclowiki.org/wiki/Нагвализм_Карлоса_Кастанеды; Нагуализм. Книги. URL: <https://www.koob.ru/nagualism/>; Витюк К. «Путь воина» Карлоса Кастанеды: Как пройти?. URL: <https://republic.ru/posts/72774>; https://chaparral.space/wiki/Путь_воина;

⁴⁴⁾ Кабо В. Круг и крест. Размышления этнолога о первобытной духовности. URL: <http://aboriginals.narod.ru/cc12.htm>; Фетишизм. URL: <http://ec-dejavu.ru/f/Fetishism.html>; <https://uk.wikipedia.org/wiki/Фетишизм>;

⁴⁵⁾ Тайлор Э. Б. Первобытная культура. Москва, 1989. 73 с. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=96664&p=97#>; Зубов А. Б. История религий. Книга первая: Доисторические и внеисторические религии. Курс лекций. Москва, 1997. 344 с. URL: <https://religion.wikireading.ru/168389>;

4. Тотемізм⁴⁷⁾ і світове дерево⁴⁸⁾. Жертвоприношення⁴⁹⁾.
5. Культ тайних союзів⁵⁰⁾. Ініціації⁵¹⁾. Містерії⁵²⁾.

⁴⁶⁾ Культ предков. URL <https://postnauka.ru/themes/kult-predkov>;
https://ru.wikipedia.org/wiki/Культ_предков; Токарев С. А. Ранние формы религии. URL: https://www.litmir.me/br/?b=556854&p=60#section_86;
Ермаков М. Культ предков в Китае: прошлое - настоящее - будущее. URL: <http://magazines.russ.ru/zvezda/2007/5/er12.html>;

⁴⁷⁾ Кабо В. Круг и крест. Размышления этнолога о первобытной духовности. URL: <http://aboriginals.narod.ru/cc8.htm>; Зубов А.Б. История религий. Книга первая: Доисторические и внеисторические религии. Курс лекций. Москва, 1997. 344 с. URL: <https://religion.wikireading.ru/168386>;
Абраменкова В. В. Проблема отчуждения в психологии. URL: <http://www.voppsy.ru/issues/1990/901/901005.htm>;

⁴⁸⁾ Зубов А. Б. История религий. Книга первая: Доисторические и внеисторические религии. Курс лекций. Москва, 1997. 344 с. URL: <https://religion.wikireading.ru/168387>; Мировое дерево в легендах и мифах народов мира. URL: https://rgdn.info/mirovoe_derevo;
https://uk.wikipedia.org/wiki/Світове_дерево;
https://ru.wikipedia.org/wiki/Мировое_дерево;
[https://ru.wikipedia.org/wiki/Дерево_жизни_\(мифология\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Дерево_жизни_(мифология));

⁴⁹⁾ Дмитриева Т. Н. О неоднозначности понятия «жертвоприношение». URL: www.kunstkamera.ru/files/lib/978-5-88431-275-3/978-5-88431-275-3_29.pdf; Зубов А. Б. История религий. Книга первая: Доисторические и внеисторические религии. Курс лекций. Москва, 1997. 344 с. URL: <https://religion.wikireading.ru/168393>; Элиаде М. Мифы, сновидения, мистерии. Москва, Киев, 1996. 288 с. URL: https://www.rulit.me/books/mify-snovideniya-misterii-read-239732-45.html#section_49; Фрэзер Дж. Золотая ветвь: Исследование магии и религии. (Гл. XXVI, L – LIX, LXIV). Москва, 2001. 528 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/freze01/index.htm> Матюхина Ю.А. Мировые культы и ритуалы. Могущество и сила древних. Москва, 2011. 304 с. URL: <http://flibusta.site/b/281579>;

⁵⁰⁾ Элиаде М. Мифы, сновидения, мистерии. Москва, Киев, 1996.- 288 с. URL: <https://www.rulit.me/books/mify-snovideniya-misterii-read-239732-48.html>; Токарев С. А. Ранние формы религии. URL: https://www.litmir.me/br/?b=556854&p=72#section_107; Буккер И. Тайные общества, о которых никто не знает. URL: https://www.pravda.ru/mysterious/1390851-secret_societies/;

⁵¹⁾ Генон Р. Заметки об инициации // Символика креста / Рене Генон. Москва, 2008. 704 с. URL: <https://www.e->

6. Міфологія⁵³⁾. Аполлонічні та діонісійські засади світогляду⁵⁴⁾.

Додаток 2.1. Шаманська хвороба.

Додаток 2.2. Шаманізм. Психологічний аналіз.

reading.club/book.php?book=85283; Кабо В. Круг и крест. Размышления этнолога о первобытной духовности. URL: <http://aboriginals.narod.ru/cc5.htm>;

⁵²⁾ Райкова О. А. Элевсинские мистерии как способ прижизненного переживания смерти. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/elevsinskie-misterii-kak-sposob-prizhiznennogo-perezhivaniya-smerti>; Палмер Х. М. Энциклопедическое изложение масонской, герметической, каббалистической и розенкрейцеровской символической философии. URL: <https://religion.wikireading.ru/79332>; Египетские, Дионисийские, Элевсинские мистерии. URL: <http://myfhology.info/history/misterios.html>;

⁵³⁾ Токарев С. А. Ранние формы религии. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=556854&p=124>; Кэмпбелл Дж. Мифы и личностные изменения. Путь к блаженству. Санкт-Петербург, 2017. 256 с. URL: https://www.litmir.me/br/?b=564323&p=5#section_9; Малиновский Б. Магия, наука и религия. Москва, 1998. 304 с. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=215651>; Жирар Рене. Козел отпущения / Пер. с фр. Г. Дашевского. Санкт-Петербург, 2010. 336 с. URL: <https://bookcheba.com/religi-y-istoriya/kozel-otpuscheniya-per-dashevskogo-pre-disl.html>; Пивоев В. М. Мифологическое сознание как способ освоения мира. Петрозаводск, 1991. 111 с. URL: <http://filosof.historic.ru/books/item/f00/s00/z0000933/st000.shtml>;

Элиаде М. Мифы, сновидения, мистерии. Москва, Киев, 1996. 288 с. URL: https://www.rulit.me/books/mify-snovideniya-misterii-read-239732-38.html#section_36; Тайлор Э. Б. Первобытная культура. Москва, 1989. 573 с. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=96664&p=56#>; Зелинский Ф. Психология древнегреческого мифа. URL: <http://nncclub.to/forum/viewtopic.php?t=1387378>; Зелинский Ф. Древнегреческая религия. URL: <http://psylib.org.ua/books/zelin01/index.htm>;

⁵⁴⁾ Про аполлонічні та діонісійські засади світогляду див.: <https://psychosearch.ru/biblio/filosof/friedrich-nietzsche/157-apollonicheskoe-i-dionisijskoe-nachalo-segodnya>; <http://concepture.club/post/5-konceptov-filosofii-nicshе/apollonizm-i-dionisijstvo>; <http://www.freepapers.ru/7/apollonchne-ta-donsjske-yak-kategor/182849.1094921.list1.html>

1. Первісне мислення (інакше – дологічне, архаїчне), характерне для людей у додержавному стані суспільства, тобто до «неолітичної революції» та появи скотарства, ремісництва і торгівлі, і має такі риси:

А) **Первісне мислення**, так само, як і дитяче дошкільне, не містить абстрактних термінів і тому навіть *абстрактні зображення інтерпретує як зображення конкретних, відомих предметів*. Так, на рисунку 1 фігури 2 і 7 вважались опитуваними із дологічним мисленням однаковими – на тій підставі, що це, мовляв, віконні рами, тоді як фігури 1 і 3 сприймалися як абсолютно відмінні, адже



Рис. 1

«перша – це монета, а друга – місяць». Крім того, вони *нездатні були підрахувати* кількість чого-небудь, навіть якщо вміли вказувати на предмети й називати цифри у правильному порядку: «Один, два, три, чотири...», адже цифри були для них тимчасовою назвою для цих предметів, а не якимось абстрактним числом.

У них також *не буває загальної назви основних кольорів* (оскільки це теж абстракція), а є безліч конкретних назв для відтінків кольору конкретних, важливих для них об'єктів у конкретних умовах спостереження: «Колір такої-то трави навесні», «колір тутового листа влітку біля ставка», «колір молодого горошку у такого-то хазяїна». Коли їм запропонували скласти разом мотки ниток однакового кольору, вони заперечили, говорячи, що кожен моток відрізняється від іншого.

Б) У них не існує класифікацій, бо для цього теж потрібна якась абстрактна назва і *виділення якоїсь спільної абстрактної ознаки для всього класу* (єдиної логічної

підстави). Натомість вони поєднують речі за можливістю їх прикладного використання разом: «Лопата, граблі, сапка і собака... – Тут нічого не є зайвим, адже коли ми попрацюємо й захочемо відпочити, хто стерегтиме речі? Собака!»

В) Вони нездатні робити логічний умовивід: «На Далекій Півночі, де сніг, всі ведмеді білі. Нова Земля – на Далекій Півночі. Якого кольору там ведмеді?» – «Я ніколи не був на півночі і не бачив ведмедів. Якщо Ви хочете, щоб Вам відповіли на це питання, запитайте людей, які там побували і бачили їх». Річ у тім, що фраза «на Півночі всі ведмеді білі» – це закономірність, а вони **не знають закономірностей, тобто розвитку подій, що не залежить від чийхось бажань** (є об'єктивним) і тому **повторюється постійно та безумовно**, даючи можливість його **прогнозувати і планувати** свої дії. Ці ж люди відмітають саму можливість універсальних закономірностей: «Різні бувають ведмеді. Якщо народився червоним, таким він і залишиться».

А відсутність закономірностей вони заміняють догматичними, «священними» правилами: абсолютними заборонами – **табу** – і беззаперечними приписами щодо певних дій, тобто **ритуалами**, які дозволяють на практиці уникати явних помилок і використовувати успішний досвід, не розуміючи причини успіхів і невдач.

І хоча це виглядає як нерозвинутість розуму, насправді це просто **інший розум – образно-емоційний**, в якому немає **штучних емоцій** (образи, ревності, сорому) і **хибних емоційних звичок**, заснованих на чужих **дораціональних установках** (жорстокості, підлості, обману). А головне – у них немає дріб'язковості, нерішучості, боягузтва, тобто всього того, що є ознаками **фрагментованої** (а отже, психологічно нездорової) **особистості**, з якою доводиться працювати священникам, психологам і психіатрам. Вони є реліктом саме того «Золотого віку» або «Едему», який люди покинули, покуштувавши з «Дерева пізнання» і про який

ностальгічно розповідають усі релігії та міфи, згадуючи, що там люди були справді щасливі, адже **не ганялися за примарними цілями, нічим не жертвували й ні до чого себе не змушували, були собою і розуміли, що справді є у житті важливим!** Більше того, саме до такого, первісного стану душі і прагнуть повернути людину всі релігійні настанови та психотехніки – аскетизм, молитва, медитація тощо.

Яскравим прикладом цієї дологічної ментальності є плем'я піраха, що живе в бразильській амазонії: вони абсолютно не розуміють того, як приїжджий проповідник може вірити в Христа, якщо він його ніколи не бачив особисто. У них немає складних речень (рекурсії) на кшталт англійського віршика «Дім, який збудував Джек» і, відповідно, немає сполучників «і», «або». Мало сплять – не більше 15–30 хвилин поспіль (засинаючи там, де їх застав напад сонливості) і всього до трьох годин за добу, вважаючи, що через сон людина стає напівмертвою і наближає свою смерть. А щоб зберігати бадьорість, вони їдять гуарану та інші рослини з високим вмістом кофеїну. Вони не відрізняють сон і реальність, за всіма подіями бачать дії духів, спілкуються з ними і намагаються дотримуватися їх велінь. Вони часто відчують жах перед тим, чого не розуміють, а таким навколо них є майже все. Втім, **не бояться страху і не страждають від нього**, а вважають його навіть дещо приємним: це почуття їх веселить (як сьогодні – «адреналінових наркоманів»).

Натомість у них немає почуттів сорому чи провини (бо це – соціальні почуття), жалю, безцільної допитливості, бажання щось вигадувати (немає міфів, малюнків, пісень, танців та іншого фольклору) і планувати на майбутнє (зокрема, вони ніколи не роблять запасів, хіба що жінки вирощують трохи зелені, та й то, швидше від жіночої тяги чимось опікуватися). Не ганяються за красивими речами,

наприклад, за брязкальцями, як інші індіанці. Не переживають горя від втрати родичів і не відчувають злості та агресії до будь-кого, сприймаючи все, що відбувається як належне. Якщо хтось не користується своєю річчю, отже, вона йому не потрібна і вони можуть її забрати, але якщо цей факт його засмутить, її обов'язково повернуть – без жодних вибачень. Але так само легко можуть і свою здобич віддати сусіду, хоча самим прийдеться поголодувати (адже «багато їсти небезпечно»). Не мають почуття ревнощів і постійних шлюбів.

Вони не змагаються, бо ні з ким себе не порівнюють і не мають далекої мети, до якої треба прагнути. Коли немає завдання вполювати щось у їжу або терміново поремонтувати, вони цілий день лежать без діла, не зронивши жодного слова. Зате у них не буває *синдрому хронічної втоми* (хоча їм іноді доводиться працювати важко і подовгу), *депресії* або *меланхолії*, не кажучи про тяжчі *психічні розлади*⁵⁵⁾. «Цивілізованих» людей вони вважають несповна розуму, бо ті весь час кудись поспішають, у них «бігають очі» і вони ходять постійно стривожені й засмучені, хоча людям піраха зрозуміло, що підстав для таких переживань просто немає!

Виходить, що в цих людей немає релігії (а це – факт, і їх здивування щодо Христа лише підтверджує, що неможливість появи у них дораціональних установок, хибних емоційних звичок і бездумно виконуваних моделей поведінки не дає з'явитися релігії) тому, що **вони не є нещасними**, їх не пригнічує життя і вони самі себе не мучать. Що ж до їх уявлень про духів, то це не анімізм як початок релігії, а просто такий спосіб пояснення (каузальної атрибуції) важливих для них подій, інакший, але не гірший від нашого

⁵⁵⁾ Чужой А. Люди піраха. *Discovery*. 2013. №7, с. 98–102;

Лешуконский А. Секрет счастья индейцев пираха. *Тайны XX века*. 2014. № 25. с. 28–29.

спосіб, адже і ми не раз змінювали свої пояснення, і сьогодні теж не можемо бути впевнені, що все правильно розуміємо. Але ж ми через це не вважаємо свої погляди релігією. Тому в первісних людей був не анімізм як атрибут релігії, а просто **анімістична картина світу**, уявлення, що всі події продукуються бажаннями якихось духів (тобто не мають об'єктивних причин) і що самі вони колись теж стануть духами (тобто між ними і духами немає прірви, це не ієрархічно різні світи).

2. **Магія** має **три** принципово різні **види**: (1) **аматорська**, доступна кожному, (2) **шаманська**, професійна і (3) **церковна**, інституціоналізована⁵⁶). Аматорська магія притаманна дорелігійному етапу первісного суспільства, але існує фактично досьогодні в межах різних містичних, окультних течій (алхіміків, масонів, суфіїв, кабалістів, сатаністів), чим викликає шалену ворожість представників церковної магії, чию монополію на проведення таїнств і ритуалів вони порушують. Якщо аматорська магія – це прояв згадуваної «*ілюзії контролю*», а отже, більше психологічний феномен, ніж релігійний, то церковна магія є швидше феноменом бюрократичним і навіть державно-політичним.

А отже, психологію релігії більше цікавить професійна **магія шаманів**: авгурів⁵⁷, волхвів, друїдів, мольфарів, халдеїв та інших «людей сили». Як відомо, до них і досі звертаються люди в усіх країнах, зокрема і у нас, і, що важливо, отримують певну допомогу – медичну щодо психогенних хвороб («бабки», знахарки), допомогу у вигляді

⁵⁶ Про давню і сучасну магію див.: Леви Э. История магии. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=85382>; Зелигманн К. История магии и оккультизма. URL: https://royallib.com/read/zeligmann_kurt/istoriya_magii_i_okkultizma.html#0;

⁵⁷ Див.: Улыбка авгура. Чекулаева Е. Великие мифы. URL: https://www.e-reading.club/chapter.php/1027183/118/Chekulaeva_-_Velikie_mify.html

життєвих порад та заспокоєння (гадалки, астрологи), психотерапевтичну під час одержимості⁵⁸⁾ (тут монополію тримають християнські священики, що проводять обряди *екзорцизму*). Ефективність цієї допомоги свідчить про те, що вирішувані нею проблеми – психологічні, а от які тут методи – потрібно в'яснити.

Важливо розуміти, що шаман – це не якийсь танцівник із бубном, що наживається на відсутності медицини та неосвіченості населення, – ні, це людина, яка реально допомагає своїм клієнтам, причому як із психічними, так і з соматичними проблемами, а головне – як має унікальні й підтверджені науково здібності та проходить кількарічну підготовку, що починається з болісної «шаманської хвороби»⁵⁹⁾ (принаймні, якщо це справжній шаман, а не шарлатан).

Беремо до уваги, що магія буває: **лікувальна** (замовляння, шепотіння, знахарство), **шкодоносна** («наврочити», надіслати «псування»), **любовна** (приворотна, відворотна), **промислова** (забезпечення успіху полювання), **землеробська** («стимулювання» родючості), **бойова** (досягнення бойового трансу, куражу, драйву, «*поток*»⁶⁰⁾). Інакше кажучи, вона застосовується фактично в усіх важливих для людини сферах та для усіх її можливих цілей (як конструктивних, так і деструктивних). Проте насамперед

⁵⁸⁾ Про одержимість див.:

<http://www.psychologies.ru/glossary/14/oderjimoto/>; <https://womo.ua/vorkizim-k-chemu-privodit-oderzhimost-raboty/>;

<http://www.wanderer.org.ua/book/religion/osho/articles/possession.html>;

⁵⁹⁾ Про суть «шаманської хвороби» і що вона дає психологічно див. Додаток 2. Шаманська хвороба.;

⁶⁰⁾ Про кураж і «стан потоку» див.: <https://net-way.org/leader/allez/>;

https://obu4ayka.ru/obshhenie/_trashed-1658.html; Михай Чікцентміхайі.

Потік: Психологія оптимального переживання. URL:

<http://samoosvita.in.ua/mihaj-chiksentmihaji-potik-psyhologiya-optymalnogo-perezhyvannya/>

магія використовується у стресогенних ситуаціях і для завдань, які виходять за межі наявних можливостей людини.

У цих ситуаціях складність завдань мабуть сильно перебільшується людиною і таким чином магія лише додає людині сил і впевненості, особливо в умовах розгубленості та зневіри. Однак іноді від людини вимагається *незвична* для неї **максимальна мобілізація зусиль** (наприклад, для досягнення *бойового трансу*), і в цьому разі виконання ритуалів допомагає зробити те, чого людина ніколи не робила. А в тому разі, коли магія не може посприяти реальній ефективності людини, вона дозволяє ілюзорним чином впоратися зі стресом, уявно подолавши перешкоди та заспокоївшись із приводу невдачі, і в цьому сенсі вона нічим не гірша від, скажімо, *арттерапії*.

Магія задіює образно-емоційне мислення людини і тому не користується раціональною (*дискурсивною*) логікою, а засновує свої методи на **«законі подібності та причетності»**, згідно з яким «лялька Вуду» має вплинути на об'єкт тому, що вона робиться схожою на нього і називається його ім'ям (причетність по імені, іменна магія), а підпалене волосся має вплинути на об'єкт, тому що це його волосся⁶¹). І це певним чином пояснює, як працює образно-емоційне мислення: в ньому **не буває випадковостей** (адже за всім стоїть чиясь воля, що зближує його із *параноїдальним мисленням*), **все з усім пов'язане і будь-що може призвести до радикальних змін** (що, водночас, є визнанням випадковостей за т. зв. *«ефектом метелика»*⁶²), характерним, насправді, лише для неврівноважених, хаотичних систем), а тому – як висновок – **варто жити в гармонії з усіма** (тобто «не кидатися камінням у скляному домі»).

⁶¹ Див.: Симпатическая магия // Фрэзер Дж. Золотая ветвь:

Исследование магии и религии. URL: <https://religion.wikireading.ru/162804>

⁶² Див.: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Ефект_метелика_\(математика\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Ефект_метелика_(математика))

Ось чому сучасне уявлення про магів і колдунів як про похмурих і садистичних осіб, які люблять наводити порчу або приносити людські жертви, нав'язані вигадками християнської інквізиції та голлівудськими фільмами жахів. До того ж, навіть нинішні (і останніх століть) доморощені «колдуни» так званої «чорної магії» – це продукт *самоздійснюваного пророцтва*⁶³⁾ тієї самої інквізиції, яка своїми божевільними пошуками переконала всіх, що вони існують, і породила у деяких вразливих людей думку, що вони продалися дияволу. Насправді **первісна магія принципово не була шкодоносною**: навіть коли людям потрібно було вбити тварину або зрубати дерево, вони проводили ритуал, що мав задобрити жертву і вибачитися перед нею, мовляв, я змушений, бо мені треба жити і їсти.

А найголовніше те, що первісні люди не мали почуття провини, і коли вони брали чуже (вірячи, що воно хазяїну не потрібне) чи полювали на когось, вони не відчували ні агресії чи злорадства, ні своєї вищості та права забирати собі, скільки заманеться. Це видно з того, що вони не вбивали зайве (і навіть – про запас), не раділи здобичі і не сердилися через невдачу, а сприймали це як нормальний плін життя: сьогодні ми когось вбили, завтра нас вб'ють, ні те, ні те не є приводом для втіхи чи жалю. І навіть тоді, коли люди намагалися магічно завдати шкоди ворогу, то це зазвичай було одноразовою **акцією відновлення справедливості** (а отже, – і **порядку в природі**), яка відбувалася у суворій відповідності до *таліонного права*: я мушу зробити йому рівно те, що він (умисно чи мимохіть) зробив мені⁶⁴⁾.

Найцікавіше те, що популярні сьогодні психотехніки східних бойових мистецтв (або їхні переспіви в авторських

⁶³⁾ Див.:

https://ru.wikipedia.org/wiki/Самоисполняющееся_пророчество;

⁶⁴⁾ До речі, саме цього вимагає старозавітна заповідь «око за око, зуб за зуб», яку сьогодні сприймають неправильно

теоріях⁶⁵) ключовим станом, якого треба досягти, називають саме такий, **гармонійний стан первісної психології**: діяти не тому, що хочеш чогось добитись і боїшся, що не вийде, і не тому, що боїшся когось і прагнеш його подолати, а просто діяти, не порушуючи внутрішнього спокою ні радістю перемоги, ні відчаєм поразки. Саме це і спробував описати Карлос Кастанеда у своїх нашумілих чи то згадках, чи то вигадках про розмови з носієм подібної ментальності, індіанцем і шаманом-*толтеком* Доном Хуаном. Втім, навіть якщо це вчення і не базувалося на реальних розмовах із шаманом, проте Кастанеда як вчений-антрополог систематизував у ньому ідеї багатьох інших носіїв первісної ментальності.

«Шлях воїна», описаний у цьому вченні, це шлях із полону нав'язаних установок, штучних емоцій та автоматичних дій – у «світ повної свободи», свободи від обтяжень власного досвіду, від соромливих потягів і дріб'язкових зазіхань, і навіть просто – від страху смерті (що дуже нагадує *бусідо* і психологію японських самураїв), тобто тієї свободи, яка дозволяє людині **прибрати всі внутрішні бар'єри** та **максимально мобілізувати власну мотивацію і власні здібності**. А для цього пропонується – в душі тієї ж, первісної ментальності – не розрізняти «явне» та «уявне»⁶⁶) (точніше, у другому випадку, - приховане, незбагнене, яке є справжньою причиною видимого), і сприймати все як належне та бути з ним у злагоді. Щоправда, сприяти цій «не-

⁶⁵) Див. напр.: Толле Е. Сила моменту Зараз. Посібник із духовного просвітлення. Київ, 2016. URL:

https://docs.google.com/document/d/1trwyd8rSXACSRIF-0f7B6k7Li99iO_E4ose5dbnVCCo/edit;

⁶⁶) Їх Кастанеда називає «тональ» і «нагваль», що науково не дуже точно, адже «нагуаль» або «науатль» – це дух-покровитель, а «тональ» – це особиста сила та інші якості, що визначають характер людини та її долю. Див.: Нагуаль. URL: <https://bigenc.ru/ethnology/text/2244169>; а у Кастанеди: <http://videnie.info/Тональ>; <https://progressman.ru/2010/05/nagval/>

дуальності», за даним вченням, мають галюциногенні гриби та рослини, але їх і справді використовували шамани як для себе, так і для об'єктів свого впливу.

Втім, для справжнього розуміння шаманської магії, а також того, що з неї можна почерпнути практичним психологам, необхідно розглянути й науково пояснити низку конкретних моментів із технології шаманізму, зокрема, через такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які за здібностями й емоційними особливостями люди стають шаманами?

2. Чому для перетворення у професійного шамана вони мають пережити «шаманську хворобу», символічну смерть і особисте перетворення?

3. Що, з точки зору психології, являє собою «шаманська хвороба» і що її викликає?

4. Чому шамани нерідко міняли стать (переважно у сторону «фемінності»)?

5. Завдяки чому досягається ефективність медичної допомоги шаманів (особливо під час хронічних хвороб) – навіюванню, ефекту плацебо, самогіпнозу чи ще чомусь, і чому після надання такої допомоги шаман завжди є вимученим і спустошеним?

6. Яку роль у медичній допомозі шаманів грають ритми бубна, танок шамана, психотропні речовини і що саме змінює в людині (шамані або його клієнтах) її наркотичний стан?

7. Як називаються в науковій психології риси, необхідні для просування по «шляху воїна» в нагуалізмі К. Кастанеди (сформулюйте принаймні три конкретні здібності або звички)?

8. Які здібності об'єднують толтеків, козаків-характерників, берсерків та самураїв і якого стану вони намагалися досягти за допомогою психотропних речовин?

Усі ці питання студентам потрібно вияснити в науковій літературі (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) й продумати самостійно.

3. Розглядаючи фетишизм (не сексуальний, безумовно), анімізм та культ предків варто взяти до уваги той факт, що нинішні аналоги цих ранніх уявлень відрізняються від них якісно і принципово: **нинішні базуються** здебільшого **на страху** перед життям та різними його випробуваннями і тому є певними **способами додання стресу**, тоді як для **первісних людей стрес якраз і не був характерним**, а отже, *причинами виникнення цих уявлень було щось інше.*

Знаючи це, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Якими були **первісні** і які є **сучасні прояви фетишизму** в поведінці людей?

2. Які **психологічні причини** виникнення первісного **фетишизму**?

3. Якими були **первісні** та які є **сучасні прояви анімізму** в поведінці людей?

4. Які **психологічні причини** виникнення первісного **анімізму**?

5. Якими були **первісні** і які є **сучасні прояви культу предків** у поведінці людей?

6. Які **психологічні причини** виникнення первісного **культу предків**?

7. Хто такі **«чури»** («цури») і як вони співвідносяться із **«чурбаками»** («чурками») та **«пращурами»**?

8. Чому в дерев'яних ідолів віруючі в них люди **вбивали кілочки** і про які відносини з духами це говорить?

4. Розглядаючи четверте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які **відносини з об'єктом** реального світу могли **перетворити** його на об'єкт почитання – **тотем**?

2. Які **психологічні вигоди** дає первісній людині віра в **тотем**?

3. В **яких табу** виявляється почитання тотему і які **психологічні причини** цього?

4. Із якими **особливостями дологічного мислення** пов'язане виникнення ритуалу **причащення** в тотемізмі і чому сьогодні брак цих особливостей вимагає **ідентифікації** з богом?

5. Які **психологічні причини** виникнення культу **світового дерева**?

6. Як пов'язаний культ **світового дерева** (дерева життя) і увявлення про «**нектар богів**» («сома-хаома»)?

7. Які **психологічні причини** виникнення **жертвоприношень** і про які **зміни в первісній ментальності** вони свідчать?

8. У чому **психологічна відмінність народів**, що **практикували людські жертвоприношення**, і тих, що – ні?

5. Розглядаючи п'яте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які **психологічні причини** виникнення культу **тайних союзів** і як це пов'язано із **переходом від матриархату до патріархату**?

2. Які **психологічні причини** робити ці **союзи тайними** і чому люди досі **схильні** до тайних союзів?

3. **Як пов'язаний** культ **тайних союзів** і віра в **перевертнів** (вовкулаків, лікантропів, кікімор, людей-ведмедів)?

4. Чому **ініціації** зазвичай дуже ризиковані і навіть **жорстокі**, і яким **вигодам** для **спільнот** сприяють саме такі ритуали вступу до них?

5. Які **психологічні потреби** задовольняло проведення **містерій**?

6. Якого **емоційного стану** досягали в **містеріях** і чому участі в них **передували** навчання та «**посвята**»?

7. Яка **психологічна потреба** у **катарсисі**, що наступав у ході містерій і **завдяки чому** він **досягався**?

8. Чому **споживання психотропних речовин** не призводило до **наркоманії** у первісних людей (і навіть у більш пізні епохи, наприклад, у берсерків)?

6. **Міфологічна свідомість** має такі основні риси:

1) міфологічна свідомість є **синкретичною**, тобто дотримується принципу «**одне у всьому**» і «**все в одному**», зокрема вона не вирізняє окрему особистість, не відчуває важливості особистих інтересів і, навпаки, надзвичайно **цінує загальні інтереси**, не **поділяє світ** на живий і неживий, природний і надприродний, свідомий і несвідомий, вигаданий і реально існуючий; і ця єдність і спорідненість із усім навколо підкріплюється ще й тим, що в цьому синкретичному світі **кожен елемент може перетворитися на будь-що** інше, залишаючись самим собою (як уві сні);

2) міфологічна свідомість сприймає світ **емоційно-особистісно**, пропускає його через свою уяву і світосприйняття, в якому повністю **ідентифікує себе із навколишнім світом**, не **розрізняючи уявне й реальне** (тоді як наукова свідомість розглядає світ як щось зовнішнє й об'єктивне, а також – індиферентно-безособове, оскільки і поки воно є об'єктом аналізу);

3) міфологічна свідомість змальовує, по-перше, **одухотворений світ**, в якому кожен елемент живий і відчуваючий, а по-друге, – **персоніфікований світ**, в якому кожне явище, сила чи подія втілюються в якійсь окремій символічній постаті – у герої, через почуття і дії якого все і пояснюється (тобто міфологічна свідомість намагається збагнути світ у формі образів, а не понять, як наукова свідомість, і тому не аналізує події й не виводить закономірності);

4) міфологічна свідомість **анакронічна**, вона не помічає еволюційних змін у будь-якому явищі (а лише – циклічні зміни, із **постійним поверненням** до того, що вже було), не бачить розвитку або регресу, а тому і не відчуває плину часу і не тривожиться щодо його браку або надлишку, адже час і події тут не є незворотними й однозначними;

5) міфологічна свідомість сприймає будь-яку подію як **необговорювану даність**, **причини** якої приховані від людини, але **фаталістично байдужі** їй; причинно-наслідкові зв'язки тут узагалі не розуміються і не шукаються, а пояснення даються виключно «генезисні» – за **принципом «хто від кого походить»**, причому пізніші події можуть породжувати більш ранні, і це не викликає жодних сумнівів;

6) міфологічна свідомість бачить **генезисну дію усього на все**, і якщо комусь треба відшукати «важелі» впливу на щось, то знаходить він їх досить просто: все, що є **суміжним** або якимось **причетним** до об'єкта зацікавлення (навіть просто його ім'я), автоматично вважається таким, що впливає на нього (за принципом «**партicipації**»), тобто – причетності). А відтак, досить лише зробити певні обрядові дії із фетишем, ідолом чи тотемом, що хоч якимось асоціюються із об'єктом зацікавлення, як усе потрібне збудеться (якщо, звичайно, інші сили не вживуть контр-дій);

7) а тому міфологічна свідомість реалізується в **ритуалі**, за допомогою якого вона **магічно-символічно досягає своїх**

цілей, не виявляючи й не розуміючи природних закономірностей. Ритуал є способом участі у невираженому словами, але відчутному для людей закономірному світовому порядку.

Міфологія, за цієї її зовнішньої схожості, є несправжньою релігією (в якій не виконується жодна з її функцій), а точніше – **проторелігією**, тобто таким комплексом уявлень, почуттів і дій, в якому місце **віровчення**, що формує власні каузальні атрибуції і вибудовує їх у логічну теорію, займає об'єднання **космогонічних міфів**, що художньо пояснюють навколишні події (на кшталт «всесвіту» Marvel або Дж.Р. Толкіна); місце **богослужінь** займають ворожильні обряди та містерії або просто **театральні постановки**, що виконують катарсичну функцію по зняттю домінуючих страхів та тривог; а місце **релігійної моралі**, що має формувати систему оцінок, а відтак і суспільних **настроїв**, займає низка **героїчних міфів**, які ілюструють схвалювані зразки поведінки.

Інакше кажучи, замість **етики** в **міфологічній системі** діє **естетика**, замість **богослов'я** – **казки**, а замість **церковних служб** – **публічні**, масові **спектаклі** та **церемонії**. І всі ці «замінники» є насамперед **нетривкими**, легко **змінними**: чільне місце жодному богу або герою не гарантоване, а відтак плинним є і уявлення про взірцеву поведінку і про те, від яких сил залежить людська вдача (адже в ці часи ще не думають про кінцеву долю особи, а лише про її успіх у поточний момент). А крім цієї **недогматичності** й **недалекоглядності**, міфологія ще й **неавторитарна**: вона не прописує обов'язки і не примушує їх виконувати під страхом потойбічних або і негайних покарань, – міфологія лише викристалізовує і художньо посилює зразки красивої, ідеальної або, навпаки – огидної поведінки, що побутують у суспільстві, естетизує їх, а далі вже примус і не є потрібним. Але для досягнення цієї,

естетично-виховної мети, міфологія потребує театралізованих містерій, у ході яких люди не просто чують, а проживають людські якості героїв, виявлені в колізіях, і переживають катарсис, закарбовуючи в пам'яті моральні висновки із нього.

Саме тому влада в суспільстві на цьому етапі є не політичною, а духовною, священною. Держави ще не існує, а є плем'я – велика спільнота людей, пов'язаних родинними зв'язками між собою і з якимось тотемом, і саме цей священний зв'язок зобов'язує людей слухати князя, а князя – піклуватися про людей. Інакше кажучи, князь владарює не як представник закону та обравших його людей, а як ставленик і провідник волі богів, а цю волю виражає шаман або жрець, що займається гаданням. Тому влада князя обмежена «волею богів» (а фактично – «правом вето» жерця) і має здійснюватися в межах нечітко сформульованих цілей і принципів, що складають сенс місцевої міфології і трактуються жерцями. А натомість жерці гарантують максимальну «легітимацію» княжої влади і прихильність вільних (на цьому історичному етапі) людей. Ця хитра система влади передбачає, що князь може помилитися, а жерці – ні, - і називається вона ієрократією (дещо подібною до влади Сталіна: нібито й обожнений, але діяти міг лише в межах комуністичної «релігії»).

Про аполлонічні та діонісійські засади світогляду студентам необхідно почитати самостійно, користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими.

Розглядаючи шосте питання плану, студентам необхідно ознайомитися зі списком наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Як у психології називаються риси характеру, що відповідають аполлонічним і діонісійським засадам

світогляду, і чим ці риси характеру відрізняються від волі та спонтанності?

2. Чим **міфологічна свідомість** відрізняється від **релігійної** (назвіть принаймні **три** риси) і в якій **поведінці** первісних людей вона **виявлялася**?

3. Які психологічні результати давали **театралізовані містерії** і для виконання яких функцій релігії **міфологія** **потребує** саме містерій?

4. Яка вигода **протодержавному** суспільству від **ієрокрації** і які психологічні **причини** того, що **князі** **мирилися з обмеженням їх влади** в цій системі?

5. Наведіть приклади, **як** саме **естетика** **заміняла етику** в умовах **міфологічної свідомості**.

* * *

Додаток 2.1. Шаманська хвороба

Шаманська хвороба є психічною, а не фізичною. Це не звичайне, тілесне захворювання, бо жодне з таких не робить людину шаманом, це насамперед сильні душевні страждання, причому – невідомого, неочевидного походження. Для них нібито немає зрозумілих причин, а тим не менше ці страждання тривають довго, супроводжуючись галюцинаціями, маячінням та іншими психотичними епізодами.

За свідченнями шаманів, вони під час своєї трансформаційної хвороби (адже саме вона і перетворювала їх на шаманів) відчували, що ними володіє якась чужа сила, яка змушує їх до дивних вчинків, втручається в думки, спотворює їх емоції та світосприйняття⁶⁷⁾. Тоді це не

⁶⁷⁾ Сибиданов Б. Шаманская болезнь – тяжелый дар духов. URL: <http://asiarussia.ru/articles/3879/>; але це не психопатологія, про що див.: «Шаманская болезнь» Торчинов Е. А. Религии мира: опыт запредельного. URL: <https://religion.wikireading.ru/55443>; Корнеев А. В. Религии мира:

вважалося ненормальністю і трактувалося як вимога духів встановити з ними зв'язок, стати посередником із їх світом.

З точки зору психіатрії це клінічний прояв патології, що потребує медикаментозного втручання. Проте, як свідчить аналіз великого числа випадків, проведений науковцями напряму «антипсихіатрії», таке втручання частіше призводить до стигматизації людей із мареннями, до ламання їх життя та кар'єри діагнозом «шизофренія» та відлякуванням від них більшості оточення, а також – до їх насильної, примусової «інвалідизації» шляхом нав'язування їм регулярного клінічного лікування важкими нейролептиками⁶⁸⁾.

А найгірше те, що це лікування їх жодним чином не виліковує, і це зрозуміло, адже не можна вилікувати те, причини чого ти не знаєш⁶⁹⁾ і на причини чого не можеш вплинути! В цьому сенсі діагноз «шизофренія» є наукоподібною назвою, красивим терміном для того, чого ми насправді не розуміємо, а медична допомога під час шизофренії досі є не набагато кращою від часів, коли її «лікували» обливанням холодною водою або електрошоковою терапією⁷⁰⁾.

шаманізм. URL: <https://medium.com/@desoxiribon/шаманская-болезнь--d028b5aafda4>;

⁶⁸⁾ Див. сучасні історії, коли лікування стало гіршим за хворобу:

Элеанор Лонгден. Голоса у меня в голове. URL:

<https://www.youtube.com/watch?v=82qO4AANtfw>; Элин Сакс.

Шизофрения. Взгляд изнутри. URL:

<https://www.youtube.com/watch?v=Wksj-Q-p6eU>; Сесилия МакГауф. Я не монстр: О шизофрении. URL:

<https://www.youtube.com/watch?v=RMU64niaqZo>;

⁶⁹⁾ Про незнаходження біологічних причин шизофренії див.:

Лангун И. Я. Причинность шизофрении. URL:

<http://www.medlinks.ru/sections.php?op=viewarticle&artid=1741>;

⁷⁰⁾ Сас Т. Миф душевной болезни. URL: <http://szasz-po-russki.blogspot.com/2008/02/blog-post.html>; Фуко М. История безумия в Классическую эпоху. URL:

https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Culture/fuko_bez/index.php; про

Згідно Р. Д. Лейнгу, психіатри не приділяють належної уваги внутрішнім переживанням психотиків, зверхньо вважаючи все незрозуміле собі – простою патологією, маячнею. Однак насправді кожен розлад уберегає людину від чогось іще гіршого і відкриває шлях у щось краще, а отже, ці переживання і весь психотичний процес належить зрозуміти як індивідуальний спосіб зцілення, а не як дефект⁷¹⁾.

Трохи замислившись, неважко помітити, що будь-яка криза відкриває нові можливості для розвитку, і зокрема душевна хвороба не лише завдає страждань, а й розкриває в людині приховані (і навіть занедбані) здібності⁷²⁾. Проте це стає можливим лише в тому разі, коли людина сприймає ці, незвичні для неї можливості як благо, а не як хворобу.

Психіатрія, при всіх її заслугах у зменшенні страждань психічно хворих, особливо тяжких і ургентних, від початку запрограмована вважати душевну кризу хворобою, злом, яке напало ззовні і від якого треба відбитися, і саме таким чином вона налаштовує своїх пацієнтів. Вона не сприймає кризу як результат внутрішнього розвитку, хоча немає сумнівів, що це саме так.

Можливо, душевна криза – це результат неправильного, негармонічного розвитку особистості, але будь-який розвиток – це благо, а його припинення – це зло. Навіть у найпростіших процесах краще, наприклад, дати фурункулу розвинутися до кінця і зникнути, аніж штучно перервати цей

електрошокову та інші схожі терапії див.: <https://ru.cchr.org/>,
<https://antipsychiatry.ru/>

⁷¹⁾ Лэнг Р. Д. Расколотое «Я»: пер. с англ. Санкт-Петербург: Белый Кролик, 1995. 352 с. URL:

http://royallib.com/read/leng_r/raskolotoe_039ya039.html#0;

⁷²⁾ Див.: Лэйнг Р. Д. Переживание запредельного и его отношение к религии и психозам. *Духовный кризис*. Когда преобразование личности становится кризисом / под ред. С. Грофа и К. Гроф. Москва: «Класс»; Изд-во Трансперсонального института, 2000. URL:

<http://psylib.org.ua/books/grofs02/index.htm>

процес і законсервувати запалення. А психіка – це куди більш складна система процесів, і штучно ламати їх точно не вийде на краще.

Релігія, і навіть така проста як шаманізм, навчає сприймати душевну кризу як благо. І це не просто «позитивне мислення», яке продають дешеві лайф-коучери, це справді адаптивна позиція у ставленні до тих внутрішніх змін, які прийнято називати психічною хворобою. Така позиція дозволяє розуміти навіть ті прояви психіки, що відхиляються від звичних стандартів, як підказки власної підсвідомості.

Ці підказки буває нелегко розшифрувати, але їх цінність у тому, що вони відображають підпорогові (сублімінальні) сигнали, які ми часто зовсім не помічаємо або розуміємо із запізненням. Тому здібності, які розкриваються правильно сприйнятою душевною кризою, це не просто співчуття та емпатія, а й більша довіра та чутливість до ледь помітних сигналів своєї, а також чужої психіки⁷³). Адже шизофренія – це вже остання, тяжка форма душевної кризи, результат найгіршого розвитку мисленнєвих дивацтв, які до стресогенного зриву утримувалися в межах норми і могли там залишатися за вчасної психологічної підтримки (хоча б і з боку досвідченого шамана).

Крім того, шамани – не обов'язково шизофреніки, адже є багато проміжних станів між хворобою і нормою (в якій теж є багато своїх варіантів) – шизоїдний і шизотиповий розлад, шизотимія. І як доводять соціобіологи та еволюційні психологи, кожна хвороба в одних умовах руйнує, а в інших – уберігає від чогось гіршого (тобто дає приховані еволюційні переваги). Так, серповидно-клітинна анемія в Африці

⁷³) Психологічно та міфологічно про шаманську хворобу описано в: Шизофренія: внутреннее путешествие. *Кэмпбелл Джозеф*. Мифы, в которых нам жить. URL: <http://www.e-reading-lib.com/chapter.php/108065/16/dzhozef-kempbell-mify-v-kotoryh-nam-zhit.html>

уберігає її носіїв від малярії, а там, де малярії нема – призводить до жакхливих патологій. Іще важливішою є інакша залежність: легка форма хвороби убєрігає (легкі форми муковісцедозу та хвороби Тея-Сакса убєрігають від наслідків холери та туберкульозу), а важкі – вбивають. Аналогічно і тяжка форма шизофренії знищує особистість, тоді як шизотиповий чи шизоїдний розлад надають переваги в адаптації до певних умов і видів діяльності, і важливо лише зрозуміти – яких?

Особи з шизотиповим розладом відрізняються, крім дезадаптивної соціальної ізолюваності, ще й пришивдшеним (асоціативним, дологічним) мисленням⁷⁴⁾ та уважністю до деталей, що буває досить корисним. Близькі до них аутисти (так звані «саванти») відрізняються від «нормальних людей» мінімальним звиканням до стимулу (тобто вони не перестають реагувати на сигнал, наче вперше, тоді як ми його вже «не чуємо») і несформуванням стереотипів (через що вони стають геніями в математиці і водночас – в музиці). Внаслідок цієї риси вони більш чутливі, гнучкі та креативні, але надмір сигналів (яких ми просто не помічаємо) вони переносять доволі тяжко і змушені працювати в ізоляції.

А ще особи з шизотиповим розладом схильні до «магічного мислення», тобто віри в те, що все впливає одне на одного (а тому через ваш голос можна сильно подіяти на вас) і що нічого не відбувається «просто так», але – виключно через чийсь задум і вплив. І якщо соціальна ізолюваність не така вже й шкідлива, як ми вияснили, то ця параноїдальність породжує віру, що думки цієї особи – це чужі «голоси», а її живі фантазії – це нав'язливі галюцинації та ознаки божевілля. Зате в релігії ці люди відчувають себе не просто здоровими, а кращими за інших. Вони повністю віддаються

⁷⁴⁾ Це мислення можна вважати «дитячим», адже воно дологічне, нездатне до абстракцій, хоча і присутнє у людей, які вже пройшли етап формування абстрактного мислення

цій справі і заражають своєю вірою інших (і це корисно для суспільства, адже релігія виконує важливі функції). Однак самі вони при цьому страждають: від надміру сигналів (що доводять їх до істерики та дезорієнтації), од відчуття переживань інших (від яких вони не можуть захиститись бар'єром байдужості і завдяки фантазії відчувають гірше за свої), від буйних видінь тощо⁷⁵).

Повністю пережите страждання шаманської хвороби докорінно змінює особистість людини: вона ніби народжується заново (і іноді дійсно буває при смерті), подеколи навіть змінює гендер і живе жіночим життям (що не засуджується суспільними уявленнями, а навпаки – вважається ознакою справжності й сили шаманського перетворення⁷⁶), відкидає дріб'язкові інтереси та ниці почуття, долає інфантильний егоїзм та набуває самоповаги і самореферентності (асертивності).

З точки зору міфологічних уявлень, мученицьке перетворення у шамана повинно навчити людину перетинати грань світів – чоловічого і жіночого, світу людей і світу духів. А з точки зору психології це перетворення мало не просто вивести майбутнього шамана із «зони комфорту», а й подолати обмеження нав'язаних стереотипів – «мужності» та «жіночності», похвальної стриманості й обережності та непохвального куражу і самозабуття.

А ще ця внутрішня свобода від обмежень робила людину харизматичною та здатною до навіювання. Власне, і сьогодні така свобода, особливо характерна для девіантів, приваблює багатьох людей: прихильниць до «поганих

⁷⁵ Про шизотиповість у шаманів див. відеолекцію класика Р. Сапольскі. Біологія релігійності. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=711NhZ4EbEE> (починаючи з 11:54);

⁷⁶ Див.: Арктические квир-шаманы и бесполоый Иисус, или Как трансгендеры связывали два мира, духов и людей. URL: <https://knife.media/queer-shamans/>

хлопців» і послідовників – до шарлатанів. І беруть останні не лише негативним шармом, а й тим, що називається «рухомий (флюїдний) інтелект», тобто здатність адаптуватися до нового, розуміти внутрішню логіку подій або приховані правила відносин⁷⁷⁾.

Варто зробити наголос саме на розкритті перелічених здібностей у потенційного шамана, адже не кожна душевна хвороба автоматично робила людину шаманом навіть у ті далекі часи. Людина не могла стати шаманом сама, вона мала навчитися цьому мистецтву, а досвідчений шаман, якого прикликали, щоб оцінити стан кандидата, іноді визнавав його одержимість духами (і брав собі в учні), а іноді – ні.

В останньому випадку критерієм була деградація особистості (говорячи сучасними термінами), а не трансформація її. Інакше кажучи, внаслідок хвороби людина не набувала жодних нових рис і здібностей (того, що сьогодні називається «психопродуктивними симптомами шизофренії»), а лише втрачала наявні (що є «психодефіцитарними симптомами шизофренії»), стаючи все більш примітивною розумово й емоційно.

Крім того, навіть відібраний кандидат проходив певні випробування: добровільно йшов у якісь безлюдні і малопридатні для життя місця (пустелі, гори) і там 4–6 тижнів голодував та піддавався загрозам несприятливих умов і небезпек тваринного світу, не кажучи вже про неминучі галюцинації та спокуси припинити ці страждання.

Так само це робили близькосхідні пророки (зокрема й Ісус), індійські садху, античні жерці і найбільш шановані християнські монахи-відлюдники, яким після цього приписували дар передбачення, розуміння потаємних

⁷⁷⁾ Про рухомий інтелект див.: Мартинес М. Будущее за интеллектом. URL: <https://medium.com/@shortknigi/м-мартинес-будущее-за-интеллектом--feb5331848c2>

куточків людської душі та її чудодійного зцілення (разом із психосоматичними хворобами своїх клієнтів).

Втім, жерці і монахи – це вже була дещо інша категорія релігійних діячів: не стільки шамани, скільки священики, тобто представники бюрократичних структур, усередині яких духовна діяльність була поставлена на «конвеєр», а підготовка одухотворених учителів і цілителів була спрощена і вихолощена, через що справжніми чудодійниками ставали поодинокі ентузіасти, і не завдяки системі, а всупереч їй.

Була також іще одна категорія людей, які переживали подібну «шаманську хворобу» і внаслідок цього набували непересічних здібностей: поети, билинники, скальди, барди, манасчі. Вони зазвичай боролися зі своїм, матеріально невідповідним призначенням, а воно пекло і розпирало їх ізсередини, вони кидали рідних і пускалися в небезпечні подорожі, більш схожі на блукання бомжів, аж поки, зрештою, їх не «проривало» повчальними піснями та епосами.

А головне, що їм, як і шаманам, вдавалося передвіщати наслідки падіння моралі та надихати до змін, бути чутливими до емоцій і гнучкими в їх словесному вираженні. Відмінність від шаманів була лише та, що поети вловлювали масові настрої і впливали на них, а шамани працювали індивідуально. Але для становлення як поета їм було не оминати критичних випробувань: так, Орфей спустився в царство мертвих – Аїд, а кращі українські кобзарі часто були сліпими. Тому щоб стати справжнім поетом, потрібно пережити психічні збурення і негаразди, про що, зокрема, писала Анна Ахматова: «Когда б вы знали, из какого сора растут стихи, не ведая стыда».

Отже, шаманська хвороба – це процес тривалої психологічної кризи та – під час конструктивного її завершення – радикальної трансформації особистості в напрямі розкриття здібностей емпатії та чутливості до ледь

помітних сигналів своєї, а також чужої психіки, максимального вивільнення та використання рухомого (флюїдного) інтелекту та образно-емоційного мислення (яке іноді називають інтуїцією).

Крім того, конструктивне завершення шаманської хвороби дозволяє узгодити внутрішній світ, збагнути й оволодіти зміненими станами свідомості, подолати жорсткі обмеження соціальних стереотипів та відкинути свої дріб'язкові інтереси і почуття, піднятися над інфантильним егоїзмом та набути справжньої самоповаги і самореферентності (асертивності), стати харизматичним і здатним до навіювання.

І якщо все ж таки вважати шаманську хворобу проявом шизофренії (тобто розщеплення розсудкових та образно-емоційних процесів аж до рівня «синдрому чужої руки»⁷⁸⁾ через надмірне збудження нейронів), то медичний факт полягає у тому, що кожен новий психотичний епізод погіршує стан хворого, посилюючи його деградацію, і регулярне прийняття ліків дозволяє лише стримувати цей занепад, але при цьому істотно гальмує всі психічні процеси та здібності, що часто змушує пацієнтів відмовлятися від такого лікування.

Натомість шамани, тобто люди, які уміють не просто миритися з цією хворобою, а ще й розвивати надані нею можливості, не мають нападів психозу і не деградують, а навпаки – навчаються довільно викликати і використовувати змінені стани свідомості. І це означає, що «шаманське» лікування шизофренії варто визнати менш травматичним і більш ефективним, ніж медикаментозне, а тому потрібно дослідити його психологічну техніку, щоб застосовувати її за межами релігійної, шаманської доктрини.

⁷⁸⁾ Синдром чужої руки. URL:
<https://www.psyportal.net/18613/cindrom-chuzhoy-ruki/>

* * *

Додаток 2.2. Шаманізм. Психологічний аналіз

За книгою: Торчинов Е. А. Религии мира: опыт запредельного. Психотехника и трансперсональные состояния. Санкт-Петербург: Центр «Петербургское Востоковедение», 1998. URL: <http://psylib.org.ua/books/torch01/txt04.htm>

ГЛАВА 1. ШАМАНИЗМ

За всю историю в религиях менялась только степень глубинности переживаний, лежащих в их основе, и потому примером исторического процесса здесь может быть разве что переход от эмоциональных переживаний к архетипическим и от них – к различным трансперсональным. В настоящей работе мы будем следовать критерию, предложенному М. Элиаде в его знаменитой книге «Шаманизм: архаические техники экстаза»⁷⁹⁾, и будем под шаманизмом понимать архаическую технику экстаза, то есть примитивную психотехнику.

Не ставя своей целью всестороннее описание шаманизма (явления, как и другие формы религии, поистине универсального, имеющего место и в сибирской тайге, и в тундре, и в Индонезии, и в обеих Америках, и в Океании, и в других местах), мы ограничимся общей информацией (иллюстрируя ее одним-двумя примерами) о следующих аспектах шаманизма: «шаманская болезнь», инициационные ритуалы, переживания и камлание как основная форма шаманской психотехники, включающая в себя «волшебный полет» в небесный мир или нисхождение в подземный. После этого мы предложим возможную психологическую интерпретацию рассматриваемых явлений. Примеры в

⁷⁹⁾ Элиаде М. Шаманизм: архаические техники экстаза. URL: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/okkultizm/Eliade/index.php

основном взяты нами из монографии М. Элиаде как своего рода компендиума материалов по шаманизму.

«ШАМАНСКАЯ БОЛЕЗНЬ»

В шаманизме самых разных народов мы встречаемся с уникальным явлением, получившим название «шаманская болезнь» и представляющим собой как бы свидетельства шаманского призвания будущего адепта. Хотя «шаманская болезнь» и весьма распространена в самых разных регионах, однако ее нельзя считать непременно атрибутом шаманизма. Мы встречаемся с ней только там, где существует представление об избранничестве шамана и где будущий шаман оказывается бессильным перед волей духов, которая никак не согласовывается с личным волеизъявлением избранника (это весьма характерно для сибирского шаманизма). В тех же традициях, где будущий шаман или избирается еще в детском возрасте практикующим шаманом, или же шаманское служение становится результатом сознательного и добровольного выбора человека (как у эскимосов), «шаманская болезнь» неизвестна. Очень часто мы встречаемся с этим видом психофизической патологии в родах потомственных шаманов, даже если потомки шаманского рода полностью порывают с традицией. Известны случаи, когда молодые люди из шаманских семей, воспитывавшиеся в условиях советского общества, в атеистических и материалистических убеждениях, тем не менее страдали от «шаманской болезни» и избавлялись от нее, только начав практиковать шаманскую психотехнику и, по существу, становясь шаманами.

В чем заключается «шаманская болезнь»? Это целый комплекс патологических состояний, которые испытывают будущие шаманы в молодости (часто в пубертатный период) и являющиеся в глазах шаманов свидетельством избранности человека духами для шаманского служения. Очень часто человек пытается сопротивляться этим состояниям, не желая

становиться шаманом, однако патологические симптомы нарастают, становясь мучительными и непереносимыми. И только обратившись за помощью к шаману и пройдя через шаманскую инициацию (посвящение), человек целиком и полностью избавляется от болезненных ощущений. «Шаманская болезнь» обычно проявляется в приступах сонливости, головной боли, ночных кошмарах, слуховых, зрительных галлюцинациях и иных формах патологических состояний. Больной начинает слышать голоса духов, зовущих его, видит странные и пугающие видения. После шаманской инициации и начала шаманской деятельности все эти симптомы навсегда проходят, что объясняется шаманистами как результат следования человека своему призванию и согласие с волей могущественных духов и предков-шаманов.

Феномен «шаманской болезни» заставлял многих исследователей видеть корни шаманизма в психопатологии, а именно в так называемой арктической истерии. Это точка зрения была полностью развенчана М. Элиаде.

Во-первых, арктическая истерия (весьма распространенная в северных широтах болезнь, связанная с недостатком света, холодом, дефицитом витаминов и т. д.) не может быть источником и причиной шаманизма хотя бы потому, что шаманизм (и «шаманская болезнь») распространен по всему миру, а отнюдь не только в арктических и субарктических регионах. Весьма развитые шаманские традиции существуют в тропиках (например, в Индонезии), где никаких причин для повальной психопатологии нет.

Во-вторых, переживания невротика и истерика сами по себе лишены религиозного содержания и религиозной ценности и могут сопоставляться с религиозными трансперсональными состояниями лишь по каким-то чисто внешним параметрам. Более того, сами нативные носители шаманской традиции прекрасно отличают шаманскую

харизму от психопатологии: например, среди суданских племен весьма распространена эпилепсия, однако эпилептики никогда не становятся шаманами.

В-третьих, шаман отнюдь не просто больной человек, а исцелившийся больной, полностью контролирующий свое состояние и управляющий им. Отличие шаманского транса от патологических состояний заключается и в том, что это управляемые состояния, достигаемые посредством особой, разработанной в данной традиции психотехнической процедуры.

В-четвертых, шаманы представляют собой интеллектуальную элиту своих народов. Их интеллектуальный уровень и волевые качества в целом значительно выше, чем у их среднего соплеменника. Именно шаманы выступали, как правило, хранителями национальной культуры и традиций, фольклора и эпоса. Поэтому авторитет шамана чрезвычайно высок в своей среде, последнее доказывается и тем, что в ранний период коллективизации в СССР шаманов очень часто избирали председателями колхозов.

Здесь следует добавить, что шаманская деятельность представляла собой именно служение. «Это тяжелая работа» – как выразился в беседе с этнологами один сибирский шаман. Причем это бескорыстное служение. Средства на жизнь шаман обычно добывал другим трудом, не имевшим никакого отношения к религии (охотой, рыболовством и т. п.).

Таким образом, психопатологическая концепция шаманизма безусловно может считаться совершенно не соответствующей действительности. Пока же мы просим читателя обратить особое внимание на следующее: шаман проходит через болезнь и исцеляется сам, более того, пройдя через болезнь, он выходит из нее обновленным и с более высокими интеллектуально-психологическими

характеристиками, чем до нее. Методом исцеления и самораскрытия личности и индивидуальных способностей шамана является посвящение (инициация).

ШАМАНСКИЕ ИНИЦИАЦИИ

Существует множество различных типов шаманских инициаций, но все они неизменно включают в себя элементы переживания смерти, расчленения, очищения и воскресения. В инициации как бы умирает «ветхий человек» и воскресает обновленная и укрепленная личность «нового человека», «сверхчеловека» архаического общества.

Вот человек, страдающий от головных болей, сонливости, слуховых галлюцинаций и т. п., приходит к шаману и просит научить его шаманскому служению. За этой просьбой следует посвящение, во время которого иницируемый получает свой первый и важнейший психотехнический опыт. Он переживает умирание и смерть; он представляет, как его тело расчленяют на части, извлекают внутренние органы и развешивают их на крюках. Потом их варят и выдeldывают заново. По существу, это видение сродни библейскому пророческому обновлению, прекрасно прочувствованному и описанному Пушкиным:

«И он мне грудь рассек мечом, И сердце трепетное вынул, И угль, пылающий огнем, Во грудь отверстую водвинул. Как труп в пустыне я лежал, И Бога глас ко мне возвал: «Восстань, пророк, и виждь, и внемли. Исполнись волею Моей И, обходя моря и земли, Глаголом жги сердца людей!»

Здесь, как и в шаманской инициации, мы видим божественного избранника, которому высший дух (серафим) отверзает очи духовного видения, уши духовного слышания, заменяет «празднословный и лукавый язык» «жалом мудрых змей» и, наконец, заменяет «сердце трепетное» на «угль, пылающий огнем», после чего человек, прошедший через смерть, приходит к новой, высшей жизни и приступает к

выполнению своей пророческой миссии. Как все мы знаем из школьных учебников, Пушкин имел в виду под пророком поэта, но и это сближение далеко не случайно и глубоко укоренено в традиции. Достаточно вспомнить об арабах доисламского периода, совершенно однозначно сближавших пророков и поэтов и видевших в поэтическом даре проявление божественной харизмы, обуянности божеством.

В то время как тело шамана лежит расчлененным или варится в котле, приобретая новые сакральные качества, отделенную от тела душу шамана возносит на вершину мирового древа гигантская птица с железными перьями и длинным хвостом, птица-прародительница шаманов; она помещает душу в яйцо, лежащее в ее гигантском гнезде, и высидивает, пока дух шамана не приобретет сакральной зрелости. Потом душа шамана вылупляется из яйца и входит в обновленное и воссоединенное тело. Посвящаемый воскресает уже не профаном, а шаманом, готовым к своему служению. Инициация завершена.

Оговоримся, что описанный нами сюжет является некоторым вольным обобщением инициационных переживаний посвящаемых разных шаманских традиций (в основе лежат посвятительные практики якутов). М. Элиаде описывает технику ритуала инициаций и сопровождающие его переживания в шаманских традициях якутов, самоедов (ненцев), тунгусов, бурят, австралийцев, южноамериканских индейцев, индонезийцев, эскимосов и других народов, но везде мы встречаемся с переживанием расчленения тела, смерти и воскресения, сопровождаемого чувством исцеления и обновления.

У эскимосов-аммасаликов шаман (ангакон) сам выбирает себе учеников среди мальчиков шести-восьми лет. Каждый шаман обычно обучает пять или шесть учеников. Обучение проходит в глубокой тайне. Оно предполагает уединение у старой могилы или у озера, где ученик должен

тереть друг о друга два камня и ждать особого знамения. Шаман объясняет ученику, что потом перед ним появится медведь, который сдерет с него всю плоть, так что останется один скелет, после чего последний обрстет новой плотью, и затем последует воскресение.

Лабрадорские эскимосы считают, что в виде медведя появляется сам Великий Дух – Тонгарсоак. В западной Гренландии посвящаемый остается «умершим» (в бессознательном состоянии) в течение трех дней после появления духа.

Пережив смерть и воскресение, новый шаман проходит ритуал наделения силами и получает власть над духами-помощниками. После этого он обычно идет к другому учителю (так как каждый шаман считается специалистом только в одной конкретной технике) и собирает целый сонм духов-помощников.

У эскимосов-иглуликов ритуал инициации еще интереснее. Желая стать шаманом приходит к выбранному учителю и просит его наставлений. Если тот не видит препятствий, то соглашается. Тогда ученик и вся его семья каются перед шаманом в грехах (нарушение табу и пр.), после чего наступает краткий период наставлений (иногда пять дней), за которым следует период усиленной тренировки в уединении. Затем приходит пора собственно инициации.

Старый шаман выделяет душу ученика из его глаз, мозга, внутренних органов и т. д., чтобы духи могли знать, что в нем является лучшим. После этого новый шаман приобретает способность отделять душу от тела (что-то вроде отделения астрального тела западного оккультизма) и совершать длительные «духовные» путешествия в воздушном пространстве и глубинах морей.

Затем благодаря усилиям учителя посвящаемый переживает озарение или просветление (ангакоkv или

кауманекв), заключающееся в видении таинственного света, который шаман внезапно ощущает в теле и голове. Этот свет подобен сияющему огню, благодаря которому шаман может видеть в темноте (и в буквальном, и в переносном смысле) даже с закрытыми глазами. Ему также становятся присущи ясновидение и предвидение.

Посвящаемый обретает видение света после долгих часов ожидания в своем жилище, во время которого он, вероятно, занимается созерцанием и вызыванием духов.

К. Расмуссен, на которого ссылается М. Элиаде, так описывает этот опыт в своей книге «Интеллектуальная культура эскимосов-иглуликов»: «Он подобен тому, как если бы дом, в котором он сидит, внезапно бы взлетел вверх; шаман видит далеко перед собой – сквозь горы, как если бы земля была одной гигантской равниной, а его взор мог бы проникнуть до ее края. Ничто более не скрыто от него; он не только может видеть вещи, находящиеся далеко от него, но он также может видеть души, украденные души, которые заперты в далеких, странных землях или взяты в верхний или нижний мир, в Страну мертвых».

Здесь присутствуют мотивы восхождения и полета, особенно характерные для шаманизма, в частности присущие и сибирскому шаманизму. Но особенно интересен момент видения света, фотизма, чрезвычайно характерный для многих развитых форм религии (от раннего брахманизма до буддийской йоги и христианской мистики). Пример эскимосского шамана свидетельствует, что подобный опыт был доступен для архаического человека со времен незапамятной древности.

Весьма любопытной особенностью эскимосского шаманизма является техника созерцания собственного скелета, входящая в индивидуальный психотехнический опыт иницируемого. Длительное и упорное созерцание себя как скелета сопровождается своеобразной аскезой и предполагает

способность к высокой степени сосредоточенности и визуализации. Шаман постепенно как бы снимает с себя кожу, мышцы, убирает внутренние органы и т. д. до тех пор, пока от его тела не останется один скелет. Во время этой созерцательной процедуры шаман называет каждую часть своего тела, каждую его косточку, используя особый священный шаманский язык. Так, избавившись от преходящего и гибнущего, от плоти и крови и сведя свое тело к его субстанциальной основе, как бы приобщившись к вечности, шаман посвящает себя служению, отождествляясь с той первоосновой, которая будет существовать столько же, сколько солнце и ветер. По существу, именно этот момент созерцания себя как скелета и тождественен посвящению, за которым следует получение поддержки от духов-помощников.

В отличие от сибирского шаманизма, где видения смерти, расчленения тела и пр. предполагают совершение этих актов (убийства, расчленения) другими лицами (предками шамана, духами и т. п.), здесь переживание себя как скелета воспринимается следствием собственных усилий в аскетизме и психотехнической созерцательной практике. Но и в сибирском, и в эскимосском случае сведение себя к скелету означает выход (в терминологии Элиаде) за пределы профанного в область сакрального.

Здесь кость представляет собой символ самого первоисточника жизни, субстанциальной основы существования, вечной и неизменной реальности, не подлежащей тленному и изменчивому миру плоти и крови. Свести себя к скелету – это как бы вновь, говорит Элиаде, войти в утробу первозданной жизни и пережить полное обновление, таинственное возрождение.

Отметим, что подобного рода психотехнические приемы есть и в высокоразвитых религиях, например, в буддизме и христианстве. Но здесь их цель существенно иная

– видение тщеты и мгновенности мирского и профанического, всеобщности непостоянства и неизбежности смерти. Однако поскольку переживание этого «памятования о смерти» также ведет к трансцендированию профанического уровня, можно говорить все же о принципиальном функционально-целевом тождестве двух подходов.

Особенно интересен пример даосизма, сохранившего изначальную архаическую семантику скелета и костяка. «Дао дэ цзин» противопоставляет внешней и поверхностной красоты преходящего мира (цвета, звуки и влечение к ним) постоянность и сущностность живота и костяка, пищи и скелета. И то, и другое равным образом символизируют субстанциональность и предельную реальность невыразимого и «непроходимого» Пути – вечного Дао. Это объясняется уже неоднократно отмечавшейся нами неразорванной связью даосизма с архаическим типом мышления и базовыми формами архаической культуры.

Резюмируя сказанное, отметим еще раз, что всякий инициационный ритуал является ритуалом мистериального типа и предполагает непосредственное переживание посвящаемым смерти, расчленения тела, воскресения и преображенного возрождения, не только кладущего конец «шаманской болезни» в случае наличия таковой, но и превращающего нового шамана в сильную личность архаического общества.

ШАМАНСКОЕ КАМЛЕНИЕ. ПУТЕШЕСТВИЯ В ИНЫЕ МИРЫ

За ритуалом инициации следует ознакомление шамана с его духами-помощниками, наделяющими его силами, и надевание церемониального облачения (шаманского костюма) со сложной космологической и психотехнической символикой.

Сам инициационный цикл завершается особой церемонией «тестирования» шамана, которую иногда

называют посвящением, что неправильно, поскольку реальное посвящение имело место гораздо раньше (мы охарактеризовали его выше). После этого посвящения шаман проходит достаточно долгий период обучения, во время которого овладевает психотехническими приемами, знакомится с мифологией, космологией, эпическими сказаниями своего народа и т. п. Тогда же совершается и упомянутое выше наделение силами и облачение в ритуальные одежды. В заключение данного подготовительного периода и имеет место церемония утверждения шамана в своем статусе, своеобразное «тестирование» его сил и способностей, которое можно считать своего рода «конфирмацией» шамана.

Иногда это событие предполагает многодневный публичный праздник, иногда шаман совершает свое первое камлание в уединении, в присутствии только своего учителя.

В отдельных случаях такое подтверждение достоинства шамана включает в себя различные испытания, как это бывает у тунгусо-маньчжурских народов. Маньчжурский шаман, например, должен без какого-либо вреда для себя пройти по горячим углям, демонстрируя нечувствительность к жару. Проводится и противоположное испытание: в разгар зимних морозов во льду делают девять отверстий (по типу прорубей) и шаман (видимо, обнаженный) должен влезть в одну прорубь и вылезти из второй, влезть в третью и так далее, вплоть до девятой. Цель испытания – проверить, обладает ли шаман способностью производить внутренний жар, нечто вроде психического тепла (туммо), обретаемого в процессе чунда-йоги адептами тибетской буддийской школы кагью-па (каджуд-па), так называемыми репа (рее-па). Вообще, следует отметить, что шаманская психотехника предполагает достижение шаманом высокой степени контроля над своими психосоматическими функциями. Известно (и это засвидетельствовано таким авторитетнейшим

ученым, как С. М. Широкогоров), что во время камлания шаманы совершают прыжки экстраординарной высоты (это объясняется шаманистами легкостью тела камлающего шамана, приобретающего способность к левитации, причем ритуальное облачение шамана может весить до 30 кг; между тем люди, на которых шаман вскакивал во время камлания, утверждали, что не чувствовали его тяжести), демонстрируют сверхчеловеческую силу, неуязвимость (шаман протыкает себя ножами или мечами, не чувствуя боли и не обнаруживая никаких признаков кровотечения), ходят, не получая ожогов, по горящим углям и т. п.

Теперь следует сказать о статусе и функциях шаманов в архаических обществах. Как правило, шаманы занимали очень высокое социальное положение (исключение здесь – чукчи), а у бурят-шаманистов шаманы были даже первыми политическими лидерами. Следует отличать шамана от жреца – жертвоприношения и молитвы божествам не являются прерогативой шамана. Даже если ритуал камлания предполагает жертвоприношение, его иногда совершает не шаман, а другой священнослужитель. Также шаман не участвует в совершении ритуалов жизненного цикла (рождение, бракосочетание, беременность, смерть), за исключением тех случаев, когда человек в это время нуждается в защите. Главные функции шамана – функции целителя, знахаря и психопомпа – проводника душ умерших в потусторонний мир. В отдельных случаях шаман использует свои способности для «меньших целей» – предсказание погоды, поиск посредством ясновидения потерянных вещей и т. п. Гадания и предсказания также являются важной функцией шамана.

В некоторых традициях существует разделение шаманов на «белых» и «черных» (например, ай оюна и абасси оюна у якутов или сагани бо и караин бо у бурят), хотя это разделение часто имеет чисто условный характер; например

ай оюна («белые» шаманы) очень часто не шаманы вообще, а жрецы-священнослужители. Считается, что «белые» шаманы совершают восхождение в небесные миры и почитают небесных богов или высшего бога, а «черные» шаманы связаны с подземными, хтоническими, духами и совершают нисхождение в нижний мир. Однако, как правило, «волшебные (экстатические) путешествия» и в верхний, и в нижний мир совершает один и тот же шаман.

После этих кратких замечаний можно приступить к характеристике самого ритуала (сеанса) камлания. Камлание представляет собой ритуальное вхождение шамана в психотехнический транс (совершаемый обычно публично) для достижения тех или иных целей. Обычно это или исцеление больного, для чего необходимо найти и вернуть похищенную злыми духами душу (иногда предстоит определить – какую, так как для шаманизма характерно представление о множественности душ, последнее существует и в некоторых более развитых традициях – например, китайская концепция животных, по, и разумных, хунь, душ), или проводы души (одной из душ) умершего в потусторонний мир. Иногда камлание совершается и по «малым» поводам (нахождение пропавших домашних животных и т. п.). Но в любом случае оно предполагает вхождение шамана в особое состояние сознания (транс, экстаз), подразумевающее или волшебный полет духа шамана вместе с духами-помощниками в верхний либо нижний миры, или (в «малых» случаях) проявление экстрасенсорных способностей шамана, а следовательно, и различные трансперсональные переживания.

Большую роль в камлании играют так называемые духи-помощники шамана, причем иногда проводится различие между избирающим шамана духом и малыми духами, по его приказу содействующими шаману в его делах. Л. Я. Штернберг, например, приводит рассказ шамана о

явлении ему женского духа, призвавшего его к шаманскому служению. У гольдов (бассейн Амура) существует представление о том, что избирающий дух (аями) вступает в брак со своим избранником, сопровождающийся эротическими видениями и переживаниями. Затем аями посылает духов-помощников, чтобы они служили шаману. Иногда избирающий дух имеет тот же пол, что и шаман, что приводит к ритуальному трансвестизму: шаман меняет свой пол (иногда внешне – меняя одежду и украшения, а иногда и более существенно: меняются даже голос и конституция шамана, что свидетельствует о глубокой гормональной перестройке организма; часто шаманы после этого вступают в гомосексуальный брак с другим мужчиной). Подобного рода явления известны среди чукчей, камчадалов, азиатских эскимосов и коряков, а также в Индонезии (мананг бали народа морских даяков), Южной Америке (патагонцы, арауканцы) и отчасти в Северной Америке (у индейских племен арахо, чейенне, уте и др.).

Мы рассмотрим структуру камлания на примере тунгусо-маньчжурского шаманизма, блестяще описанного нашим соотечественником С. М. Широкогоровым, белым офицером, а потом известным этнологом, публиковавшим свои работы в основном на английском языке.

Пример тунгусо-маньчжуров весьма удобен, поскольку у маньчжуров в период их владычества в Китае (династия Цин, 1644-1911 гг.) шаманизм приобрел наиболее зрелый и институализованный вид (в Пекине даже существовал шаманистский храм с шаманами в златотканых шелковых и парчовых ритуальных облачениях, что побудило о. Иакин-фа Бичурина рассматривать шаманизм как одну из мировых религий), а некоторые шаманские предания и литургические нормы были зафиксированы письменно. Но с другой стороны, именно тунгусо-маньчжурский шаманизм по тем же причинам оказался под сильнейшим воздействием тибето-

монгольского буддизма и религий Китая, что иногда затрудняет вычленение исходных чисто шаманских элементов.

Камлание шамана у тунгусо-маньчжурских народов обычно включает в себя три этапа: предварительное жертвоприношение (обычно лося, но в отдельных случаях – козла или ягненка), собственно камлание, или экстатическое путешествие, шамана и благодарственное обращение к духам-помощникам.

Камлания, предполагающие нисхождение в нижний мир, совершаются для: 1)жертвоприношения предкам; 2)поиска души пациента и ее возвращения; 3)сопровождения души умершего. Этот тип камлания считается очень опасным и его совершают только отдельные, сильные шаманы (его техническое название – оргиски, т. е. «по направлению к орги» – западной или нижней области).

Перед камланием шаман готовит нужные ему ритуальные предметы – изображение лодки, фигурки духов-помощников и т. п., а также шаманский бубен. После жертвоприношения лося происходит созывание духов-помощников. Затем шаман курит, пьет стакан водки и начинает шаманскую пляску, постепенно вводя себя в экстатическое состояние, завершающееся потерей сознания и каталепсией. В лицо шаману брызгают три раза жертвенной кровью и приводят его в чувства. Шаман начинает говорить не своим, высоким голосом и отвечать на вопросы присутствующих. Считается, что это отвечает вселившийся в тело шамана дух, тогда как сам шаман находится в подземном мире (что свидетельствует о своеобразном феномене раздвоения личности). Через некоторое время шаман «возвращается» в свое тело, и его встречают восторженные крики присутствующих. Эта часть камлания занимает около двух часов.

Третья часть камлания начинается после 2–3-часового перерыва и заключается в выражении шаманом благодарности духам.

Интересно, что если во время камлания в тело шамана вселяется зооморфный дух (например, в одном случае, описанном Широкогоровым, – волк), то шаман ведет себя соответствующим образом, отождествляясь с этим животным (на этапе раздвоения личности).

Шаманское путешествие в мир мертвых описано в знаменитом маньчжурском тексте «Повесть о шаманке Нисань». Ее содержание следующее: в эпоху правления в Китае династии Мин (1368—1644 гг.) на охоте в горах погибает молодой человек из богатой семьи. Шаманка Нисань вызывается вернуть его к жизни и отправляется за его душой в мир мертвых. Она встречает множество душ, в том числе душу своего умершего мужа, и после бесчисленных испытаний и опасностей в сумраке нижнего мира находит душу молодого человека и возвращается с ней на землю; он оживает. Этот текст интересен не только описанием экстатического опыта шамана, но и как свидетельство шаманских истоков «темы Орфея», весьма значимой для мистериальных культов древнего мира.

Аналогичным является и камлание, совершаемое для восхождения на небо. В качестве вспомогательных средств шаман использует 27 (9х3) молодых деревьев, отождествляемых с опорами мироздания по сторонам света и мировой осью (отверстие в центральной части юрты, кстати, часто отождествляется с Полярной звездой, через нее проходит мировая ось, по которой шаман может попасть в небесный мир). Еще один аналогичный ритуальный предмет – лестница. После жертвоприношения шаман приводит себя в экстатическое состояние пением, ударами в бубен и пляской. В момент потери им сознания начинается полет его души в небесный мир. Такие камлания совершаются и в дневное, и в

ночное время. Широкогоров считает, что камлание ради полета на небо заимствовано тунгусским народом от бурят.

Психотехнический транс играет огромную роль в тунгусском шаманизме; основные методы его достижения – пляска и пение. Детали камлания близки к деталям сеансов других сибирских народов: слышны издаваемые шаманом «голоса духов», шаман приобретает легкость и пациент не чувствует его веса, когда шаман в своем почти двухпудовом облачении вскакивает на него, во время транса шаман ощущает сильный жар. Он приобретает нечувствительность к огню, режущим предметам и т. д.

Предложим лишь еще один пример шаманского камлания, на этот раз обратившись к чукотскому материалу, поскольку чукчи являются палеоазиатским народом, традиция которого в значительно меньшей степени подвергалась влияниям высокоразвитых цивилизаций и религий. Следует отметить, что к началу XX в., то есть ко времени приведенных здесь наблюдений В. Г. Богораза, чукотский шаманизм находился в состоянии упадка. Упадок традиции отмечали у себя и другие народы Сибири. Он проявлялся в том, что шаманы постепенно утрачивали психотехнические навыки, заменяя реальное трансперсональное переживание его имитацией, воспроизведением лишь внешней стороны транса без реального психотехнического опыта, а «волшебное путешествие» шамана подменялось сном, в котором шаман считал возможным увидеть пророческое видение или выполнить свою миссию целителя и психопомпа. Шаманские камлания, в свою очередь, превращались в спектакли, наполненные различными «сценическими эффектами» и демонстрацией паранормальных способностей шамана, а иногда и просто трюками на манер чревовещания.

Шаманов на Чукотке было очень много, до одной трети населения. Процветал и семейный шаманизм, заключающийся

в том, что каждая семья, имевшая свой шаманский бубен, передававшийся по наследству, в особые праздничные дни имитировала сеансы камлания. Речь идет только об имитации внешних моментов поведения шамана (прыжки вверх, подражание священному языку шаманов – издавание нечленораздельных звуков и т. д.). Иногда при таких коллективных акциях имели место пророчества, но к ним никто серьезно не относился. Главное формальное отличие этих семейных камланий от подлинно шаманского состоит в том, что семейное камлание (в котором принимают участие даже дети) проводится при свете под наружным навесом чума, тогда как шаманское – в спальном помещении и в полной темноте.

Основные параметры психотехники чукотского шаманизма тем не менее поддаются реконструкции. Шаманское призвание, как правило, проявляется у чукчей или в виде «шаманской болезни», или означает священную эпифанию – появлением в критический момент божественного животного (волка, моржа), спасающего будущего шамана. Как правило, у шаманов не бывает персональных учителей, хотя они ссылаются на наставления, получаемые ими от духов во время психотехнического транса. Чукотский фольклор постоянно описывает «волшебные путешествия» шамана в небесные (через Полярную звезду) и иные миры в поисках душ больных и т. п., хотя в начале XX в. камлание сводилось в основном к призыву духов, различным трюкам и имитации транса.

Шаманский бубен часто называется лодкой, а психотехнический транс – «потоплением» шамана, что указывает на подводные странствия чукотского (как и эскимосского) шамана. Тем не менее описываются также полеты шамана в верхний мир и нисхождения в нижний.

Во времена В. Г. Богораза камлание происходило следующим образом: шаман раздевался по пояс, курил

трубку и начинал бить в бубен и петь мелодию (у каждого шамана она была своя). Затем в чуме раздавались «голоса духов», слышимые из самых разных направлений. Казалось, что они или исходят из-под земли, или приходят сверху. В это время очевидцы наблюдали различные паранормальные явления – левитацию предметов, камнепад и т. п. (от оценки реальности таких явлений мы воздерживаемся). Духи умерших беседовали со зрителями голосом шамана.

При переизбытке парапсихологических явлений настоящий транс был весьма редким, и только иногда шаман падал на пол без сознания, а его жена накрывала его лицо куском ткани, зажигала свет и начинала петь. Считалось, что в это время душа шамана советуется с духами. Приблизительно через 15 минут шаман приходил в себя и высказывал свое мнение по заданному ему вопросу. Но часто транс заменялся сном, поскольку чукчи приравнивают сон шамана к трансу (вероятно, тантрическая йога сновидений коренится в шаманской психотехнической деятельности в состоянии сна).

Шаманы также применяют метод лечения высасыванием, во время которого шаман демонстрирует насекомое, колючку и т. п. как причину болезни. Весьма любопытны шаманские операции, напоминающие знаменитые методы филиппинских целителей. В. Г. Богораз сам присутствовал при одной такой операции. Мальчик 14 лет лежал обнаженным на земле, а его мать, известная шаманка, руками как бы раскрыла его живот, причем В. Г. Богораз видел кровь и обнажившиеся внутренние органы. Шаманка погрузила свои руки глубоко в рану. Все это время шаманка вела себя так, будто она находилась под воздействием сильного жара, и постоянно пила воду. Через несколько мгновений она вынула руки, рана закрылась, и Богораз не увидел никаких от нее следов. Другой шаман после долгой пляски вскрыл ножом свой собственный живот.

Подобного рода явления или трюки характерны для всей Северной Азии и связаны с достижением власти над огнем. Такие шаманы могут также глотать раскаленные угли и касаться раскаленного добела железа. Большинство подобных способностей (трюков) демонстрировалось в начале века для всеобщего обозрения среди бела дня. В. Г. Богораз описывает и такой номер: шаманка чем-то трет небольшой камень, и его кусочки падают в ее бубен. Под конец в бубне появляется целый холмик из этих кусочков, но камень в руках шаманки не уменьшается и не меняет своей формы. На Чукотке устраивались даже целые соревнования шаманов-«волшебников». Описаниями подобных состязаний полон чукотский фольклор.

Чукотский шаманизм имеет еще один интересный аспект. Существует целый класс шаманов, изменивших пол. Их называют мягкими мужчинами или мужчинами, похожими на женщин. Как утверждают, по повелению келет (духов) они поменяли свой мужской пол на женский. Они носят женскую одежду, ведут себя, как женщины, и порой даже выходят замуж за других мужчин. Однако обычно приказу келет подчиняются только отчасти: шаман носит женскую одежду, но продолжает жить со своей женой и имеет детей. Иногда шаман, получивший подобный приказ, предпочитает трансвестизму самоубийство, хотя гомосексуализм всегда был известен чукчам. О распространенности подобного рода транссексуальности в шаманизме разных этносов уже говорилось выше.

ТРАНСПЕРСОНАЛЬНАЯ ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ШАМАНСКОЙ ПСИХОТЕХНИКИ

Как уже отмечалось, шаманизм был первой формой религии, в которой ее глубинная сущность впервые непосредственно проявила себя в психотехнической практике и трансперсональном переживании. Многие паттерны и парадигмы шаманского опыта сохранились в той или иной

форме в более поздних религиозных традициях. Инициационный опыт смерти-воскресения нашел свое развитие в мистериях растерзанного и воскресшего бога-спасителя средиземноморской древности. Структурные элементы камланий и других форм шаманской практики («психическое тепло», психотехническая работа во сне и т. п.) явно просматриваются в даосизме (здесь также весьма любопытно преломляется и транссексуальный мотив шаманизма), индуистском и буддийском тантризме.

Причем речь отнюдь не идет о пережитках или реликтах шаманизма в этих традициях. Во-первых, шаманизм как бы задал некоторую парадигму (или парадигматические рамки) определенным типам религиозного опыта, который, видимо, только и может развертываться в этой парадигме, и поэтому шаманистское в ряде случаев оказывается религиозно-универсальным, но впервые проявившимся в шаманизме. Во-вторых, часто шаманистские мотивы и формы практики имеют характер деривата, то есть сознательно используемого и переосмысленного элемента религиозной практики (подробнее мы поговорим об этом в связи с тантрийской йогой). Например, ритуал чод, практикуемый в тибетском буддизме (он заключается в предложении своего тела в пищу духам и демонам и переживании его пожирания ими), совершенно отчетливо смоделирован по образцу шаманского инициационного переживания смерти-воскресения, однако помещен в иной концептуальный контекст, обогащающий и его трансперсонально-психотехническое содержание: его цель – преодоление иллюзии атмана («я» или «эго») и дуализма сансары и нирваны.

Как мы помним, шаманизм чаще всего начинается с «шаманской болезни», преодолеваемой в ходе инициации, базирующейся на переживании смерти-возрождения, после чего шаман не только исцеляется, но и приобретает силы,

способности и авторитет, становясь признанным духовным лидером своего народа. Согласимся, что «шаманская болезнь», в принципе, может рассматриваться как своего рода психическое расстройство, однако это отнюдь не означает того, что шаманы – психически больные люди. Дело в том, что трансперсональная психология рассматривает серьезные психотические состояния (типа шизофрении) не как болезнь, а как своего рода трансперсональный кризис. Уже К. Г. Юнг видел причину психического расстройства в подавлении сферы бессознательного с ее архетипами, интуициями и устремлениями. Конфликт между бессознательным и сознанием и находит свое разрешение в виде болезни.

Трансперсональные психологи обратили внимание на несколько обстоятельств. Прежде всего, психические расстройства у больных легче проходят или, по крайней мере, легче наступает устойчивая ремиссия в том случае, если болезнь протекает ярко и ее симптомы проявляются отчетливо. Более того, попытки приглушить симптоматику транквилизаторами, скорее, загоняют болезнь внутрь, а не лечат ее, и применение плацебо (неактивные препараты, «пустышки») оказывалось даже более эффективным. Но еще интереснее то, что определенная стимуляция психического расстройства посредством применения психоделиков и другими способами приводила к максимально положительным результатам, а иногда и к полному выздоровлению, что говорит о болезни как о своего рода кризисе, при котором терапевт должен создавать условия для стимуляции его разрешения, а не тормозить его развитие транквилизаторами.

Далее, было обнаружено, что люди по-разному чувствительны к всевозможным воздействиям из сферы трансперсонального или бессознательного. У одних глубинные переживания начинаются только после приема большой дозы ЛСД, тогда как другие буквально постоянно

бомбардируются впечатлениями из области бессознательного. В том случае, если подобная чувствительная личность перестает контролировать процесс взаимодействия модусов сознательного и бессознательного (или неспособна на такой контроль) и начинает к тому же смешивать явления внутреннего мира и согласованной реальности, то взаимодействие двух областей становится конфликтным, что и выражается в психическом расстройстве типа шизофрении, по существу являющемся трансперсональным кризисом, коренящимся в дисгармонии двух модусов или интенций психики: хилотропического, ориентированного на парадигмы обыденного сознания и общепринятых в данной культуре норм и представлений, и холотропического, ориентированного на целостность и единство трансперсонального видения.

Зацикленность на этих (а возможно, и на иных) переживаниях и невозможность разрешающе пережить их не позволяют выйти из патологического состояния. Между тем это разрешение в силу самого характера базового опыта естественно приобретает характер страданий (ср. расчленение тела шамана в ритуале посвящения), смерти и возрождения-воскресения. Интересно и важно то, что ряд психиатров считают, что психические пациенты могут выходить из кризисных состояний с более высоким уровнем цельности и собранности, чем до начала болезни. Отмечается, что такой положительный исход наиболее вероятен, когда содержание психотического переживания включает элементы смерти-возрождения или разрушения и воссоздания мира.

Все вышесказанное позволяет достаточно просто и непротиворечиво интерпретировать феномен шаманизма.

Субъектом «шаманской болезни» становится чувствительный к воздействию трансперсонально-бессознательной сферы человек, у которого проникновение образов бессознательного в сознательное оказывается

наиболее интенсивным в пубертатный период, что вполне естественно (интересно, что в Китае именно отроки – тун считались естественными медиумами и прорицателями). Вторжение образов как перинатального, так и архетипического аспектов бессознательного приводит к трансперсональному кризису – «шаманской болезни» – парapsихотическому состоянию. Сопровождающие его депрессия, сонливость и т. д. свидетельствуют о связи этого состояния с травмирующим опытом. Содержание глубинных пластов психики является будущему шаману в образах, опосредованных его культурной традицией, – голосах и явлениях духов, божеств и т. п., маркирующих те или иные слои и пространства психического опыта.

Переживания посвящения оказываются своего рода глубинной психотерапевтической процедурой, в ходе которой трансперсональный кризис разрешается через завершенность перинатального переживания, кульминирующего в рождении (возрождении), а сфера трансперсонального находит свободный доступ на уровень самосознания шамана, гармонически сочетаясь с ним и оказываясь в границах способности шамана к самоконтролю, что благоприятствует высокой степени реализации потенций его личности и интегрированности психики. Это достигается именно через опыт страданий (расчленения), смерти, обновления и воскресения-возрождения.

Что касается видений и переживаний шамана в камлании, то они достаточно хорошо известны глубинной психологии. Здесь следует упомянуть такие экстрасенсорные переживания, имеющие место на сеансах трансперсональных психологов, как внетелесный опыт («Некоторые лица переживали себя полностью непривязанными к своим физическим телам, паря над ними или наблюдая их из другой части комнаты. Иногда субъект может также утратить осознание физического окружения сеанса, и его сознание

перемещается в разные области переживаний и субъективные реальности, казавшиеся целиком независимыми от материальной реальности»). Особенно интересно редко встречающееся переживание выхода в пространство некоей реальности, по описаниям напоминающее сферу пребывания душ умерших, известную по спиритической и оккультной литературе, а также сходное с «промежуточным существованием (антара бхава, бардо) буддийской традиции».

Последнее сопоставление окажется еще более интересным, если мы вспомним, что в индо-тибетской тантрической традиции существовал определенный тип психотехники (йоги), направленной на переживание практикующим этого «промежуточного состояния» между смертью и новым рождением, а само это состояние рассматривалось как определенный уровень развертывания индивидуального сознания, содержание которого обусловлено предыдущим опытом и верованиями умершего («каждый после смерти видит то, во что он верит»). Не исключены шаманистские корни этой йоги промежуточного состояния, хотя цели шаманского и тантрического вхождения в него совершенно различны: шаман на этом уровне развертывания психики, воспринимаемом им в качестве объективной реальности, ищет похищенную душу больного или провожает душу умершего; а йогин стремится к обретению просветления, которое как уникальный шанс спастись, согласно этой традиции, получает на мгновение любой умерший, но не умеет, как правило, этим шансом воспользоваться. Однако в любом случае мы встречаемся здесь со своеобразным путешествием в различных слоях бессознательного.

Тема 3. Психологічні особливості релігій Індостану

1. Ведизм⁸⁰ і Брахманізм⁸¹). Ознаки повноцінної релігії.
2. Індуїзм⁸²): Шиваїзм⁸³), Вайшнавизм⁸⁴), Шактізм⁸⁵) і Смартизм⁸⁶).
3. Джайнізм⁸⁷). Сикхізм⁸⁸).
4. Йога⁸⁹).

⁸⁰) Про Веди лив.: Кейпер Ф. Б. Я. Труды по ведийской мифологии. URL: https://www.indostan.ru/biblioteka/3_2767_0.html (с.28 – 37);

⁸¹) Про Брахманізм див.: Философия Упанишад // Васильев Л.С. История религий Востока. URL:

https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/88.php;

⁸²) Индуизм. Васильев Л. С. *История религий Востока*. URL: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/106.php;

⁸³) Шива и культ лингама. Васильев Л. С. *История религий Востока*. URL: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/109.php;

⁸⁴) Див.: Вишнуизм и шиваизм. Дандекар Р. Н. *От Вед к индуизму: Эволюционирующая мифология*. Москва, 2002. 286 с. URL: [http://wiki.shayvam.org/Вишнуизм_и_шиваизм](http://wiki.shayvam.org/Вишнуизм_и_шиваизм;);

⁸⁵) Про шактизм, Дургу і Калі див.: https://studopedia.su/2_2931_shaktizm.html;

⁸⁶) Сравнение четырех школ индуизма. URL: http://scripture.ru/sravnenie_religiy4.htm;

⁸⁷) Джайнизм: история, учение, культ. URL: <https://vidya613.wordpress.com/2018/04/02/джайнизм-история-учение-культ/>;

⁸⁸) Сикхизм: история и учение. URL: <https://vidya613.wordpress.com/2017/06/29/сикхизм-история-и-учение/>;

⁸⁹) Про Йогу див.: Смирнов Б. Л. Санкхья и Йога. URL: https://www.e-reading.club/bookreader.php/1014428/Smirnov_-_Sankhya_i_yoga.html; Саторин И. Происхождение жизни в теории йоги. URL: <https://progressman.ru/2009/05/stroenie-realnosti/>; Кришнананда. Психология йоги в сравнении с психологией веданты. URL: https://yoga.narodnarada.info/istoriya-yogi_918/psihologiya-yogi-sravneni-psihologiy-41156.html; Корнеенков С. С. Психология йоги: ступени йоги и уровни сознания человека. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-yogi-stupeni-yogi-i-urovni-soznaniya-cheloveka>; Борисов С. К. Человек в системе Санкхья-Йога. URL: http://www.sociognosis.narod.ru/myweb8/docs/Borisov_sankhya_joga.htm;

5. Тантризм⁹⁰⁾.

6. Буддизм⁹¹⁾: «шуньята»⁹²⁾ махаяни⁹³⁾ та зречення і «карма»⁹⁴⁾ в хінаяні⁹⁵⁾.

Элиаде М. Йога. Бессмертие и свобода. URL:

https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/comporative_bogoslov/Ioga/index.php

⁹⁰⁾ Эвола Ю. Йога могущества. URL: https://www.e-reading.club/chapter.php/83577/1/Evola_-_Ioga_mogushchestva.html; Элиаде М. Йога. Бессмертие и свобода. URL:

https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/comporative_bogoslov/Ioga/58.php;

http://wiki.shayvam.org/Введение_в_каула-тантризм; Хью Урбан. Йога

секса. URL: <http://yogarus.ru/хью-урбан-йога-секса-тантра-ориентал/>;

Ферштайн Г. Тантра. Москва, 2002. 400 с. URL:

<http://rumagic.com/forums/index.php?showtopic=2975>; ще (повний текст): opentextn.ru/data/files/Georg_Fershtayn_-_Tantra.pdf ;

⁹¹⁾ Про психологію буддизму див.: Брейзиер К. Буддистская психология. Москва, 2006. 353 с. URL: <https://www.klex.ru/hrl>; Лингвуд Д. Реактивный и творческий ум. URL:

<http://buddhayana.ru/новости/items/скачать-или-читать-статьи.html>; Как выйти из колеса привязанностей и не удариться в мистику: современный подход к практике буддизма. URL: <https://monocler.ru/buddizm-i-nauka/>;

Эпштейн М. Мысли без мыслящего. Психотерапия в буддийской перспективе. URL: <http://www.kunpendelek.ru/library/psychology/articles-books/thoughts-without-thinking/>;

Хансон Р., Мендиус Р. Мозг Будды: нейропсихология счастья, любви и мудрости. URL: https://www.e-reading.club/bookreader.php/1061708/Hanson_-_Mozg_Buddy__neyropsihologiya_schastya%2C_lyubvi_i_mudrosti.html;

Радхакришнан С. Индийская философия. URL:

<http://psylib.org.ua/books/radha01/txt07.htm#12>;

⁹²⁾ Про шуньяту див.: <http://buddhayana.ru/четыре-шуньяты.html>;

<https://cyberleninka.ru/article/v/ponyatie-pustoty-v-buddiyskoy-filosofii>;

https://www.researchgate.net/publication/327832202_KONCEPCIA_OSVOB_OZDENIA_V_UCENII_MAHAAANY_pdf;

⁹³⁾ Про махаяну див.: <http://buddhayana.ru/что-такое-буддизм-махаяны.html>; <http://psylib.org.ua/books/uotts01/txt03.htm>;

⁹⁴⁾ Про карму див.:

https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/102.php; її причини:

<https://religion.wikireading.ru/24112>; її наслідки:

<https://religion.wikireading.ru/24111>;

⁹⁵⁾ Відмінності двох напрямів див.:

<https://www.oum.ru/literature/buddizm/tri-kolesnicy-tri-puit-hinayana->

Додаток 3. Медитація – внутрішнє звільнення

1. Найдавніші релігійні пам'ятки Індії **Веди** (XVI – V ст. до н.е.) акумулювали міфологію та шаманську практику попередніх часів і повною мірою від них ще не відірвались. Боги в Ведах не є одвічними та нествореними; навпаки, в них ідеться про народження найголовнішого бога Індри; часто говориться, що боги не за самою природою безсмертні, а придбали собі безсмертя (одним із способів придбати його було здійснення подвигів аскетизму). Ведичні боги – істоти, які в усьому подібні людям і зовсім не надприродні; тому люди і не зобов'язані скорятися перед ними. Якщо люди приносять жертви, моляться їм, то небезкорисливо: не для того, щоб просити у них вибачення та поблажливості, і не для пом'якшення їх гніву, а щоб придбати собі їх сприяння, отримати від них багатство та інші блага або користуватися їх допомогою проти «заздрісників і ненависників».

Тому важливим для подальшого розгляду є питання про **диференціувальну ознаку повноцінної релігії**. Як ми вияснили із попередньої теми, первісна, міфологічна ментальність не вважає духів, предків та інші невидимі сили чимось вищим за себе, тобто тим, кому треба коритися і чимось жертвувати: якщо духам робили якесь підношення, то це було проявом зрівняльної справедливості (поділитися з усіма), а не вшануванням їх більше за себе. Інакше кажучи, **дорелігійне ставлення людей до духів – рівне, горизонтальне**, а головне те, що світ духів не є якимось окремим, надприродним світом, адже **духи живуть не лише на рівних, а й поряд, в одному з людьми світі**.

Релігія ж у повному сенсі слова починається тоді, коли духи або боги живуть уже в ієрархічно вищому світі, від

[mahayana-vajrayana/](https://kartaslov.ru/); робота з емоціями в них:

https://kartaslov.ru/книги/Ринпоче_К_Углубленный_буддизм_От_Хинаяны_к_Ваджраяне/1

якого земний світ цілковито залежить. Відповідно змінюються і самі **боги**: вони стають безсмертними й нествореними, всезнаючими й усемогутніми, тобто **наділеними абсолютними якостями**, недоступними для людей, які, у свою чергу, повинні віддавати богам найдорожче, включно із життям, тобто **йти на жертви і виявляти повну покірність**, без сумнівів і зрад. Інакше кажучи, **диференціувальна ознака повноцінної релігії** – це **роздвоєння світу** у свідомості людей (на природний та надприродний)⁹⁶.

Це інтелектуальне роздвоєння **емоційно** відчувається як **почуття безсилля та страху**. «Богів утворив страх», – сказав іще у часи раннього християнства римський поет Стацій. Як і діти в ранньому дитинстві, первісні люди не відчували страху, з ними траплялися біди, але це не змушувало їх тривожитися, навпаки, вони були на диво спокійні щодо всіх небезпек, які вони цілком усвідомлювали, і навіть любили свій страх, отримували від нього задоволення. Це іноді називають **фаталізмом**, але насправді це скоріше **безтурботність**. А от коли у людей дійсно **з'являється страх**, тоді і **виникає релігія**: люди починають боятися богів і з останніх сил будують їм **величезні храми**, а ці храми своєю величчю жахають потенційних ворогів, і це є одним із головних завдань їх існування; а другим їх

⁹⁶ Про ознаки повноцінної релігії (англомовні джерела) див.: Kathleen E. Smith, David Ray Griffin. Reenchantment Without Supernaturalism: A Process Philosophy of Religion. URL: https://books.google.com.ua/books?id=YE79VhHL1YIC&pg=PA252&lpg=PA252&dq=full-fledged+religion&source=bl&ots=_YOGKWcf9r&sig=ACfU3U2PbJIJkIesTnlSSIndjjs4IqkbJA&hl=uk&sa=X&ved=2ahUKEwjUhrDVjKXkAhWRtYsKHSkVC2wQ6AEwBHоЕCAcQAQ#v=onepage&q=full-fledged%20religion&f=false; http://www.qcc.cuny.edu/SocialSciences/ppecorino/PHIL_of_RELIGION_TEXT/CHAPTER_1_OVERVIEW/What_is_religion.htm

завданням залишається вселяти трепет у наступні покоління власних вірян. Тому релігія – це не дерев'яні ідоли, це – величезні брили Стоунхенджу та Гебеклі-Тепе, гігантські голови ольмеків чи статуї-моаї острова Пасхи, обеліски Єгипту та зикурати Шумеру.

Оцінюючи ж за ознакою роздвоєння світу ведичну релігію, варто сказати, що віри в переселення душ в ній ще не існувало. Під час Вед індійці *сподівалися стати безсмертними і жити серед богів*. Втім, їх думки тоді не були так серйозно зацікавлені загробним життям, як це сталося пізніше: в цей час вони були у захваті від земного життя та його грізних стихій. Життя вони сприймали поетично, складаючи гімни та героїчні історії про богів, що втілювали земні стихії, а у відповідь чекали від них натхнення. З богами в них узагалі склалися відносини рівного обміну.

За поняттями індійців ведичного часу, *релігійні жертви та дарунки мали примусову силу над богами*, боги нездатні чинити опір їх дії і обов'язково повинні виявити вдячність та надати допомогу. Тому жерці, що готували й приносили жертви богам, мали над останніми магічну владу. Боги не могли обходитися без підкріплення себе жертвенною поживою; тому люди давали «голодним богам» питво і страву, і хвалилися цим перед ними, щоби ті не забували про вдячність. Жертва давала богам мужність і силу, зміцнювала їх, від неї боги «росли», зокрема і в божественній ієрархії. Жертвними тваринами були в ведичний період рогата худоба, коні, кози, вівці. Приносилися в жертву і люди.

Але найвірніший успіх проханню-молитві доставляла «Сома» (Хаома), чиє жертвопринесення постійно прославляється в Ведах. Сома виготовлялася з соку невідомої нині гірської рослини, який зброджувався і чинив психотропний вплив на людей. Сому пили не лише поети, а й жерці, учасники ритуалу, і боги, наприклад, її дуже любив

Індра, войовниче і буйне божество, що здійснювало свої подвиги явно не на тверезу голову. Її значення визначалося дивним фактом: якщо боги не будуть її пити, вони перестануть бути безсмертними! До речі так само було і в олімпійських богів: вони мусили пити нектар та їсти амбросію⁹⁷), бо це давало їм вічну молодість і безсмертя.

Висновок є доволі очевидним: боги Вед ще не відділилися від людей і були з ними взаємозалежними, а отже, **ведична релігія була проторелігією**, проміжною ланкою між шаманізмом і релігією у повному сенсі слова, якою був уже Брахманізм. У період **Брахманізму ядром релігійного життя стають ритуали** та їх точне дотримання, обов'язкові жертвоприношення, а також рішення професійних жерців, що спеціалізуються на одній із чотирьох Вед і записують та відтворюють **священні тексти**. Складається і **вчення, що освячує нерівність людей**. У пізній за часом, десятій книзі Рігведи є гімн, який стверджує вічність станового поділу і те, що влада вручена царю богами. Та й у самому сонмі богів з'являється ієрархія: бог Індра, що був племінним богом могутнього племені бхаратів, стає вождем, а потім і раджею (царем) усіх богів.

У суспільстві складається поділ на варни (касти) **брахманів** (священників), **кшатрійів** (воїнів), **вайшья** (хліборобів, ремісників, торговців) та **шудра** (неповноправних і рабів). Головними стали **брахмани, професійні жерці**, що спеціалізувалися на Атхарваведі й були прямими наступниками шаманів-знахарів і своїми магічними обрядами позбавляли людей від злих духів (асурів,

⁹⁷ Див. гіпотезу про нектар: Кольцов И. Пища богов. URL: http://old.redstar.ru/2010/01/20_01/6_01.html; про використання психотропних речовин в історії релігії див.: Берснев П. Лабиринты ума. URL: <https://coollib.com/b/158718>; Поляк В. Религия под кайфом, или Почем опиум для народа. URL: <https://detaly.co.il/religiya-pod-kajfom-ili-pochem-opium-dlya-naroda/>; Куприянов А. Религия под кайфом. URL: <http://www.inostran.net/article.php?new=1&idart=14120301>

ракшасів) та їх шкідливих чар. Сила й значущість брахманів були прямо пропорційні їх особистій святості, яка прямо залежала від тапаса, тобто **аскези**, суворого самотництва та самозречення. Аскетам почали приписувати чудодійну силу, здатну рухати світом і рятувати його від знищення, а в крайній своїй ступені ступінь аскета могла похитнути навіть трони богів. Брахмани канонізують чотири Веди і складають свої коментарі до них, які теж називаються «брахмани», а крім того створюють ідею безтілесного абсолютного духа – **Брахмана**, що вбирає в себе всі душі і всіх богів.

Тепер пішли в минуле чисельні криваві жертви, що, найшвидше, було викликано змінами в способі життя нащадків аріїв, які зі скотарів перетворилися на хліборобів і мали явно меншу кількість худоби. На зміну їм прийшла умовність, символіка магічних жестів і заклинань. Так, замість узливання соми, в жменьку вареного рису капали масло і топлене молоко. В пантеоні з'являються нові боги неарійського походження, і зокрема – богині Калі, Дурга, Сура, Шакті. Був розроблений обряд дікші, мета якого – **розділити індивіда на матеріальну оболонку та духовну, безсмертну субстанцію**. Вважалося, що той, хто зробив цей обряд, тим самим отримував право на друге народження, тобто ставав «двічінародженим» («Людина народжується лише частково, тільки завдяки жертвоприношенню він дійсно народжується»). І чим більше жертв здійснює людина, тим більшим є її довголіття, яке може досягти і безсмертя.

Тобто справжня релігія починає **формулювати вимоги** до своїх вірян, правда поки що не до моральної поведінки, а до **ритуальної** (тієї, що не має практичного сенсу, але повинна підкріпити їх віру), і обіцяти за це **божественну винагороду**, правда поки що не після смерті, а якраз для її уникнення. Важливо і те, що в повноцінній релігії замість колишніх *одинаків-шаманів* чи *родів спадкоємних жерців* (які жертвами вимагали від богів поступок) з'явилися

професійні священники, що контролювали людей і вимагали від них виконання ритуалів заради спільного блага або уникнення покарань від бога.

Проте психологічно (або навіть психіатрично) це були ті самі особи з шизотиповим розладом, про який ішлося в ході розмови про шаманів (див. [Додаток 2.1. Шаманська хвороба](#)). Інша річ, що шаман мусив компенсувати прояви психічних порушень і використовувати переваги свого стану, інакше б він як одинак нікого б не переконав у своїй правоті. Натомість священники у переконуванні спирались на традицію поштивості до своєї професії та масову підтримку своїх вимог «колегами», тож їм не обов'язково було демонструвати й розвивати унікальні здібності. А відтак, вони виявляли зазвичай *гірші сторони шизотиповості*, і зокрема – породжений параноїдальністю **буквалізм у трактуванні священних текстів** і у вимогах про **дотримання ритуалів**.

Їх ритуалізм був швидше проявом *обсесивно-компульсивного розладу*, адже він стосувався найменших побутових дрібниць і був при цьому очевидно нав'язливим: скажімо, перед молитвою потрібно було стільки-то разів вдихнути лівою ніздрею і видихнути правою, роблячи паузи на певне число секунд, а потім навпаки, і так до безкінечності. Було розписано, скільки шматочків їжі і в якому порядку потрібно покласти до рота і скільки разів прожувати. Звичайно, добре, коли люди якісно прожовують їжу і дихають через обидві ніздрі, але не потрібно це сьогодні подавати як взірець вікової мудрості – йогічного дихання, аюрведичної дієти, адже всі ці ритуали породжені неподоланими нав'язливістями священників із шизотиповим розладом⁹⁸.

⁹⁸) Див. відеолекцію Р. Сапольскі – Біологія релігійності. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=711NhZ4EbEE> (починаючи з 38:58), а також книгу: Див.: Сапольски Р. Игры тестостерона и другие вопросы

2. А вже **Індуїзм**, базуючись на Упанішадах, «Махабхараті» і «Рамаїні» (котрі вважаються п'ятьма ведами), переводить сенс поняття «жертва» (яджня) із зовнішніх підношень богам – у внутрішні, в аскетичне жертвування власними бажаннями, потребами, аж до повного умертвіння самого себе, присвяченого певному богу. А щодо всіх інших з'явився принцип ахімси – невбивання живого. Нова ідея **сансари** – безкінечного циклу страждань і перероджень – була доповнена ідеєю **карми**, суть якої в тому, що сума злих і добрих справ кожної людини визначає форму подальшого народження. Гарна карма гарантує вдалу **реінкарнацію** (брахманом або князем); середня карма дасть можливість відродитися приблизно в тій самій якості, що була раніше; а погана карма призведе до народження ізгоем, рабом або недоторканим, а можливо і взагалі твариною.

Це вірування було могутнім стимулом до **внутрішнього контролю за дотриманням високих етичних стандартів**, що визначав характерне для індійця дбайливе й доброзичливе ставлення до природи, аж до найменших комах. Саме тому, якщо в Китаї суспільство періодично струшували грандіозні селянські повстання, що мали на меті відновлення соціальної справедливості, то Індія майже не знала таких рухів.

Проте головною зміною в Індуїзмі стало його **спрощення на догоду неосвіченим масам і включення в нього багатьох місцевих богів для якнайширшого залучення віруючих**. Народний індуїзм сприйняв і зберіг стародавні уявлення про карму з її етичної основою, про святість вед, не відмовився й від ідеї аскези з уявленнями про надприродні можливості тапаса. Однак все це було до межі спрощено. Більшість ведичних богів канули в Літу, не зуміли замінити їх і божества брахманізму (Брахман, Атман, Тот,

біології поведення. URL:

http://loveread.ec/read_book.php?id=84256&p=51

Пуруші) через їх метафізичність і абстрактність, а на передній план вийшли нові божества, точніше, нові іпостасі нібито тих же давніх, але модифікованих богів – приземлених, антропоморфних і спеціалізованих на певних сферах діяльності.

Більшість індуїстів ділиться на шиваїтів та вішнуїтів (вайшнавів), що надають перевагу відповідно Шиви або Вішну. Шива походить від ведичного Рудри, але з того часу у тисячах своїх імен-модифікацій він втілює безліч місцевих божків неарійських племен. Головною його функцією вважається руйнівна (бог смерті, руйнування, зміни), і це пов'язано як із тим, що він – борець із демонами, так і з його покровительством аскетам, які прагнуть до знищення свого тіла і злиття з Вічністю. Також він уособлює культ чоловічого начала, символізованого лінгамом, але всі його сили – як руйнівні, так і животворні – акумулюються у вигляді **Шакті**, яка іноді вважається назвою його сил, а іноді персоніфікується в жіночому образі «богині-матері» Індуїзму. Тому в шактізмі їй поклоняються як верховному божеству, а в тантризмі цінують як партнерку безперервного злиття з Шивою. Фактично **Шива уособлює «аполлонічне» начало в Індуїзмі, а Шакті – діонісійське.**

З точки зору психології «аполлонічність» шиваїзму полягала у **дотриманні дисципліни та самоконтроля**: точному виконанні ритуалів, регулярному читанні мантр, тобто всього, чого не вистачало несхильним до самодисципліни індійцям і що обмежувало й скеровувало їх фонтануючу креативність. Тому Шива і став верховним богом, а затребуваний ним **аскетизм** став найбільш популярним і шанованим засобом досягнення вищих релігійних цілей віруючими.

Натомість у шиваїзмі та вішнуїзмі Шакті розглядається як Парваті, дружина Шиви (або Лакшмі, дружина Вішну, або дружина будь-якого іншого бога, які все одно є проявами

сили єдиного Брахми). Дружина Шиви, як і він, має безліч іпостасей, і серед найбільш відомих – це Дурга і Калі, войовничі та жорстокі богині. Культ Шакті-Калі-Дурги здавна був пов'язаний із кривавими жертвами та еротичними обрядами. Зокрема прихильники однієї з сект Калі – **тугі** (душителі) – вбивали випадкових подорожніх, приносячи їх у жертву смертельно-пристрасній богині⁹⁹), а інші прихильники Калі та Шиви – **агхорі** – їдять мертву людську плоть, екскременти, і взагалі ні в чому собі не відмовляють, вважаючи це найшвидшим шляхом до **мокші** (звільнення від сансари)¹⁰⁰).

Все це можна сприймати як патологію і жахатись, але психологу важливіше не засуджувати, а зрозуміти внутрішню логіку такої поведінки, адже, як кажуть англійці, у кожному божевіллі є своя система, і саме до неї потрібно докопатися, роблячи психологічний «розтин» подібних культур і людей. Долаючи прив'язаність до цього світу страждань, де «всі ми від початку мертві», тугі й агхорі вважають необхідним позбутися найміцнішого зв'язку з ним у вигляді ламання останніх внутрішніх бар'єрів – гальм огиди і страху порушення моральних заборон – тож вони це роблять не тому, що це їм легко (як психопатам), а тому, що це теж своєрідний подвиг (тапас), і саме так це сприймають і всі інші, вірячи, разом із ними, що це дає їм магічні сили (**сіддхи**).

З точки зору психології долання внутрішніх «зажимів», зайвих заборон і самоконтролю, напруги і конфліктів, які розпорошують людські здібності на дрібні й непотрібні (нав'язані) цілі, дозволяє скерувати всі наші здібності на тому, що нам справді подобається, а отже, відповідає нашим

⁹⁹) Про секту душителів див.: <https://www.gumilev-center.ru/tkhagi-sekta-dushitelej/>; <https://ru.wikipedia.org/wiki/Туги>

¹⁰⁰) Про агхорі див.: <https://masterok.livejournal.com/2361702.html>; <https://religion.wikireading.ru/55070>; <http://advaitaworld.com/tag/капалика/>

здібностям. Результатом стає потрійна ейфорія – як від скинення оков цих хронічних зажимів, так і від гордості за те, що наважився на цей подвиг, а головне – ейфорія від повної реалізації здібностей, від своєї креативності та ефективності (якої не вистачало, поки ти себе стримував). Такий ефект дають всі «діонісійські» релігійні напрями – ті, які зосереджені на звільненні від зайвого самоконтролю і які справді розкривають приховані здібності, максимально зосереджують сили й дають приплив енергії (мотивації).

Одним із таких, «діонісійських» і найдавніших напрямків індуїзму є **шактізм**. Свідоцтва про існування шактізму сягають ще часів Хараппської цивілізації. Власне, всі «діонісійські» релігійні напрями є древнішими за «аполлонічні», адже вони прямо походять із шаманізму і перевищують його лише тим, що намагаються не лише передавати індивідуальний шаманський досвід, а й узагальнювати його, розробляти його світоглядні пояснення та систематизувати його технології (хоча цим самим вони потроху накопичують власні стереотипи та вимоги і переходять у розряд «аполлонічних» релігій).

У тому, що стосується описів Шиви і Шакті/Саті/Парваті, шиваїзм і Шактізм невіддільні одне від одного. Одним із засновників універсалістського шактізму можна вважати індуїстського містика й гуманіста Рамакрішну, який шанував Вселенську матір-Дургу в намисті із черепів і пояснював сенс ахімси як не лише непричинення зла, а й любові: «Немає любові там, де є ненависть, сором і страх». Послідовники шактізму поклоняються Божественній Матері Шакті в одній з її численних форм, таких як Калі, Дурга, Лакшмі, Сарасваті, Деві Маріамман (дравідську богиню, яку вважають прототипом Діви Марії) та інших. У розумінні послідовників шактізму, всі є дітьми Божественної Матері, бажанням якої є те, щоб усі її чада жили у природній

гармонії та злагоді, а також були вільними від внутрішніх «зажимів».

Істотно відмінним від Шиви є **Вішну** (прихильники якого називають себе вайшнавами, а напрям – **вайшнавізмом**): його функція – оберігати життя і лад на Землі, він м'який і миролюбний, люблячий і життєрадісний. Найвідомішими його аватарами є ідеальний правитель Рама (що втілює силу **волі**) і пастух Крішна (що втілює силу **любові**), які водночас були богами і людьми, народженими від смертних (майже як Ісус). Його почитання здійснюється у вигляді **бхакті**, тобто неподільної любові до особистого бога, насамперед до аватара **Крішни**. Оскільки проповідь любові до Крішни, що міститься в «Бхагавад-гіті», носила умоглядний характер і була адресована обмеженому колу адептів, статус масової релігійної течії кришнаїзм набув, коли ідея бхакті проникла в популярні обрядові форми: гімни, пісні й танці, і цим фактично повернулася до її архаїчних витоків (адже чорнота тіла Крішни свідчить про його належність до культури аборигенів-дравідів). Передостаннім втіленням Вішну вважається Будда (або Христос), тоді як десятим і останнім – Калки-Крішна, який прийде, щоб знищити світ у кінці часів.

Смартизм відрізняється від трьох інших напрямів Індуїзму тим, що вшановує не одного бога, а шістьох: Ганешу, Шиву, Шакті, Вішну, Сур'я та Сканду, і як прямий нащадок брахманізму намагається поєднати всі ці культури, роблячи наголос не на ставленні до бога, а на дисципліні виконання ритуалів (жертвоприношень, асан, мантр і пудж). Вищою метою смартиста є реалізація себе як Брахмана – абсолютної та єдино існуючої реальності, яку звичайні люди не бачать, скуті ілюзією-майя, а посвячений адепт (дживанмукта), визнавши факт нереальності навколишнього світу, медитує з цією метою на самого себе, як на Брахмана, і

завдяки цьому звільняється від бажань і карми у нинішньому житті (а не після смерті і кількох перероджень, як вважають інші напрями Індуїзму).

В Індії немає психологічного бар'єру між храмом і вулицею (мирським і сакральним). Входячи в християнський храм, ми закриваємо за собою двері і залишаємо за нею світ, адже нам потрібен час, щоб зосередитися на сакральній реальності. Для релігійного ритуалу в Індії не потрібно ніякого особливого стану, тому що загальна атмосфера життя тут – розкріпачена для почуттів і навіть по-дитячому сентиментальна, а тому наповнена природною релігійністю, яка не входить у протиріччя із будь-якою духовною церемонією. На вулицях досі розігруються релігійні сценки з індійського епосу Рамаяни і ходять живі учасники давньої історії, не викликаючи ні в кого подиву. **Віра індуїзму – це довірлива віра дитини**, для якої не потрібні пояснення й переконування. В цій вірі немає сумнівів, адже **це віра не в ідею, а в практику**, вона включена, інтегрована до всіх аспектів життя, і просто додає до них більшої інтенсивності відчуттів і впевненості у результатах. Тому вона легко може лікувати й творити дива.

Важливо й те, що на відміну від Заходу (і насамперед християнства), Індія та Схід в цілому **не схильні до антагонізму та знищення суперника**, тут протиборчі сили не просто співіснують і виявляють толерантність, вони потребують одне одного для природної гармонії. Навіть змії Врітра в «Махабхараті» постає мудрецем, що гідно приймає свою поразку, навчаючи свого переможця, царя богів Індру, ідеї про тлінність земного буття. Йому також приписується авторство медичних трактатів. Ось чому **боги і богині знищення не сприймаються тут як синоніми Сатани**, їх руйнівна сила не лякає, але вважається стимулом до

творчості, а смерть не стає болісною трагедією¹⁰¹). **Здатність любити всіх** – один із секретів індуїзму, і **бхакті** тут – не утопічний заклик (як у християнстві), а реальна **життєва практика мільйонів**.

Індійці як носії традицій, що базуються на ментальності сангвінічного темпераменту, мають багату інтелектуальну уяву і схильність до вигадування метафізичних (філософських) ідей, і ці умоглядні міркування відгороджують їх від побутових та життєвих проблем і співчуття конкретним людям. Зрозуміло, що на Сході взагалі не виділяють нікого (крім царів) і не переживають за долю окремих осіб, але в Індії ця шизоїдна неспівчутливість особливо кидається у вічі. З іншого боку, завдяки цій, багатій уяві релігійні ідеї для них – не формально завчена догма, а буквальна основа світогляду: вони постійно «бачать» у житті прояви цих ідей, дію духів, закони карми, і водночас «не помічають» реальних проблем, що накопичуються.

У межах індуїзму існує багато шкіл і сект, зокрема вчення таких всесвітньо відомих авторів, як **Ошо, Сатья Саї Баба, Махаріші Махеш Йога, Шрі Чинмой** та інші, із якими варто познайомитися самостійно, адже їх прибічників легко можна зустріти і в Україні.

Розглядаючи перше та друге питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

¹⁰¹ Індійці під час свят охоче вчиняли ритуальні самогубства (див.: Орловский И. Колесница Джаганнатха или Джаггернаута. URL: <https://www.proza.ru/2012/01/05/1275>), самокатування та самоспалення (див.: <https://kailash.ru/c001/1292.html>; <https://travel.tochka.net/ua/7785-umom-indiyu-ne-ponyat-traditsii-shokiruyushchie-turistov/>)

1. Які соціальні та психологічні причини виникнення **повноцінних релігій** і з якими змінами у світогляді віруючих це пов'язано?

2. Які **психологічні потреби** задовольняла **ведична релігія** і які **соціально-психологічні функції** виконувала?

3. Чому саме індійці обожнювали аскетизм і які психологічні причини вважати, що він дає людині магічні сили?

4. Яка **психологічна причина обожнювання** (в прямому сенсі) **психотропних речовин** давніми індійцями (і не тільки) і припинення їх ритуального використання у більш пізню епоху?

5. Яку соціальну та психологічну **потребу** задовольняла **регламентація брахманізму і кастовий поділ суспільства**?

6. Яка **вигода** для **морально-психологічного розвитку** людини від ідеї карми та сансари, і чому в Індії не було масових повстань?

7. Чому індійці **не обурювалися жорстокістю** богів та богинь і **відчували** до них не страх, а екзальтовану й афективну **особисту любов** (бхакті)?

8. Чим принципово **відрізнявся культ Шакті** від культу Шиви, які **психологічні потреби** задовольняв і чому **виявлявся в жорстокості** (зокрема – тугів та агхорів)?

3. Джайнізм сформував із попередніх вчень Вардхамана, кшатрій (тобто не професійний жрець), який жив у VI столітті до н. е., тобто тоді ж, коли і Будда. В цей період в Індії з'явилося безліч неортодоксальних течій і шкіл, які заперечували авторитет Вед і кастові соціальні норми. До речі, в цей самий період з'явилися видатні мислителі й реформатори в Китаї, Персії, Іудеї, Давній Греції тощо (і тому К. Ясперс назвав його «осьовим часом» в історії людства). Вищою метою у віровченні **джайнізму**, що прийняв спільну для індійських релігій концепцію карми і кінцевого

звільнення – **нірвани** (аналог індуїстської **мокші**), є самовдосконалення душі завдяки доланню тілесної оболонки, отриманої як результат колишніх життів (втім, досягти всезнання, всесилля і вічного блаженства може лише аскет, а не мирянин).

Ця ідея не надто відрізняється від брахманізму, зате джайнізм – як менш філософська і більш практична релігія – заперечує, що світ створений богами і залежить від їх волі (вважаючи його вічним, що підкоряється Загальному закону) і що все видиме є ілюзією. І зразком для вірян він обирає не богів, а героїв і тіртханкарів («тих, хто прокладає шляхи», пророків-реформаторів), – одним із яких і був Вардхамана. Джайнізм вважає, що в кожній речі є душа, і саме тому **ахімса** – незаподіяння зла всім живим істотам – стала тут абсолютним принципом, вимагаючи не робити цього навіть подумки. Тому не лише полювання та рибальство, а й землеробство і скотарство, пов'язане із загибеллю живих істот, – це професії, заборонені для джайнів-мирян. Найбільш ревні з них п'ють лише проціджену воду, ходять із пов'язкою на роті і навіть підмітають перед собою дорогу, щоб випадково не проковтнути або не роздавити якусь комаху. Джайни не лише не вживають у їжу м'яса, а, прагнучи не завдавати зайвого шкоди і рослинам, не їдять бульб, коренів і плодів, що містять багато насіння.

До речі, саме тому джайни працюють у банках, конторах, школах, в юридичних закладах і видавництвах, – тобто працюють в офісах і живуть у містах, мають непогану освіту і рівень життя. Вони дисципліновані робітники, адже як у житті, так і в релігії вони схильні до буквального розуміння і суворого виконання правил та обітниць. Крім ахімси у них є обітниця **правдивості** (сатья), **непривласнення** чужого (астея), **цнотливості** (брахмачарья) та обітниця **утримуватись від суєтних прив'язаностей**, зокрема – до речей (ненакопительство, апаріграха). Є також

принцип **анекантавада** (неоднозначність реальності), який забороняє ставати повністю на чийся бік або цілковито визнавати якусь ідею, адже будь-що сказане словами – це лише часткова істина; справжню істину можна лише відчутти, але не можна виразити, а отже, не можна говорити «так» або «ні» лише «у певному сенсі так» чи «в певному сенсі ні», і змиритися з тим, що абсолютну реальність пізнати неможливо.

Основа культової практики – це почитання тіртханкарів, досягнення байдужості (до світу й до тіла) через медитацію та періодичну відмову від деякої їжі. А оскільки від богів джайни нічого не чекають, то і священників не потребують (як і богослов'я та релігійних обрядів), не визнають кастового поділу і дають кожному можливість побути монахом, а зрештою – досягти нірвани.

Сикхізм (від санскр. шішья – учень) входить до числа наймолодших релігій світу, що зародилася лише п'ять століть тому в Пенджабі, **на стику індуїстської та мусульманської культури**. Іслам був тут релігією правлячої верхівки, тоді як індуїзм – вірою низів. Проте індуїзм викликав спротив через своє прославляння кастового ладу і тому в людей отримала відклик **ідея про рівність усіх перед богом і про живу, яскраву любов до нього** (схожу на «бхакті»), яка не потребує ні формальних ритуалів, ані священників. Тому гуру (вчитель) Нанак (1469–1539) і спробував їх поєднати, проголосивши, що бог – єдиний і **не має персоніфікованих якостей, але може виявляти себе у вигляді будь-яких богів, відомих людям**. До нього можна звертатися за допомогою будь-якого імені, головне – це любов до Бога, пізнання його і злиття з ним, досягнення такого стану, коли божественна і власна сутність людини стають єдиним цілим.

З одного боку, **розумове осягнення Божества неможливе** жодним чином, адже він існує поза можливостями інтелекту, але водночас **злиття з ним**

можливе й доступне для кожної людини, незалежно від її походження, релігії, касты чи суспільного становища. Не потрібні ні відхід від мирських справ, ні відлюдництво, ні аскетизм; навпаки, людина повинна вести повне чеснот старанне трудове життя, невинно оцінюючи себе відповідно до простих **норм трудової моралі** (дхарми). Крім цього необхідно прагнути до позбавлення себе від **пороків**, яких налічується п'ять: **гнів** (кродх), **гордия** (ханкар), **жадібність** (лобх), **пристрасть** (кам) і **прив'язаність до земних благ** (мох). Сикхи доброзичливі до всього живого, але не приймають ідею ахімси та пасивного непротивлення, вважаючи, що «аморальність полягає не в самому застосуванні сили, а в цілі, для якої ця сила застосовується». А оскільки сикхів переслідували за «еретизм», як індуїсти, так і мусульмани, то боротися їм таки довелося.

Десятий гуру сикхів Говінд Сінгх у 1699 році створив їх військову організацію – **хальсу**, яка стала грізною силою, що почала боротьбу за створення власної держави. Всі, хто вступали в хальсу (а це були всі сикхи, здатні носити зброю) разом із клятвою вірності й готовності віддати життя за віру додавали до свого імені слово «сінгх» («лев» – це слово і понині входить в ім'я сикха, що дозволяє легко відрізнити його, хоча іноді таке ім'я носять і інші індійці), а обряд їх посвяти включав в себе прийняття п'яти правил: 1) не стригтися й носити бороду (кеш); 2) носити короткі та зручні для битв штани (качх); 3) носити в пучку волосся гребінь (кангха); 4) мати короткий меч-кінджал (кирпан); 5) носити бойовий сталевий браслет (канкан).

Увібравши в себе войовничість і сувору організацію ісламу, фанатизм мусульманських смертників-фідаїнів, сикхські воїни виявилися чи не найкращими солдатами Індії. Сикхи в Індії завжди користувалися повагою і нерідко вселяли страх – особливо так звані ніханги, «воїни смерті», готові, за прикладом фідаїнів, без коливань віддати життя

заради великої мети за першим наказом командира. Втім, вони зовсім не покірні фанатики: принциповою **цінністю для них є свобода вибору** та право **відстоювати свою думку**, але **не нав'язувати її іншим**. Вони виступають проти маніпулювання в будь-яких її проявах, **відкидають як аскетизм, так і прагнення розкоші**, насміхаються над прикметами та жертвоприношеннями і взагалі **вважають безглуздим поклонятися богам**, статуям, гробницям, для них важливо **бути хорошими людьми**, а не виконувати ритуали. Не вірять вони навіть у непогрішимість власних релігійних вождів і тому вищим гуру (після десятого) призначили свою священну книгу «Аді Грантх».

4. **Йога** – це особлива система поглядів, психотехнік і тілесних практик, одна з шести основних шкіл (даршан) індійського світопоояснення. Але водночас це також **загальна назва методів досягнення мокші** (нірвани) в Індуїзмі, адже весь його світогляд базується на чотирьох базових ідеях: карми, майї, мокші і йоги. Соціальною відмінністю цього напряму було те, що ашрами-обителі йоги збирали здебільшого **маргіналів** або **бунтарів** проти кастової системи, **невлаштованих і дезорієнтованих** у життєвих цінностях, і йога **скеровували їх невдоволення** у мирне, **конструктивне русло**. Тому йога вчить передовсім **самодисципліні**, яку її практика потребує все більше, коли поступово проводить адепта від найпростіших завдань (якими, зокрема, є асани) до найскладніших, котрі вимагають уже відмови від мирського життя та його спокус. Досягнути при цьому треба звільнення людського духу (Пуруші) від зв'язку з матеріальним світом (Пракриті) і прив'язаності до нього. Пуруша повинна свідомо керувати Пракриті, тоді як у засліпленої прив'язаностями людини вона це робить випадково й бездумно, породжуючи страждання.

Йога пропонує особливі методи для кожної людини. Для діяльної, вольової людини найкраще підходить карма-йога (що базується на вченні «Бхагавад-гіти» і вчить виконанню обов'язків без прив'язування до наслідків праці), для емоційної – бхакті-йога (йога відданості й любові), для інтелектуальної – джняна-йога (йога знання). Звичайно починається все з асан і пранаями хатха-йоги, що зміцнює тіло і заспокоює розум. Варто зауважити, що популярна нині **комерційна йога**, що має безліч авторських методик і здебільшого перетворює статичні асани й ментальне зосередження (яке є метою раджа-йоги) на якусь подобу гімнастики (такою, зокрема, є Аштанга-Віньяса йога), протилежна **справжній йозі, мета якої – припинити в людині всі неконтрольовані рухи**. Зокрема завдання хатха-йоги – заспокоїти розум та припинити внутрішній діалог. Адже внутрішній світ є причиною зовнішнього, а єдина реальність – усередині кожного з нас і потрібно лише її відшукати, щоб поєднатись із надсвідомістю.

Хатха-йога **припиняє рух на трьох рівнях: поведінковому** (фіксація пози, тобто 3-тя ступінь йоги – асана), **фізіологічному** (4-та ступінь йоги, пранаяма сповільнює дихання та інші рухи ВНС), **ментальному** («чїтта-врітті-ніродха» – зупинення думок і почуттів та сприйняття в цілому, що є пратьяхара, тобто 5-та ступінь йоги, а також зосередженість – дхарана, тобто 6-та ступінь йоги). Втім, 5-та ступінь йоги, пратьяхара, передбачає складнішу ментальну задачу: дистанціювання, абстрагування почуттів від контакту з їх об'єктом, відсутність фіксації розуму на об'єкті, що вимагає не стільки окремих вправ хатха-йоги, скільки постійного, за будь-яких дій морально-світоглядного відчуження від оточення (без фізичного ухилення від нього), емоційної незалученості до ситуації. Далі, 6-та ступінь йоги, дхарана, потребує стійкої й усвідомленої концентрації на Брахмані та первинній мантрі

«аум», а також – зупинення думок (хоча б на 12 секунд, а 12 таких дхаран – це вже дхьяна). Тож 7-ма ступінь, дхьяна, означає безперервну і вже не усвідомлювану **медитацію**¹⁰²⁾. Після цього стає можливим досягнення самадхі, останньої, 8-мої ступені йоги – вмиротвореного надсвідомого стану блаженного збагнення своєї істинної природи. Але починається все із внутрішніх жертв, які є 1-шою і 2-гою ступенями йоги: «яма» – моральні заповіді, та «ніяма», тобто правила психологічного самоконтролю й дисципліни.

Йога – це «мовчазність розуму» та ментальна релаксація під час дозованого (без вольового перенапруження) фізичного навантаження статичними (заспокійливими) асанами, що дає ефект самовідновлення організму.

Йогічна психологія розрізняє Я та Его, Пурушу та аханкару. **Я** – це свідок, **Его** – власник. Я пасивний і незмінний, і лише засвідчує будь-які дії та стани; але ці дії та стани – не мої. З йогічної точки зору я не можу вживати слово «моє». Я не можу сказати, наприклад, що Его – це не я, бо це лише один із об'єктів мого бачення. Більше того, я не можу навіть сказати, що будь-які дії та стани не мої, адже кажучи так я неявно протиставив би їх чомусь «моєму». З йогічної точки зору **говорити про себе самого в точному сенсі слова неможливо. Я** можу лише **бути собою**, але це буття неможливо сформулювати, бо як тільки ми **Себе** усвідомлюємо, замість **Я** з'являється **Его**; до того ж мова – це теж одна з форм свідомої, цільової діяльності, притаманної **Его**.

Інакше кажучи, **Я – це здатність дистанціюватися**, подивитися на себе зі сторони, але проблема в тому, що ця здатність до рефлексії реалізується в цільовій діяльності нашого **Его** (а не в щасті та самоактуалізації), тобто в

¹⁰²⁾ Про психологічний зміст медитації див.: [Додаток 3. Медитація – внутрішнє звільнення.](#)

безграмотному намаганні все контролювати – без жодної необхідності цього, що призводить до гіперрефлексії та депресії. Тому йога і **вчить Я бути свідком**, а не учасником свого життя.

Коли ми говоримо про «себе», ми говоримо фактично про Его, і каже це Его. **Визначати щось як «моє» і «не моє» – це основне завдання та обов’язок Его**, володаря різноманітних ролей, функцій і станів. Его ототожнене зі своїми багатствами. Його девіз – «я є те, що у мене є». А є у мене розум, чуттєвість, тіло. Є у мене також і певне місце в світі. Я чоловік, українець, одружений, науковець, безпартійний, просвітлений, – такими і багатьма іншими способами визначає себе Его.

Програма-мінімум йогічного розвитку (**Садхани**) полягає у самоусвідомленні та самозбагненні, тобто в знаходженні й **вивільненні Я з-під тих зовнішніх ролей і внутрішніх функцій, із якими ототожнює себе Его**. Самоусвідомлення – це саме **робота з Его, а не порятунок від Его**. За словами класика сучасної йоги Шрі Ауробіндо, якби завдання еволюції полягало в тому, щоби позбутися Его, то абсолютно незрозумілою є та колосальна робота, яка була витрачена еволюцією для його набуття. І дійсно, від Его можна позбутися лише на короткий час – у стані трансу; той, хто говорить, що він позбувся Его, якщо не самообманюється, то принаймні використовує мову не досить коректно. Подібно до того, як у ході **Садхани необхідно послідовно звільнити себе від диктату тіла, емоцій та інтелекту (а не позбутися їх)**, так само зрештою **необхідно звільнити себе і від Его**. Але Его при цьому нікуди не зникне, просто людина **навчиться не перебільшувати його значення і не вірити його ідентифікаціям**.

Фактична мета наявного нині етапу еволюції свідомості – виведення добре сформованого зрілого Его зі свідомої

області та переведення його на позасвідомий режим функціонування, режим, в якому працює переважна частина еволюційно більш древніх, ніж Его, систем організму та психіки. Его є вершиною того етапу еволюції свідомості, що передував нинішньому. **Викрите як не-Я, Его просто займає належне йому підлегле становище.** Его продовжує грати свою інструментальну, організуючу роль, але тепер свідомо особистість звільняється від безлічі потворностей та перешкод, вироблених самодостатнім Его.

5. **Тантризм** – це містичний, неортодоксальний напрям в Індуїзмі, який, однак, існує і в рамках Буддизму, Джайнізму тощо. Його становище є дещо «сектантським» (хоча це слово важко застосовувати до неймовірно терпимої індійської ментальності, яка легко приймає будь-які новації), тобто схожим на статус суфізму в ісламі та каббали в іудаїзмі. Річ у тому, що в кожній релігії існують загальноновизнані, ортодоксальні напрями, які зазвичай обростають усталеними й дещо формальними обрядами, довгим переліком вимог і священницькою бюрократією, котра ревно слідкує, щоб усі релігійні думки, емоції та дії проходили виключно через них.

Але існують у кожній релігії і дещо анархічні, **нонконформістські напрями**, що обіцяють досягнення головних цілей цієї релігії **без допомоги священників** та обрядів, а лише **завдяки індивідуальній вірі та прямому** (в обхід церкви) **й містичному зв'язку із богом.** Такі напрями жорстоко переслідуються ортодоксами, чия монополію вони порушують: про суфіїв і кабалістів ще буде йти мова, а про переслідування сикхів уже ішлося. Ці **неортодоксальні напрями називаються містичними**, і саме вони, більше за інших **розвивають індивідуальні психотехніки**, що іноді межують із шаманізмом.

Слово «тантра» має кілька значень: «таємне знання», «магія», «практика», «вчення», «порятунок за допомогою

тіла» і навіть «процес ткацтва». Але священні тексти тантризму дають зовсім інше трактування цього терміну: «Вчення називається Тантрою тому, що розкриває знання про істинну суть усього – таттву, і тим самим рятує».

Якщо буддизм вчить тамувати пристрасті, то тантризм (як діонісійський напрям) зосереджений на її пробудженні та вивільненні, зокрема на підйомі енергії **кундаліні** (в цьому він спирається на кундаліні-йогу). Описати тантризм можна за допомогою таких характерних рис: 1) переважання нижчих каст і представників неарійських племен у складі сект; 2) суворого **езотеричності** (архаїчний за походженням **конспірологічний елітаризм**) сект і обрядів; 3) зв'язок основних обрядів із йогічною практикою (але без відмови від бхукті – матеріальних насолод); 4) відмова від формального виконання основних брахманічних ритуалів і норм брахманічної моралі; 5) міфологія, уявлення про силу Шакті (тобто пережитки **матріархальних культурів**) як енергетичного початку Всесвіту.

Тантристи стверджують, що бажання природні, і поки ми поміщені в своєму тілі, вони у нас будуть. Наші органи чуття – це вікна, через які до нас потрапляють бажання. Постійну наявність бажань будить (викликає) томління, прагнення і любов до об'єкта бажання. Велика частина наших бажань пов'язана з фізичним тілом і його комфортом. Люди стають рабами своїх інстинктів, які формують нижчу частину особи, і роблять їх жертвами самоти, незадоволеності, самозакоханості і нещастя, а **щоб не бути рабами інстинктів, треба не придушувати їх, а надати їм можливість розрядитися** і перестати головувати у наших думках.

Тантра пропонує практичні способи **перепрограмування свідомості** та бажань шляхом фізичного й ритуального очищення, дихальних вправ (пранаями), медитації, повторення мантр. Вона допомагає розкрити нашу

божественну природу, досягти мукті, тобто звільнення від сансари, без відмови від бхукті – матеріальних насолод. Характерні риси тантричної садхани (практики) – використання **мантр, янтр, мудр, ньяс, візуалізації**. Більшість течій тантризму обстоює інтегральний підхід до садхани: і «бхога» (матеріальні задоволення), і «йога» (єднання із духовним), і «бхукті» (фізична насолода), і «мукті» (звільнення через зречення), а тому, на відміну від ортодоксального брахманізму, не вітає довгої і жорсткої аскези, та не має кастових обмежень і розрізень.

Походження тантризму пов'язане з культом Великої Богині-Матері. Форми релігії, подібні до індійського тантризму, існували майже у всіх народів давнини: це культу Астарті в Ассирії та Палестині, Іштар – Месопотамії, Ісіди – в Єгипті, Афродіти – в Греції, Венери – в Римі, Кібели – в Малій Азії, Амагерасу – в Японії, Шакті – в Індії, Лади – у давніх слов'ян. Деякі риси цього світогляду збереглися й після прийняття християнства у вигляді вшанування Богоматері (наприклад, серед запорозьких козаків).

Послідовники **«тантри правої руки»** шанують Богиню-Матір відповідно до приписів ортодоксального індуїзму і додержуються правил ведичної соціальної поведінки, але надто схильні до конспірологічної таємничості. Прихильники **«тантри лівої руки»**, навпаки, зберігають у своїй практиці ознаки архаїчного культу й використовують у своїх обрядах багато такого, що для інших індуїстів вважається неприйнятним (приношення в жертву тварин, вживання м'яса, риби, вина, коноплі-ганжі, ігнорування кастових розрізень, магичні обряди). Чимало ритуалів завершується тантричним сексом (**майтгуна**).

Оргіастичні обряди можуть здаватися чимось непристойним і демонічним для людей, вихованих у християнській культурі, але в Індії вони нікого не шокували: на секс там ніколи не накладали табу, не соромились, а

навпаки надавали йому великого значення (згадаймо «Камасутру»¹⁰³⁾). Сакралізація сексу характерна ще для ранніх Вед, а більш пізні Упанішади стверджують його як жертвну дію, а отже, такою, що не суперечить аскетизму. Тож неортодоксальність тантризму і його переслідування були не через цей обряд, а лише через **небажання дотримуватись при цьому безлічі ритуальних дій**, які (в ортодоксальному індуїзмі і частково у тантризмі правої руки) настільки вимучували учасників, що могли доставити насолоду лише небагатьом посвяченим. А тантризм «еретично» **відкидав формальний ритуалізм і бездумний, безцільний аскетизм**, вважаючи, що треба займатися не спогляданням (притаманним індуїзму), а прямим досвідом, практикою, – і насамперед **дослідженням прихованих енергій власного тіла, пробудженням їх**, а потім – і **оволодінням ними**.

Розглядаючи третє, четверте і п'яте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Яка психологічна **вигода** дотримання **абсолютної ахімси** і як вона пов'язана із принципом **анекантавада**?

2. Як у психології сикхів **поєднується войовнича безжальність** і в той же час – **крайня терпимість** до інакодумців?

3. Які **психологічні зміни** спричиняє заняття **йогою** і яка її головна **психологічна мета**?

4. Які **зміни** у стосунках **Я** та **Его** вимагає **йога** і **як цього можна досягти**?

5. Які основні **цілі медитації** та якими **техніками** вони досягаються?

¹⁰³⁾ Альбедиль М. Индия: беспредельная мудрость. URL: <https://history.wikireading.ru/223644>

6. За вченням тантризму – **що саме треба змінити в свідомості людей і якими методами** цього можна досягти?

7. Чим відрізняються «**тантра правої руки**» і «**тантра лівої руки**» і наскільки це схоже на езотеричний «**шлях правої руки**» і «**шлях лівої руки**»?

8. Які **психологічні зміни** приносить **тантричний секс** і чи досягла того самого **сексуальна революція** на Заході?

6. **Буддизм** давно заслужив ім'я **найбільш «нерелігійної» з усіх світових релігій**. Віра і віровчення про роздвоєння світу на природний і надприродний тут, по суті, відсутні, адже в ньому вважається, що це, як і **всі інші роздвоєння – то ілюзії затьмареного розуму**. А ще важливіше, що **він не навчав жодній теорії, авторитетів не визнає, молитов і обрядів не проводить, а священників, храмів і монастирів у нашому сенсі в ньому немає**. Більше того, **немає тут і бога**, адже Будда – це не бог.

Буддизм виник в Індії як логічний розвиток ідей майї, сансари, карми та нірвани, однак ці ідеї були дещо переосмислені: існування світу не стверджувалось і не заперечувалось, а майя висувалася на перший план, охоплюючи і сансару та карму (адже реінкарнація – це теж ілюзія), натомість засобом досягнення нірвани проголошувалась не аскетична йога і не гедонізм і гонитва за розкішшю, а **серединний шлях утримування від крайнощів**. Буддизм розвинув **медитацію** як техніку досягнення проміжного стану між напруженою бадьорістю та розслабленням у сні.

Буддистська ідея карми абсолютно відмінна від індуїстської. В буддизмі **карма** означає «імпульси», які спонукають нас що-небудь робити або думати. Ці імпульси виникають як результат попередніх звичних дій або поведінкових моделей. Але оскільки немає необхідності слідувати кожному імпульсу, наша поведінка не є строго

детермінованою. Що ж до **реінкарнації**, то в індуїзмі говорять про *атман*, або «Я», перманентне, незмінне й відокремлене від тіла та розуму, завжди одне й те саме, яке лише переходить з одного життя в інше; всі ці «Я», або атмани, єдині із всесвітом, або Брахмою. Отже, різноманітність, яку ми бачимо навколо нас, – це ілюзія, бо в реальності всі ми єдині. Буддизм трактує цю проблему інакше: не існує незмінного «Я», або атману, – **«Я» існує**, але у вигляді безлічі **інтерацій**; його можна уподібнити зображенню на кінострічці, де існує безперервність кадрів, а не безперервність об'єктів, що переходять із кадру в кадр. Крім того, в індуїзмі застосовуються зовнішні **техніки визволення душі** (асани, режим харчування, омовіння в Гангу), а в буддизмі – **внутрішні** (концентрації та медитації).

Розглядаючи шосте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. У чому принципова **відмінність** того, що існує в буддизмі замість звичних нам **бога**, богословських **вчень**, священників, храмів і богослужінь?

2. У чому принципова **відмінність** того, що існує в буддизмі замість звичних нам **монастирів**, монахів, молитов, заповідей, гріхів та їх спокути?

3. Чому буддизм можна вважати **релігією**, якщо в ньому немає всіх її звичних **атрибутів**?

4. Чому буддисти **не борються** з тими, хто явно спотворює та **вульгаризує його ідеї і практику**, а навпаки – **вважають** усі ці викривлення **корисними** для розуму?

5. Який **світогляд** описує термін «**шуньята**» в махаяні і які **психологічні вигоди** дає його прийняття?

6. У чому **відмінність умиротворення** і спокою в буддизмі від **апатії**, байдужості та абулїї?

7. Які психологічні потреби задовольняє буддизм і в чому психологічна відмінність тих народів, що до нього схиляються, від європейців?

8. Що, за хінаяною, створює карму і які найважливіші негативні наслідки вона несе?

* * *

Додаток 3. Медитація – внутрішнє звільнення

Медитацію часто розуміють як містичне явище, далеке від нашого життя і недоступне або й непотрібне «простим смертним». Насправді ж, під час великого розмаїття видів медитації, це насамперед техніка розвитку зосередженості, – посильна для кожного, а головне – дуже корисна для набуття ясності розуму та звільнення від упередженого сприйняття світу. Всупереч поширеним уявленням, медитація – це не втеча від дійсності, навпаки – це абсолютна чесність перед собою.

Медитацію можна описати двома способами – коротким (для тих, хто поспішає) і розлогим (для більш досвідчених). Короткий опис ми вже почали: для розвитку зосередженості потрібна **формальна медитативна практика**, тобто повне зосередження на обраному об'єкті (полум'ї свічки, звуків навколо, ритмі дихання) всіх наших відчуттів, думок та емоцій під час збереження нерухомості тіла¹⁰⁴). Підтримання такої цілковитої зосередженості вимагає великих зусиль, особливо у початківців, адже свідомість (яку буддисти називають «мавпою в клітці») буде всіляко

¹⁰⁴) Під час формальної медитації не обов'язково сидіти правцем зі схрещеними ногами, з'єднавши разом великий і вказівний пальці. Поза повинна бути сидяча, але комфортна, а щоб не заснути, необхідно, наприклад, тримати в руці яблуко (чиє падіння будитиме під час засинання). Невдовзі мозок привчиться утримувати осередок збудження під час гальмування більшості процесів, що дасть змогу досягти необхідного стану – між бадьорістю та сном

відволікатися й закидувати людину різними «блискучими» ідеями, аби тільки не працювати систематично.

Інакше кажучи, таке медитативне зосередження має спершу розвинути дисципліну розуму (як емоційної, так і розсудкової його частини), до якої більшість просто не звикли. Але на відміну від зазубрювання шкільних текстів чи виконання вправ на уроці фізкультури, це зосередження повинно здійснюватися без важкого примусу, а тому – не довше того моменту, коли напруга формальної медитації стає мучительною. Відчувши злість на це заняття, потрібно зупинитись, оскільки робити його потрібно із задоволенням.

Однак наступного разу необхідно спробувати протриматись довше, а далі – ще довше. Втім, максимальний час для формальної медитації – це 24 хвилини, яких цілком вистачає для фізичної релаксації та послаблення тягара тривоги і турбот. Крім того, після 24 хвилини ефективність формальної медитації знижується, адже далі потрібно переходити на вищий рівень – неформальну медитацію, про яку вже потрібно розповісти більш докладно.

Неформальною медитативною практикою стає будь-яка наша діяльність, якщо вона буде здійснюватись із повною зосередженістю (усвідомленістю), умиротворенням та доброзичливістю, що забезпечує перехід від перевантаженого розуму до розуму усвідомленого та реалістичного (не ілюзорного).

Чому ж це називається медитацією (а не стилем життя)? Тому що насправді під час неформальної медитації ми постійно спостерігаємо за собою: за блуканням думок, за грою почуттів, за нелогічністю дій, і не втручаємось у всі ці процеси! Варто пояснити, що наші думки – це не ми; думки продукує другорядна допоміжна «програма» в голові, яка дає пропозиції, а зовсім не остаточні рішення і не накази для нас. Тому МИ – як мислячі особистості – можемо слідкувати за думками зі сторони, так само, як ми можемо слідкувати за

диханням, за пульсом, - і саме ця відстороненість і заспокоює НАС.

Думки, емоції, а також дії завжди живуть своїм власним життям, за своїми внутрішніми законами, і наше втручання лише заважає їм, а отже, заважає і НАМ бути самими собою. Саме такі, штучні втручання роблять нас непослідовними, підвладними впливам, а відтак, і нещасними. Натомість неформальна медитація не лише розкріпачує наш розум від хибних звичок і нав'язаних думок, а й дозволяє краще зрозуміти самого себе та розвинути свої справжні здібності. Так само, як м'язи зміцнюються завдяки регулярним навантаженням, так і тренування мозку за допомогою медитації може збільшити й посилити ту його зону, яка відповідає за відчуття задоволеності та щастя.

Неформальна медитація сприяє досягненню **усвідомленості**, тобто вмінню сконцентруватися не на зовнішньому об'єкті, а на тому, що відбувається саме зі мною і саме в той момент, коли це відбувається. Коли ми розуміємо, що відбувається в нашому досвіді в будь-який окремо взятий момент, будуть то фізичні відчуття нашого тіла, або думки, або емоції, то саме цей стан і називається усвідомленістю.

Усвідомленість передбачає здатність відсторонитись і спостерігати за своїми емоційними, розумовими та тілесними реакціями прямо під час їх виникнення, не відволікаючись на них і не даючи безодні сторонніх думок і почуттів поглинути себе. Це не означає, що людина стає роботом, якого «не колишуть» жодні емоції. Навпаки, людина здатна сильно відчувати і водночас аналізувати свої емоції, адже це роблять різні структурні частини нашої особистості.

Більше того, саме таке, повне задіяння наших ресурсів дозволяє по-справжньому глибоко переживати власні почуття, зосереджуючись на своїх природних почуттях і відкидаючи нав'язані та нещирі. А завдяки своїм, справді

особистим почуттям формуються і дійсно свої думки – чесні та розумні (відповідно до рівня свого розуму). Адже думки – це, зрештою, словесне вираження емоцій, але, якщо вони щирі, то живучи власним життям, думки здатні аналізувати ті самі емоції і завдяки цьому не давати емоціям заповнити й засліпити нас.

Тим самим неформальна медитація очищує нас від нав'язаних і здебільшого негативних (або злорадісних) почуттів і водночас не дозволяє почуттям взяти гору над нашим розумом, оскільки роблять це – засліплюють нас – лише нав'язані емоції, що некритично підхоплюються разом із чужими думками. І важливо, що це очищення не вимагає напруження розуму, яке необхідно штучно створювати й підтримувати. Навпаки, це спосіб зробити крок назад, зберігши природний стан свідомості, вільний від будь-якої метушні, і внаслідок цього – наповнений відчуттям осмисленості життя.

На відміну від засліплення чужими, нав'язаними емоціями, природні емоції ніколи не засліплюють, навпаки – чим вони сильніші і глибші, тим краще ми собою володіємо: в момент найвищих емоційних переживань, на піку самоактуалізації та куражу людина сприймає час як сповільнений, а свої можливості – як безмежні, людина бачить відразу кілька можливих варіантів дії і свідомо обирає з них той, що подобається. Тобто це не засліплення емоціями (яке у спортсменів називається «запара» і виявляється в дезорієнтованості), а якраз повне володіння ними, і чим сильніші ці, природні емоції, тим більше здібностей «просинаються» в людині і тим сильніше вона володіє собою, виявляючи водночас і холоднокровність, і завзяту енергійність.

Насправді, кожен може відчути (і відчував) абсолютну присутність у моменті «тут і зараз» не лише під час медитації, а і перебуваючи повністю поглинутим захопливою для себе

діяльністю¹⁰⁵⁾. На жаль, такі моменти бувають не часто, хоча наша психіка їх потребує, адже вони розвантажують мозок від дріб'язкових переживань і нав'язаних турбот. Тоді як щоденна медитація, хай навіть зовсім коротка, робить усвідомленість і повне проживання поточного моменту регулярною «підзарядкою».

А головне, що неформальна медитація – це не просто «підзарядка», це стан, який А. Маслоу та К. Роджерс називали «самоактуалізацією», тобто вищим проявом здібностей і пікових почуттів, гармонічним розвитком особистості та взаємин із оточенням. У цьому стані людина відчуває кураж і впевненість у своїх силах, її ніби несе потік захоплення і творчого підйому. Ось чому М. Чіксентміхай назвав його «**станом потоку**»¹⁰⁶⁾.

Цей «стан потоку» хоч і несе людину без будь-яких її зусиль, але не бере над нею владу і ні до чого її не змушує, адже людина (її «Я», особистість) вільно вирішує, до яких цілей скерувати цей потік, і її дійсно заносить саме до такого результату. І це знов-таки відрізняє це творче натхнення від, скажімо, азарту та ігроманії. В обох цих явищах є схожа риса – ейфорична захопленість та повна зануреність у процес, який стає важливішим за результат і часто знижує потребу у сні, їжі та спілкуванні. **Однак задоволення від натхненного «потоку», хоч і пробуджує бажання знову в нього зануритись, але не робить людину залежною від цього стану і страждаючою, коли його нема.** В останньому випадку ігроманом рухає дофамін і потреба звільнитися від

¹⁰⁵⁾ Про це див. у широковідомій книзі з характерною назвою: Толле Е. Сила моменту Зараз. Посібник із духовного просвітлення. Київ, 2016. URL: https://docs.google.com/document/d/1trwyd8rSXACSRIF-0f7B6k7Li99iO_E4ose5dbnVCCo/edit;

¹⁰⁶⁾ Див. про це: Михай Чіксентміхайи. Поток: Психологія оптимального переживання. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=228304> (скорочений варіант українською мовою: <http://samoosvita.in.ua/mihaj-chiksentmihaji-potik-psyhologiya-optymalnogo-perezhyvannya/>)

абстинентного синдрому¹⁰⁷⁾, а не серотонін і щастя від натхнення.

Як здійснюється перехід від формальної медитації до неформальної – із досягненням стану максимальної усвідомленості, самоактуалізації та «поток»? Формальна медитація виробляє звичку до **ненапруженої самодисципліни розуму**, – без тривожного самоконтролю, так само легко, як ми ходимо, одного разу навчившись це робити. Після звільнення від надмірного **самоконтролю** наша свідомість (точніше – самосвідомість) отримує час і сили для **самоспостереження**.

А оскільки наші почуття й думки стають незалежними й чесними, то це самоспостереження звільнюється від роздратування і самоприниження. Так, замість болючих докорів: «От я бовдур, знову ключі забув!», – людина просто розуміє, що була недостатньо зосереджена на процесі зборів, і швидко розуміє, чому: або переживала минулі невдачі (також породжені незібраністю або нав'язаністю її цілей), або тривожилася за майбутні. Тож вона робить спокійний практичний висновок: поставити собі завдання помічати, усвідомлювати ці відволікаючі емоції та «закривати» їх виведенням конкретних уроків із своїх невдач.

Висновки із невдач знімають напругу переживань, а головне – створюють новий особистісний принцип, що надалі реалізується автоматично (так само, як автоматично ми ходимо або крутимо педалі велосипеда). Отже, людина звільнюється від зайвих переживань і негативних оцінок власних або чужих дій, а також – від надмірного самоконтролю, навчається на ділі, а не на словах «приймати» зовнішні та внутрішні події, якими б вони не були, і краще розуміти їх сенс та необхідність.

¹⁰⁷⁾ Про дофамінову пастку «обіцяної винагороди» див.: <http://psyfactor.org/lib/dofamin.htm>

У результаті такого вивільнення своїх ресурсів людина не лише позбувається емоційного виснаження та інтелектуальної перевантаженості, а й відкриває простір для творчості в тих сферах, в яких має здібності. І тоді вона працює з повною самовіддачею, причому не через оплату, а через задоволення, якого отримує від реалізації здібностей. Власне, ця захоплена самовіддача і творча ейфорія – це і є неформальна медитація та «стан потоку».

Знову уточнимо: **чому це називається медитацією**, а не творчим поривом? Тому що під час неформальної медитації людина не лише спостерігає за собою, а й зосереджує всі свої здібності (навіть – приховані) на тому, чим займається. Практика показує, що немедитуюча людина зазвичай не може показати все, на що здатна, навіть якщо дуже цього хоче, тобто не може зосередити всі свої здібності на якійсь меті. Більше того, вона, зазвичай, не може навіть сказати, яка у неї зараз мета, чим саме вона в даний момент займається!

Людина може сказати, що вона вчиться у виші, але навчання – це тривалий процес, а не її заняття у цю мить. Вона може уточнити, що слухає викладача, але це знову формальна відповідь, бо немедитуюча людина не зможе зосереджуватися на слуханні 80 хвилин (та й медитуючій цього не варто робити, бо слухання – це процес нетворчий, і він не може перейти у «стан потоку», якого б вистачило надовго).

А отже, людина не усвідомлює, що саме зараз вона, імовірно, відволіклася від лекції та занурилася в якісь переживання. Якщо вона повністю віддалася плину цих думок та почуттів, то вона теж перейшла у *«стан потоку»*, але не корисного, а шкідливого, адже в ньому вона привчається сама себе жаліти й виправдовувати, злитися на інших і тішити себе ілюзіями. Тож якщо при неформальній медитації вона зупинить цей хибний «потік», усвідомивши,

чим реально займається, то невдач у неї буде все менше, а творчих захоплень – все більше.

Втім, це ідеальний варіант розвитку самовладання, однак на практиці важко досягти такої досконалості, коли кожна твоя дія відбувається з повною самовіддачею і зосередженістю. А відтак більшості людей варто використовувати більш традиційні техніки медитації. Інша річ, що на етапі **неформальної медитації** передбачаються вже **динамічні техніки**, тобто – рухливі, енергійні.

Зауважте, **формальна медитація була статичною** (сидячою), адже її найближчим завданням була релаксація та припинення ментальних і фізичних рухів (це найближче завдання не варто плутати з її **кінцевою метою – розвитком зосередженості** через зупинення відволікань). Натомість неформальна медитація не потребує самообмеження в русі, адже зосередженість стає звичною.

Більше того, неформальну медитацію краще проводити максимально енергійно, наприклад, кружляючи на одному місці¹⁰⁸⁾ або роблячи амплітудні рухи руками і ногами, які, з одного боку, знімають м'язові зажими (тобто продовжують релаксацію на вищому рівні), а з іншого – завдяки фізичній втомі – вичищають із свідомості зайві турботи та переживання. Проте все це не відмінняє необхідності спостерігати за фізичним стомленням і ментальною релаксацією, бо саме це усвідомлення і робить медитацію ефективною.

Неформальна медитація має кінцевою метою розвиток усвідомленості, тобто розуміння того, що саме відбувається з медитуючим: фізично – в кожній частині його тіла, і ментально – в емоціях, думках, звичках. Тому знавці радять: не втрачайте кожної можливості вивчити, що ви зараз відчуваєте щодо конкретних об'єктів і подій. Чого чекаєте

¹⁰⁸⁾ Див.: Кружачиися дервиши. URL:
<https://guides.evertravel.me/posts/29-kruzhaschiesya-dervishi>

або що вас хвилює? Якщо помічаєте, що напружені, то трохи розслабтесь фізично і морально, перемістіть увагу на щось інше – на природу, на метушню перехожих.

Тоді розум заспокоїться, і ви виявите, як у свідомості пропливають думки – міркування, фантазії, спогади, сумніви та надії. **Не боріться з цими думками** і взагалі ніяк не оцінюйте їх, адже **боротьба посилює свідомість** (як найбільш критичну й підозріливу частину психіки), а щоб розслабитись – **потрібно** якнайбільше **«пригасити» свідомість і зупинити плин її думок**. Тому зверніть більше уваги на ритм дихання і на відчуття тіла, як на корисний якір для блукаючого розуму.

Можливо, без боротьби із думками ви протримаєтесь лише одну хвилину, але якщо всю цю нескінченно довгу хвилину ви не відривалися від слідкування за внутрішніми процесами, то ви досягли мети. Втім, із першого разу це навряд чи вдасться, і засмучуватися від цього не потрібно. Можливо, ви задумалися про те, як це вам допоможе, або відволіклися і впали в якісь звичні думки, або задумалися про те, «який я ідіот, що цим займаюся», – і, отже, зосередженості ви не досягли.

Проте, якщо навіть ви відволікалися від спостереження відчуттів і думали про щось інше, оцінювали це, судили, переживали, але **при цьому відзначали і фіксували всі ці свої думки**, оцінки і судження, і робили це в той самий момент, коли вони проносилися через вашу голову, отже, вам **вдалося досягти усвідомленості** (тобто зосередженості й водночас спокійної відстороненості).

Не поспішайте. Наприклад, методично переміщайте увагу від тімені голови вниз по тілу. Помічайте різноманітні відчуття – наприклад, тепло, пульсацію, оніміння або зростлу чутливість – в суглобах, кожного пальця, у зволжених долонях, у пульсі на зап'ястях. Варто уважно «сканувати»

навіть ті області, в яких немає особливих відчуттів, наприклад, шкіру під волоссям та мочки вух.

Зауважте, що розум може усвідомлювати навіть відсутність відчуттів. Постійне й безперервне дослідження відчуттів свого тіла називається у йогів «саті» (усвідомленістю) і є одним із головних інструментів медитації «бачення-як-воно-є» (віпасани)¹⁰⁹. Дамо більш докладне пояснення технік трьох основних видів медитації.

1. **Статична (ізольована) медитація.** Завдання дуже просте – протягом двох хвилин спостерігати за процесом дихання. Не потрібно намагатися якимось змінити ритм дихання. Щоб легше було зосереджувати увагу, можна відстежувати рух живота (або грудної клітки, залежно від типу вашого дихання, тобто те, що простіше спостерігати) або відчуття в носоглотці від руху повітря. Крім того, можна вимовляти внутрішньо «вдих» і «видих» відповідно до процесу дихання.

Якщо увага відволікається – простежуємо за відволікаючим чинником і усвідомлюємо, ЩО саме відволікло нашу увагу, а потім повертаємося до процесу стеження за диханням. Наприклад, якщо промайнула думка «завтра мені треба йти на роботу» (а подібні думки можуть запросто викинути новачка з медитації у сферу повсякденного мислення), то ми не зосереджуємось на ній, а проминаємо її внутрішнім поглядом, як одного з нецікавих стрічних перехожих. Це може вийти не відразу й не швидко, проте не слід через це хвилюватись, адже будь-яка думка заволодіває нами лише тоді, коли викликає в нас хоч якесь

¹⁰⁹ Про цю та інші техніки й секрети медитації див.: Куладаса, Иммергат М., Грэйвс Дж. Свет ума. Полное руководство по медитации. URL: <https://coollib.com/b/459896-dzheremi-greivs-svet-uma>; Ошо. Медитация: первая и последняя свобода. URL: <https://www.rulit.me/books/meditaciya-pervaya-i-poslednyaya-svoboda-read-23170-1.html>

занепокоєння. А коли ми залишаємось до неї байдужими, то тим самим не надаємо цій думці ваги і сили наших почуттів. Якась частина нашої свідомості тримає в полі зору цю думку, але вона нас майже не турбує, і ми усвідомлюємо, що в будь-який час можемо приділити їй трохи більше уваги, і розвинути її в ясну думку, а можемо залишити в неповному, зародковому вигляді, або перейти до інших думок.

Всупереч поширеним твердженням, що головною метою медитативних практик є «зупинка внутрішнього діалогу», тобто повна бездумність, насправді перед нами не стоїть завдання якось спеціально позбутися думок. Якщо ми будемо намагатися зробити це вольовим зусиллям, то отримаємо зворотний ефект. А інтенсивність мислення з часом буде знижуватися сама собою, якщо ми будемо просто зберігати пасивну концентрацію на якомусь об'єкті (в цьому разі на диханні).

Отже, повністю зупинити мислення не можна. Мислення – це такий же природний процес як дихання і серцебиття, а тому завдання подібних практик не зупинити цей процес, а розвинути усвідомленість, тобто навчитися немов іззовні спостерігати за власними процесами, зокрема і за процесом мислення. І в якийсь момент ми починаємо ясно усвідомлювати, що в нас є дещо більше, ніж думки та емоції, і що ми здатні перебувати в такому стані, коли можемо спостерігати, усвідомлювати роботу нашого мозку, так само як можемо спостерігати за процесом дихання.

Однак на шляху до цього є **дві небезпеки, яких потрібно уникати: самопримус і сповзання у сон**. Якщо головна проблема – це відволікання під-час практики, то підчас дихання варто концентруватися на руху живота: спостерігати, як він піднімається й опадає, які відчуття є між вдихом і видихом. Вважається, що спостереження саме цих відчуттів «приземлюють» наш розум, роблять його більш чесним і практичним. Але якщо основна проблема – це

швидше сонливість і млявість під час практики, тоді краще концентруватися на відчуттях у ніздрях: слідкувати, як повітря проходить крізь ніздрі, які є відчуття між верхньою губою і ніздрями, як різниться температура повітря на вдиху і на видиху.

Звичка весь час кудись бігти і за щось хвилюватися буде перешкоджати підтриманню спокою, і тому медитація може навіть втомлювати, але це означає, що ми надто себе примушуємо і медитація вже не заспокоює, а виводить зі стану спокою. Тому щоб ефективно утримувати увагу на предметі медитації, варто використовувати короткі часові відрізки для кожної практики. Особливо на початку потрібно займатися буквально по 1–3 хвилини. Краще зробити 10 підходів за 1 день по 1 хвилині, ніж сидіти й «вимучувати» 10 хвилин, постійно відволікаючись і лаючи себе за нездатність сконцентруватися. А коли вже переходимо до більш тривалих практик, то якщо статична поза втомлює, можна робити малоамплітудні й монотонно ритмічні рухи тулубом або головою, які пришвидшують досягнення трансу і не дають накопичуватися напрузі від мінімального, але самопримусу.

Таке **дистанціювання від власних думок і відчуттів фактично є станом керованого трансу**, який, втім, легко переходить у сон разом із досягненням мускульного розслаблення. Власне, навіть такий сон, а він триває зазвичай до 15 хвилин, є дуже корисним для морального та фізичного відпочинку і поступово розвиває здатність до самоконтролю. Проте для досягнення саме керованого трансу можна нашу хронічну увагу (яка працює, навіть коли ми спимо) зосередити на підтриманні рівності спини або, скажімо, на утриманні яблука в руці: це не лише дисциплінує процес самоконтролю, а й будить, коли ми засинаємо.

2. **Динамічна (фонова) медитація.** За будь-якої паузи в роботі чи очікуванні чогось можна ставити собі завдання наступні 1–2 хвилини займатися усвідомленням того, що ми

чуємо, тобто фокусувати увагу на звуках. Варто намагатися зауважити й виділити навіть найнепомітніші звуки із загального звукового фону. Водночас потрібно сприймати їх зосереджено, але байдуже, тобто просто як звуки, не описуючи того, що їх видає і не розмірковуючи над їх значенням. Можна також відстежувати свої тактильні відчуття під час процесу ходьби або сидіння, можна сфокусуватися на запахах тощо. Під час їжі з'являється чудова можливість сфокусуватися на смакових відчуттях (і отримати більше користі та задоволення від трапези).

Тобто будь-які автоматичні зазвичай дії (гоління, прийняття душу, чищення зубів) можуть стати приводом для усвідомлення своїх відчуттів і зовнішніх і внутрішніх процесів, які їх супроводжують. Для розвитку усвідомленості варто щотижня обирати декілька подібних об'єктів відстежування і регулярно їх міняти, щоб не набридали. Водночас немає необхідності усамітнюватися чи кидати всі інші справи, таку медитацію можна робити в перервах чи під час виконання якоїсь монотонної праці, а зрештою можна навчитись виконувати її у фоновому режимі, не припиняючи своєї основної діяльності, яка від цього не лише не страждає, а навпаки – отримує додаткові сили та мотивацію.

Найперше ж правило будь-якої медитації – це **не пробувати, а діяти!** Якщо вже братися за медитацію, то робити її не впівсили і не з думками, що «спробую, а як не піде, то кину», адже цьому процесу потрібно віддаватися – може на 5 чи 10 хвилин, але повністю і без застережень (тобто повна мобілізованість і самовіддача).

А друге правило – це т. зв. «пасивна установка», тобто відмова від спроб аналізувати щось чи контролювати у процесі медитації. Пасивна установка дозволяє медитативному процесу, яким би він не був, йти як іде, замість того, щоб якимось його регулювати – пришвидшувати, поглиблювати, відчувати незадоволення, адже саме ця

схильність присилувати природні процеси і є джерелом стресів і хвороб.

Саме на правильному сполученні **дисоціативного, незалученого світосприйняття і повної самовіддачі у діях із байдужими**, по суті, **об'єктами й цілями** і полягає кінцева мета медитативного розвитку. У нетренованих у цьому людей частіше буває з точністю до навпаки: вони відчувають **надмірну особисту залученість до справ і об'єктів довкілля, а отже, і заангажованість, упередженість у своєму ставленні до світу, проте діють вони, зазвичай, у півсилі і без мотивації**, адже вважають, що їх присилують і недостатньо винагороджують за їх зусилля (що є інфантильною проєкцією власних бажань діяти і водночас звичкою нестаранності у відповідь на зовнішню їм, загрозливу силу, хоча насправді вони примушують себе самі через інфантильне невміння самостійно ставити собі мету і повністю їй віддаватись).

3. Анархічна (протистереотипна) медитація. Завдання – вийти за межі контролювального розсудку та логіки, які примушують і привчають жити в обмеженнях, стримано й боягузливо оцінювати свої можливості та діяти стереотипно, не пробуючи нічого нового. Перша частина цієї медитації вимагає хаотично дихати через ніс, концентруючись на видиху. Тіло саме подбає про вдих. Видихати потрібно настільки швидко і повно, наскільки це можливо, але без примусового нагнітання видиху, а отже, і без напруженості цієї дії. В результаті людина повинна не запихатися, а просто максимально провентилювати свої легені і дихальні шляхи. Допомогати собі у цій справі варто всім тілом, роблячи різкі рухи ліктями, плечима, колінами в такт видихам.

І найголовніша умова ефективного виконання цієї справи – це постійно **ламати ритм дихання**, щоб розсудок не встиг виявити логіку процесу і почати нав'язувати людині якісь нові «правила» і стереотипи поведінки.

Друга ж частина цієї медитації – це **психологічна розрядка стримуваного гніву** (злості, напруги, що виявляється в образливості, надмірній поступливості або сарказмі) чи **смутку від втрати** (що виявляється у психогенних болях, лінії та депресії). **Розряджати напругу необхідно активними рухами і вигуками**, що відповідають стримуваній емоції і відшукуються інтуїтивно, а головне – здійснюються з повною силою почуттів і з максимальним розмахом і силою, тобто – не стримуючись. Результатом такої активності повинна бути приємна втома, а отже, не варто примушувати себе продовжувати, коли вже не отримувеш задоволення від розрядки.

А третя частина цієї медитації – це **повна пасивність у позі лежачи на спині**, випроставши руки і ноги. Завдання – дати всім внутрішнім процесам можливість заспокоїтися: спершу в голові будуть кружляти якісь уривки побаченого й почутого, але потім настане блаженне задоволення від нічого недіяння. Водночас необхідно **глибоко видихати**. Центром уваги повинен бути видих, а не вдих. І видихати потрібно все повітря, яке можливо з себе витиснути. Видихати потрібно через рот і повільно, нехай це і займе якийсь час, чим довше, тим краще, бо тоді релаксаційний вплив піде якнайглибше. Коли все повітря зсередини тіла витиснуто, нехай тіло саме зробить вдих; не варто вдихати довільно і присилювати себе. Видих повинен бути повільним і глибоким, а вдих повинен бути швидким. Це пом'якшить м'язовий панцир на грудях, що перешкоджає природному диханню і розслабленню.

Яка вигода медитації з точки зору науки? Медитативне зосередження дозволяє **художньо-інтуїтивному**, негоцентричному типу мислення (який співвідносять із активністю неокортексту правої півкулі мозку) **зайняти у свідомості домінуюче місце** – те, яке зазвичай займає аналітичний егоцентричний тип мислення (що співвідноситься з активністю лівої півкулі). Іноді

результат цього домінування називають «станом надсвідомості». Медитативне зосередження здійснює цю «зміну влади» шляхом перевантаження і фрустрації нервової активності лівої півкулі, залучаючи її у тривалу монотонну діяльність (зокрема в концентрацію на мантрі, диханні або на певних позах).

Перша функція та вигода медитації в тому, що набагато **важливішою є сама спроба досягнення стану надсвідомості**, ніж дійсне його досягнення. Взагалі, дія за принципом, що **«процес важливіший за результат»** є протилежністю того поведінкового стилю, який призводить пацієнта до надмірного стресу (адже до нього призводить надмірна зосередженість на результаті і неминуча тривожність, що супроводжує цю фіксацію).

Другою функцією та вигодою медитації є **релаксація та вивільнення саме тих фізіологічних і психологічних систем, які цього найбільше потребують**. Цей стан має терапевтичний ефект внаслідок того, що організм досягає відновного ефекту сну, але набагато швидше і без повної перезагрузки всіх систем.

Третьою функцією та вигодою медитації є тренування і **формування звички до відстороненого спостереження**, в якому медитуючий просто «співіснує» з оточенням, а ***не протистойть йому у спробах підпорядкувати його собі***. Це неаналітичний, інтуїтивний стан, в якому людина не здійснює безперервного й суб'єктивного оцінювання навколишніх і внутрішніх подій із зайвим переживанням щодо них.

Схожий досвід відстороненості відомий багатьом, хто відчував гальмуючий транс за надмірного вибору у супермаркеті або під час «автодорожнього гіпнозу» внаслідок монотонного мерехтіння об'єктів перед очима. Часто такий стан називають «сном наяву». Важливо відзначити, що водій при цьому абсолютно не втрачає здатності керувати автомобілем, адже насправді цей стан не є сном. Якщо

виникає критична ситуація, водій зможе відреагувати на неї відповідним чином. І водночас він помічає, що 10 хвилин їзди і кілька розвилок абсолютно не відклалися у його пам'яті, оскільки його ставлення до їх проминання було спокійно-індиферентним.

Може здаватися, що цей транс є чимось прямо протилежним стану усвідомленості, який англійською називають «mindfulness», тобто «повнота усвідомлення». Однак це те саме: **подібний транс – це відключення стурбованості, а не усвідомленості**, адже той самий водій не потребує неухильного слідкування за кожною розвилкою на трасі, якою він їздив багато разів. Слідування по маршруту він може здійснювати «на автопілоті», тобто в трансі, а відстежувати лише непередбачувані моменти.

В цьому трансі відстежування можливих загроз буде куди більш повним і своєчасним, адже поле його уваги буде максимально широким – через те, що воно не зайняте перевіркою і самоконтролем, чи всі розвилки я помітив. Цей зайвий самоконтроль (гіперрефлексія) завжди є наслідком боязні помилок та надмірної стурбованості, які, власне, і долає медитація.

Тема 4. Психологічні особливості далекосхідних релігій

1. Китайська ментальність і чань-буддизм¹¹⁰⁾ (Дзен)¹¹¹⁾.
2. Конфуціанство¹¹²⁾.

¹¹⁰⁾ Абаев Н. В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае. URL: <http://psylib.org.ua/books/abaev01/index.htm>;

¹¹¹⁾ Судзуки Д. Т. Введение в дзэн-буддизм. URL: <http://psylib.org.ua/books/sudz01/index.htm>; Уотс А. Путь дзэн. URL: <http://psylib.org.ua/books/uotts01/index.htm>;

¹¹²⁾ Про Конфуціанство див.: <https://popoffich.livejournal.com/152050.html>; Абаев Н. В. Чань-буддизм и

3. Даосизм¹¹³⁾.
4. Шенізм¹¹⁴⁾, Фалуньгун¹¹⁵⁾ та синкретичні секти¹¹⁶⁾.
5. Ламаїзм¹¹⁷⁾. Бон¹¹⁸⁾.

культура психической деятельности в средневековом Китае. URL: <http://psylib.org.ua/books/abaev01/txt01.htm>; Маслов А. А. Книга судьбы: ежедневные медитации с Конфуцием. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=110779>;

¹¹³⁾ Про Даосизм див.: <https://popoffich.livejournal.com/152222.html>;
Абаев Н. В. Чань-буддизм и культура психической деятельности в средневековом Китае. URL: <http://psylib.org.ua/books/abaev01/txt02.htm>;
Маслов А. А. Воля за пределами воли. - https://www.e-reading.club/bookreader.php/37915/Maslov_-_Volya_za_predelami_voli.html;

¹¹⁴⁾ Про народні культури див.:
https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/163.php;
<https://www.anaga.ru/kitajskaja-religija.htm>; Культ богини-матери в Китае. URL: <https://popoffich.livejournal.com/172311.html>; Народная религия // Религиозные традиции мира (гл. 41–43). URL: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/rel_trad/40.php;

¹¹⁵⁾ Про Фалуньгун див.: <https://batenka.ru/unity/sect/yellow-china/>;
<https://day.kyiv.ua/ru/article/den-planety/sekta-falun-gun-krepkiy-oreshek-dlya-kitajskih-vlastey>; Васютинский В. Социально-психологическая экспертиза религиозной доктрины «Фалунь Дафа». URL: <http://ukrsekta.info/1082-falun.html>;

¹¹⁶⁾ Про синкретичні секти в Китаї див.:
<https://popoffich.livejournal.com/149679.html>;
<http://ukrsekta.info/clauses/2744-li-cze-u-sekty-net-perspektiv-v-kitae.html>;
<http://www.synologia.ru/a/Се-цзяо>; про секти в Кореї див.:
<http://etnolog.ru/religion.php?id=472>;
<https://makkawity.livejournal.com/82706.html>; <https://vilneslovo.com/мунти-або-церква-обеднанн/>;

¹¹⁷⁾ Ламаизм // Васильев Л. С. История религий Востока. URL: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/178.php;
[http://vbuddisme.ru/wiki/Книга_Тибетская_книга_мертвых_\(с_комментариями_Франчески_Фримантл_и_Чогьяма_Трунгпы\)](http://vbuddisme.ru/wiki/Книга_Тибетская_книга_мертвых_(с_комментариями_Франчески_Фримантл_и_Чогьяма_Трунгпы));
http://vbuddisme.ru/wiki/Книга_Не_счастья_ради_Руководство_по_так_наз_ываемым_предварительным_практикам_тибетского_буддизма;
http://vbuddisme.ru/wiki/Книга_Учения_тибетской_йоги;

¹¹⁸⁾ Религия Бон: символы, обряды, учителя. URL: <https://www.nuntiare.org/религия-бон-символы-обряды-учителя-л/>;

6. Синтоїзм¹¹⁹⁾. Аум Сінрікьо¹²⁰⁾. Церква об'єднання (Муна).

Додаток 4. У-вей: ненавмисна дія

1. Майже всюди на Сході, особливо у великих імперіях, має місце **сакралізація правителя**. Зокрема в Китаї вважали, що імператор отримує від Неба силу **Де**, яка спершу означала силу войовничої **непереможності**, а потім – **моральну силу**. Китайці як носії традицій, що базуються на ментальності флегматичного темпераменту, дуже стурбовані проблемами підтримання моральності і їх **релігії зосереджені саме на правилах поведінки**, а не на філософських питаннях існування бога та існування зла, взаємодії між богами тощо. Ось чому китайські релігії – дуже прагматичні: вони не вимагають вивчення священних текстів, а навчають людей, як їм правильно виконувати ту чи іншу роботу, виховувати дітей, ставитися до керівництва. І релігіями їх можна вважати лише тому, що стимулом до правильного життя вони називають можливість після смерті стати «сянь», тобто нижчим, але безсмертним божеством.

Найважливішою особливістю старокитайської релігії була досить **незначна роль міфології**. На відміну від усіх інших раннях суспільств і відповідних релігійних систем, в Китаї з давніх-давен місце міфів зайняли **історії з моральними висновками про мудрих і справедливих**

Гумилёв Л.Н., Кузнецов Б.И. Бон (Древняя тибетская религия). URL: <http://gumilevica.kulichki.net/articles/tibet10.htm>

¹¹⁹⁾ Про синтоїзм див.: <http://www.sintoizm.ru/sinto/>; <https://wol.jw.org/uk/wol/d/r15/lp-k/1101990040>; https://azbyka.ru/otechnik/Iarion_Alfeev/istorija-religij/6; Аракава Д. Синтоизм и традиционные ценности японцев. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sintoizm-i-traditsionnye-tsennosti-yapontsev>;

¹²⁰⁾ Про Аум Сінрікьо див.: Історія Сьоко Асахари: як напівсліпечь створив найвідомішу секту в історії. URL: <https://platfor.ma/topic/istoriya-soko-asahary-yak-napivslipets-stvoriv-najvidomishu-sektu-v-istoriyi/>

правителів. Легендарні мудреці Яо, Шунь і Юй, а потім культурні герої типу Хуанді та Шеньнун стали у свідомості древніх китайців їх першопредками та першоправителями, потіснивши багатьох богів. Те саме відбулося і з Конфуцієм, а пізніше із Мао Цзедунном. Тісно пов'язаний з усіма цими діячами **культ етичних норм** (справедливість, мудрість, добротність, прагнення до соціальної гармонії тощо) відтіснив на другий план чисто релігійні ідеї надприродної могутності та містичної непізнаності вищих сил. І хоча «нормальні», надприродного походження боги в Китаї все ж існують і міфи про них – теж, але й досі **китайська релігія** – це **ритуалізована мораль**.

Політеїстична і синкретична китайська релігія поділяє надприродні сили на «будд» (які, згадаємо, теж були людьми), «шень» (таких собі божественних чиновників) і «сянь» (ким стають праведні простолюдини), нижче яких розташовані демони (покровителі певних місць та людські душі, що не перейшли до потойбічного світу), а також – предки, яких китайці дуже шанують, і рідкісні, наділені розумом тварини (насамперед – лиси).

Саме на ґрунт такої ментальності впали зерна буддизму, починаючи з II – III століття нашої ери, коли він почав занепадати в Індії, оскільки відкидав улюблені індійцями колективні обряди, міфи й аскетичні подвиги, і взагалі – був дуже простим у своїй теорії. Для китайців же він був, навпаки, надто складним, принаймні у своїх релігійних текстах (сутрах). Зате його містицизм, тобто зосередженість на індивідуальному і **внутрішньому шляху спасіння**, була дуже близька китайцям із їх внутрішнім локусом контролю (і не була близька індійцям із їх протилежним локусом).

Ідея, що **«життя – це страждання»**, була абсолютно **незрозумілою** для китайської ментальності, адже постійна праця для них – це щастя, і якраз без неї вони починають страждати. Натомість ідея **реінкарнації** була тут розвинута в

численних мальовничих подробицях: так, перш ніж душа переселиться в нове тіло, її кілька місяців катують за минулі гріхи, а впевнившись, що вона «все зрозуміла», їй стирають пам'ять про попереднє життя, але залишають її особистість, підправлену покаранням.

Правда, реформувати буддизм саме в напрямі його приземленості допомогло закриття буддистських монастирів імператорами-даосами династії Тан (у IX ст. н.е.), яке привело до повернення десятків тисяч монахів до своїх домівок і практикування ними такого напрямку буддизму, який не вимагав роботи у бібліотеках. А цей напрям ще раніше, у VI столітті приніс із Індії перший патріарх чань-буддизму Бодхидхарма (кит. Дамо), який **відкинув вивчення сутр і будь-який ритуал. Медитацію** наставники чань трактували по-новому – як **спонтанне саморозкриття «істинної природи»** людини (яка завжди є вільною і просвітленою, але людина цього не помічає) в його реальному, **практичному житті**, зокрема у фізичній праці. Тим самим буддизм у варіації чань **позбувся** решток звичайної **релігійності** – священних **текстів, ритуалів і звернень до богів** або якихось **магічних сил** через **медитацію**.

Китайські приборчники чань-буддизму із задоволенням відмовилися від книжкової премудрості, але й індійське **медитативне зосередження** («дхьяну», – транслітерацією чого і є «чань») було їм не дуже близьке, і спершу вони його розуміли як простий, бездіяльний відпочинок, і лише пізніше почали вкладати в нього магічний сенс спілкування із духами, запозичений у даосів (що теж не було схоже на «дхьяну»). Зрештою була розроблена унікальна методика **«медитації в дії»**, тобто не сидяча й замислена в філософських ідеях сутр, а зовсім бездумна й зосереджена на виконанні тієї практичної дії, яку людина виконує у цей момент.

Головною відмінністю від звичайної китайської праці було те, що робота в цій медитації мала сприйматись не як обтяжливий обов'язок і не як задоволення, а **як участь у грі, ілюзорність якої людина розуміє, але віддається їй повністю** («затято», як люблять це називати). Інакше кажучи, медитуючий не повинен був ні боятися за результат, ні надто його прагнути, він мав повністю віддатися справі, якою він займався, **вклавши всю мотивацію, сили і здібності у цей процес**, і повністю **відкинувши думки про його мету**. Це дозволить **діяти спонтанно і миттєво реагувати** на перебіг подій, не стримуючись невдалим досвідом минулого чи думками про те, що буде потім. Сьогодні це називається **«стан потоку»**, досягнення якого забезпечує натхнення і кураж.

Бездумність «медитації в дії» часто критикується людьми, які не утруднили себе вникненням у її методiku та психологічний смисл, тобто слабкодухо не спромоглися на повну самовіддачу, а замість цього піднімали самооцінку критикою тих моментів, яких в чань-буддизмі немає: критикою апатії та отупіння, безвілля та пасивності, котрі, нібито, формуються даною медитацією. Очевидно, що повна самовіддача – це не пасивність і не апатія, а лише **відмова від зайвих переживань**, тобто тих штучних емоцій, **які породжуються чужими, дораціональними установками**.

І якщо людина справді долає ці штучні емоції та дораціональні установки, то вона фактично усуває дві найважливіші потреби (когнітивну та емоційну), що живлять будь-яку релігію. А тоді знову постає питання: чи є буддизм, і зокрема чань – релігією? Відповідь проста: якби всі його прибічники і справді перемогли в собі штучні емоції та дораціональні установки, то він не був би релігією і не потребував би висвячування своїх ідей, настроїв і дій. Однак сьогодні переважна більшість людей нездатна досягти такого рівня, а тому їм необхідні обряди, віра і навіть боги, що,

буцімто, тримають їх під контролем. Розуміючи це, буддизм і не протестує проти своєї вульгаризації: мовляв, це діти, нехай вони погано вимовляють слова, але тільки так і можуть навчитися говорити!

Чань складають **три принципи**: 1) **«миттєвого осяяння»**, адже **«твоє серце і є Будда»**, тобто всі відповіді всередині тебе, тож не треба нікому поклонятися, ти **«тут і зараз»** є Буддою, а якщо і не досяг того ж, то лише через меншу наполегливість (цю ідею ще більш загострив Ліньцзи: **«Зустрінеш патріарха – убий патріарха, зустрінеш Будду – убий Будду!»**) та **«Нірвана і Бодхі – подібні стовпу, до якого прив'язаний віслюк»**); 2) **«відхід від розмежувань»** (недуальність) завдяки визнанню **«шуньяти»**, тобто **«порожнечі»** – у сенсі ілюзорності всього, включно із власним Его і тілом (буддизм не стверджує, що світ не існує, а лише те, що самообман **«майя»** заважає нам його побачити, а тому ця ідея має привчити **не прив'язуватись** до об'єктів цього світу, не жадати їх і не боятися, і завдяки цьому **«очистити» свою свідомість** від **«майї»** та **розширити її до єдності із всесвітом**); 3) **невербальна передача істини через вчителів, «від серця до серця»**, істини, яку не можна завчити або довго накопичувати, ти її або в осяянні збагнув, або ні (і тому: **«Хто знає – не говорить, а хто говорить – не знає!»**); ці слова приписують Лаоцзи, але вони стосуються і чань-буддизму, в якому закликали **«не спиратися на тексти»**).

Чань-буддизм вимагає **відмови від раціонального розуму**, пояснюючи, що **все, що пов'язано причинною залежністю, не виходить за рамки «майї»**, адже базується на **розрізненні**, на **дуалізмі** понять і через це – **дуалізмі** спостережуваних **«явищ»** та **протиставленні** одних понять і явищ – іншим. Саме тому, наставляючи учнів, вчителі чань любили вести парадоксальні діалоги-поєдинки **«мондо»** (китайською **«вень-да»**), в яких відповідати потрібно миттєво (спонтанно), хоча запитання часто не мали сенсу, на кшталт

абсурдних **загадок-коанів** (китайською «гун-ань»): «Що таке плескання однією долонею?», справжнє завдання яких було вибити учня із звичного, стереотипного ходу думок і привести до осяяння. Ця парадоксальність потрібна тому, що **не можна прагнути до просвітлення**, бо самий факт прагнення розвертає тебе від нього, і **не можна боротися із своїм засліпленням**, бо сама боротьба – це прояв засліплення і зміцнення його.

Якщо ж оцінювати **психотехніку чань-буддизму** раціонально, то очевидно, що він **спонукав до застосування образно-художнього мислення** (що, власне, робить будь-яка релігія, адже логічне мислення залишається науці), більше того, він передбачав **прийняття максимально креативних, творчих рішень**, причому – на кожному кроці, у **кожній ситуації людського життя**. Чи можливо це було в житті китайських селян, чия робота була доволі одноманітною та циклічною? Насправді – так, можливо, адже за правильної мотивації навіть за тисячного повторення однієї дії, в ній можна знаходити щось нове й робити не стереотипно, а хоча б трохи інакше, якщо бути зацікавленим і не втрачати дитячої допитливості.

Цей дитячий захват і допитливість і справді є в кожному з нас, і вони можуть давати енергію для оптимізму, впертості й радості досягнень. На жаль, нас часто карають за ініціативу і вимагають покірливості, а не креативності, і наша допитливість згасає, а разом із нею знижується і самооцінка – аж до рівня **«навченої безпорадності»**. Нас напружують і ми напружуємося (**реактивна поведінка**), нас залякують, а потім ми починаємо лякати себе самі. Все це якраз і засліплює наше світосприйняття, примушуючи **гнатися за новими і новими надбаннями**, котрі, нібито, мають невдовзі зробити нас щасливими, проте щастя так і не настає¹²¹⁾. Саме від цього

¹²¹⁾ Про це див.: Фромм Э. Иметь или быть. URL:
<http://psylib.org.ua/books/fromm02/index.htm>

хибного кола і дає рецепт чань-буддизм (формулюючи його, зокрема, парадоксальним афоризмом: «Щоби спіймати зайця, треба пройти повз зайця», інакше кажучи, не націлюватись на нього).

Чаньську **спонтанність** розвинув його японський аналог – **дзен-буддизм**, який зосередився саме на художньому, **естетичному ставленні до життя**. Наприклад, мистецтво каліграфії або японського малюнку передбачало, що пензель мав лягати на полотно **ненавмисно**, без плану і розрахунку, з першої спроби. А чайна церемонія, хоч і була ритуальною дією і мала певний порядок, але здійснювалась із відчуттям, що робиться вперше. Навіть бій на мечах був ніби хореографією, в якій важливо не знищити суперника, а **емпатично відчувати його**, зрозуміти його наміри і випередити, і це можливо було лише в тому разі, коли ти **не прагнеш завдати йому шкоди**¹²²⁾.

Розглядаючи перше питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані даної теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Чим саме **чань-буддизм** відрізнявся від **індійського буддизму** і які **функції релігії** він виконував?

2. Чому в чань-буддизмі вважають, що «розуміючий – не говорить, а хто говорить – не розуміє»?

3. Яка психологічна мета того, що учні **тижнями вирішують нерозв'язні загадки-коани**, які задає чань-буддистський вчитель?

4. Як відбувається пряма, **невербальна передача** розуміння буддизму?

5. Якого **емоційного стану** має досягти дзен-буддист під час **медитації**?

¹²²⁾ Див.: Судзуки Д. Т. Введение в дзэн-буддизм. URL: <http://psylib.org.ua/books/sudzd01/txt33.htm>

6. Як відбувається медитація в дії, і до яких змін у психології та поведінці вона приводить?

7. Який вид мислення розвиває чань-буддизм, якими вимогами це робить і які здібності це будить в людині?

8. Які здібності та поведінку передбачає спонтанність у дзен-буддизмі, і в чому вона може виявлятися у поведінці студента?

2. **Конфуціанство** – самоназва Жу цзя (Школа вчених книжників) – це пануюча релігія в Китаї, в якому хоч і була політеїстична віротерпимість і за деяких правителів заохочувався даосизм або буддизм, проте вчення Конфуція завжди було священним писанням для чиновників, а їх шановне й привілейоване становище робило пріоритетним і це вчення. Більше того, воно і призначене було саме для чиновників і формулювало дуже детальні правила, як їм вирішувати ті чи інші ситуації (було таким собі підручником адміністративного менеджменту). І зрозуміло, що воно не створювалось як священне писання, а якби чиновників спитали, чи вважають вони це вчення релігією, то вони, підпалюючи пахощі біля вівтаря Конфуція, щиро би це заперечили, сказавши, що віра – це для темних мас, а після цього попросили би у нього допомоги у чиновницьких іспитах.

Релігійне і світське життя в Китаї не дуже розділялись ні в VI столітті до н.е., коли жив Конфуцій, ні навіть тепер, два с половиною тисячоліття по тому. Тому і релігії тут не дуже релігійні, а світське життя й особливо управління – дуже сакралізовані. Конфуцій пропонував, по-перше, легалізувати всі соціальні дії та відносини, щоб не обманювати самих себе (ідея «чжен-мін» – «випрямлення імен»), яка була би доречною і в Україні) і впорядкувати їх за допомогою регламентації, по-друге, освятити соціальну ієрархію (через небесну), а по-третє, впровадити

патерналістські, тобто щирі сімейні стосунки між владою та народом: синівську відданість підлеглих («чжун») і «гуманність» («жень»), тобто турботу керівників про свій «людський капітал». Необхідність цього пояснювалась цілком прагматично і цілком у душі сучасного менеджменту, хоча і в більш архаїчних термінах.

Розглядаючи друге питання плану, студентам необхідно вяснити в науковій літературі (користуючись посиланнями, наданими у плані даної теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Яка ментальна **особливість китайців** обумовила культ Конфуція і які **функції релігії** він виконував?

2. Яку **вигоду** для розвитку Китаю дала реалізація ідеї «чжен-мін» і що **можна змінити** в СумДУ, якщо **реалізувати** цю ідею?

3. Якого **вдосконалення людини** вимагав Конфуцій, і якими **психологічними рисами** володів його **ідеал мудреця**?

4. Навіщо в конфуціанстві **потрібен** був **ритуал**, якщо «**благородна людина**» і **без формальностей** робить все правильно?

5. Які **соціальні** та **психологічні вигоди** дало запровадження в конфуціанстві **небесної ієрархії** і навіщо проводилися **складні іспити** для **чиновників**?

6. Як, за Конфуцієм, треба проводити **саморефлексію**, зустрічаючись з **розумними** і **нерозумними людьми**?

7. В якій **поведінці** мали виявлятися «чжун» і «жень», і як виконання цих принципів сприяло **незворушності духу**?

8. Що, за Мен-цзи, важливіше для **мудреця** – **воля** («чжи») чи мотивація, яку називали **життєвою енергією** («ці»), і – **чому** саме цей вибір?

3. **Даосизм** – це, натомість, найбільш народна з інституціоналізованих релігій Китаю, найближча з усіх до шаманства і знахарства. І вона доповнювала конфуціанство,

причому не лише для народу. Річ у тому, що конфуціанських норм і церемоній мав дотримуватися кожен, хто перебував вище рівня простолюдинів або намагався висунутися з їхнього середовища, і без цього він не міг розраховувати на повагу та успіх у житті. Однак за межами конфуціанства залишалися питання устрою світу, причин нещастя та інших незрозумілих явищ, міфологічних традицій і забобонів, без пояснення чого людина, навіть перебуваючи в еліті, відчувала тривогу та когнітивний дисонанс. Тож виконання всіх цих функцій припало на долю даосизму – вчення, що ставило завдання пояснити **Дао** – вічний закон як **світобудови**, так і **особистого життя** кожного.

Цілісна система поглядів даосизму на природу та суспільство відображена вже в таких трактатах, як «Дао Де Цзін» («Канон про Дао і Де»), що приписується легендарному мудрецю Лао-цзи (VI–V ст. до н. е.), «Чжуан-цзи» та «Ле-цзи» (IV–III ст. до н. е.) та інших. Однією з основних праць для теоретичного фундаменту даосизму, особливо в плані **нумерології** та **ворожильної практики** можна назвати найдавніший трактат «І цзин» («Канон змін», VIII ст. до н. е.). Завдання мудреця – пізнати Дао, стати на шлях природності, під якою малося на увазі злиття людини з природою. Іншим важливим поняттям даосизму є «недіяння» («**у-вей**») – заперечення цілеспрямованої діяльності, що йде врозрід із природним світопорядком. Виходячи з принципу недіяння, мудрий правитель впорядковує Піднебесну, керує державою, запобігає смуті. Даосизм розглядає все суще у Всесвіті як єдине ціле, прагне до гармонізації протиріч.

Розглядаючи третє питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Яку психологічну **потребу задовольняв** даосизм і які **функції релігії** він виконував?

2. В якій **поведінці** має виявлятися принцип «у-вей» і чому він не суперечить **активній та розумній діяльності**?

3. Чим **даоський мудрець** відрізнявся від **конфуціанського мудреця**, і якими **психологічними перевагами** володів **кожен**?

4. Чи **потрібно** даоському мудрецю **приборкувати пристрасті**, і якщо так, то – **як саме**?

5. Як даоському мудрецю **позбутися деструктивних афектів** (гніву, ненависті) і **виконати** принцип «у-вей», особливо якщо він бере участь **у бою**?

6. У чому, за даосами, має виявлятися **повернення до дитячості**, і чому **сила** – це **м'якість**?

7. У чому, за Чжуан-цзи, полягає повне **самоототожнення з об'єктом дії**, і які **результати** це дає на практиці?

8. Якого **стану** потрібно досягти мудрецю, щоб відчуті **імпульси природності** (свої істинні прагнення та емоційні реакції), і що **потрібно** для цього **зробити**?

4. В політеїстичному **Китаї** людина може **сповідувати відразу дві або три релігії**: в своєму ставленні до обов'язків дотримуватися конфуціанства, у розвитку здоров'я та тіла (в межах **ушу**) або ворожіннях орієнтуватися на даосизм, а в розвитку бойових мистецтв (в межах **кун-фу**) – на чань-буддизм. Однак і після цього у неї залишаються незадоволені релігійні потреби – віддати данину предкам, попросити допомоги у вирішенні сімейних та особистих проблем тощо. І от саме ці, залишкові релігійні потреби задовольняє так звана народна релігія – шенізм. Звичайно якась **народна версія офіційної релігії** існує і в межах християнських чи мусульманських конфесій, але там вони переслідуються і зневажаються як «дикість» і «ересь». В Китаї ж із цим не

тільки не борються, а й цілком схвалюють – як підтримку культурної своєрідності. В результаті тут кожен може підібрати собі такий набір вчень або їх окремих частин, які найбільше відповідають його потребам і схильностям.

Шенізм – це несистематизований, еkleктичний комплекс різних вірувань і магічних практик, головну роль в якому відіграють обряди і погляди культу предків та культу добрих і злих духів (котрим поклонялись однаково, як системі «**інь-ян**») різних місць – дома, поля, лісу і т. п. Крім культу предків і духів (відповідальних за побутове благополуччя), включно із магічними практиками, зокрема «**фен-шуєм**», **медіумізмом** та **екзорцизмом**, існує в шенізмі ідея **карми** та **реінкарнації** (що регламентує моральний аспект життя), ідея **енергії «ці»** (що описує процеси здоров'я та хвороб) та ідея «**Неба**» (не безлике Дао, але і не Суддя, а свого роду «нейромережа», що реагує на кармічні дії людини і посиляє їй **попереджувальні знамення**).

Китайська влада з XI століття ввела реєстр місцевих духів і їх чудес, і для найбільш шанованих навіть будували святилище в столиці та регламентували порядок їх вшанування. Так, основний обряд культу предків відбувається на дев'ятий день дев'ятого місяця за місячним календарем («Свято подвійної дев'ятки»), під час якого, за звичаєм, найстарші в роду чоловіки забивають на могилі предка жертвну свиню. Існує повір'я, що дух предка, який не отримав щорічної жертви, вмирає назавжди, і не зможе більше дбати про добробут нащадків.

Синкретичні секти в Китаї завжди базувалися на народній релігії, і у своїх закликах та обіцянках відображали почуття та сподівання народних мас, пригнічених надміру вимогливою й безжалюною до людей владою. Китайці й без утисків працювали зазвичай старанно і самовіддано, однак чиновники ставили завдання, не рахуючись із реальними можливостями підлеглих і застосовуючи покарання, коли ті

не справлялися. Саме проти такої бездушності і виступав Конфуцій, пропагуючи ідею сімейних відносин між правителями та підданими, проте хоч йому і звели храми та пам'ятники, але дотримуватись його «гуманності» чиновникам не вдалося (адже закони існування бюрократії цілком об'єктивні і не піддаються перевиховуванню).

З іншого боку, буддизм, конфуціанство і даосизм завжди були «**оптимістичними**» релігіями, які не визнавали можливість тривалих невдач, горя, депресії та розгубленості: все це вони вважали проявом помутніння свідомості через неправильне або ненаполегливе виконання їх рецептів. Інакше кажучи, ***вони не дуже вміли втішати і розраджувати*** (саме тому свою нішу серед розмаїття китайських релігій знайшло собі і християнство), адже просто не мали потрібних для цього теорій пояснення зла і нещасть, причому такого пояснення, яке було б справді релігійним, тобто не вимагало від стражденного «припиняти киснути» і братися за саморозвиток, а жаліло його й обіцяло, що «все буде добре».

Ось чому синкретичні секти (і навіть не тільки в Китаї) вирізнялися від інших релігій **апокаліптичними** та **сотеріологічними** ідеями: мовляв, так, зло на цьому світі непереможне і скінчиться все погано (деяким «кінцем світу»), але знайдеться «Спаситель», який врятує найбільш праведних і терплячих, і тоді вже вони заживуть, як у раю. Водночас ці секти не сперечалися з провідними релігіями, а навпаки – дотримувалися безмежного «**екуменізму**», заявляючи, що всі релігії «правильні» і всі говорять, власне, про одне і те саме, лише різними словами: «Слова Будди, Лао-цзи і Конфуція не відрізняються від мудрості Христа і Мухаммеда, а ми віримо всім мудрецам».

Заради досягнення необхідної для праведності чистоти більшість сект дотримується строгого **вегетаріанства**, а деякі навіть приймають обітницю целібату (тобто схилиються до

аскетизму, як і індуїсти). Разом із цим в окремих сектах був прийнятий **проміскуїтет**, епатаж сімейних цінностей конфуціанства виливався в **ритуальні оргії** – ритуали «з'єднання ці». Також вони часто поклоняються **Гуаньїнь** (богині милосердя) або «**Нествореній богині-матері**», що є пережитком найдавніших вірувань, які відновлюють у цих сектах заради надання собі ореолу древності та автентичності.

Китайські синкретичні секти є явищем **контркультури**, і про нього потрібно сказати окремо, адже саме протистоянням офіційній культурі і пояснюються дивні, а іноді – шокуючі риси цих сект, які важко пояснити чимось іншим, окрім бажання вирватися з обмежень закостенілих традицій. Контркультура існує не лише в релігії¹²³⁾, а саме тут вона має давні й багатоманітні прояви, адже релігія є найбільш консервативною частиною культури, нерідко – із авторитарними, насильницькими методами впливу, котрі і викликають у людей спротив¹²⁴⁾. Коли священники сліпо (а іноді й хитро) керуються нічим не обґрунтованими «заповідями» та вимагають надмірних жертв і обмежень, то

¹²³⁾ Про контркультуру див.: <http://www.russ.ru/pole/Kontrkul-tury;> <https://tyzhden.ua/Columns/50/219961>; Хиз Дж., Поттер Э. Бунт на продажу: как контркультура создает новую культуру потребления. URL: https://royallib.com/read/hiz_dgozef/bunt_na_prodagu_kak_kontrkultura_sozda_et_novuyu_kulturu_potrebleniya.html#0;

¹²⁴⁾ Любченков М. С. Религиозные и политические явления контркультуры: общие признаки и специфика. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/religioznye-i-politicheskie-yavleniya-kontrkultury-obschie-priznaki-i-spetsifika>; Боков Г. Е. Феномен контркультуры и его религиозные аспекты в свете философской и теологической рефлексии. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-kontrkultury-i-ego-religioznye-aspekty-v-svete-filosofskoy-i-teologicheskoy-refleksii>; Рада П. Ирландия: религия как контркультура в христианской стране. URL: http://zavtra.ru/blogs/irlandiya_religiya_kak_kontrkul_tura_v_hristianskoj_strane

вони тим самим підштовхують до відвертих порушень і їх ідейного затвердження людей молодих і освічених. А коли віджилість старих церковних порядків стає очевидною для багатьох, то ця, маленька спершу контркультурна конфесія розростається до рівня масової релігії.

Такою **контркультурною конфесією** був спершу буддизм (щодо аскетичного брахманізму) та даосизм щодо конфуціанства, езидизм і сатанізм (щодо авторитарного християнства), християнство та іслам (щодо «недисциплінованого» язичництва), катари й протестанти (щодо нещирого й меркантильного католицизму), суфізм та ваххабізм щодо сунізму та інші. Тож їх девіантність обумовлювалась не просто індивідуальними перверзіями та схильністю до епатажу, але **об'єктивними потребами усунення тих конфесійних вимог чи звичаїв, які отупляли вірян і стримували їх розвиток.** І тому протистояли вони, зазвичай, не всім релігійним традиціям, а якраз найбільш закостенілим.

Однією з найпопулярніших сьогодні синкретичних сект є Фалуньгун. **Фалуньгун** (кит. Fǎlún Gōng – «духовна енергія колеса закону») – китайська, а нині міжнародна синкретична секта (на базі народного буддизму), створена в 1992 році авантюристом на ім'я Лі Хунчжи, який за підтримки держави і Китайського науково-дослідного інституту цигун¹²⁵⁾ оголосив проєкт розроблення «системи вдосконалення людини», однак не став возитися з тілесною стороною цигун, а почав «духовне, спіритичне й космологічне вдосконалення» своїх послідовників шляхом інтенсивного «годування» їх довільною сумішшю різних ідей із обіцянками паранормальних здібностей. Китай тоді швидко змінювався,

¹²⁵⁾ Цигун насправді є сучасним винаходом, замаскованим під старовину, і тому сильно потребує збагачення ідеями. Див.:

<https://popoffich.livejournal.com/150344.html>;

<https://popoffich.livejournal.com/150647.html>

люди відчули подих свободи, зокрема і в релігії, й охоче пішли за цим новим вченням (до 100 мільйонів членів). Але її **лідер добивався не стільки вдосконалення, скільки фанатичної відданості** своїх послідовників, і це йому вдалося.

Відтак, ближче до кінця 90-х р. ХХ ст. стало зрозуміло, що секта йде зовсім не тим шляхом, на який розраховувала влада. Лідер секти оголосив науку вигадкою «західних шакалів», а змішані шлюби – «втратою співвідношення з небесними расами» (що це означає – він не дуже пояснював, але очевидно, що наголос він робив на **піднесенні національного духу**). У 1997 році організація була повністю заборонена, а вже через рік Лі Хунчжи перебрався до США (до «західних шакалів»), де активно продовжив свою діяльність, якою займається до цього часу. Китайські влади звинуватили секту, зокрема, у вбивстві найбільш «відданих її ідеям членів і вилученні органів для подальшого перепродажу» (втім, такі самі чутки про звірства влади щодо членів секти поширювали її керівники), засудивши до смерті багато її членів.

Після цього Фалуньгун поширився світом (включно з Україною¹²⁶⁾), спекулюючи, переважно, на співчутті людей до жертви переслідувань, імідж та ідеологію якої лідер почав активно впроваджувати всередині секти та за її межами. Не обходиться звичайно і без обіцянок швидкого покращання здоров'я таємничими методами «древнього» духовного мистецтва (хоча на ділі секта пропонує доморощені розробки вправ, адже її керівники далекі від реальної практики кун-фу і не люблять вникати в її теорію). По суті, Фалуньгун є тоталітарною сектою, яка цілковито зосереджена не на допомозі своїм членам (не виконуючи, фактично, жодної

¹²⁶⁾ Про Фалуньгун у Сумах див.:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLRWJUrc5YboEINKPn7s4nB9wRrM1nhYxI&app=>; <http://www.vsismy.com/news/gorod/sumchane-vozmutsya-za>

функції релігії), а на їх фанатизації та отриманні від них комерційної вигоди.

Синкретичні секти існують і в **Кореї**, і серед найбільш значущих – Чхондогьо та Церква Муна. **Чхондогьо** – це релігійне продовження національно-повстанського руху Тонхак кінця XIX століття. Основа віровчення – **пантеїзм**, який проголошує, що не існує трансцендентного бога поза душами конкретних людей, він живе лише в їх душах. І тому людина – господар Всесвіту, хоча це і не означає, що вона дорівнює богу, просто вона повинна піклуватись і відповідати за все у світі. Самій же людині не слід прагнути до небесного **раю**, його потрібно **побудувати на Землі**. А для цього кожен повинен **служити іншій людині як богу** і знаходитись у постійному **мовчазному спілкуванні із богом** (здійснювати саморефлексію). Чхондогьо містить цілком соціалістичні ідеї, і не випадково лідер КНДР Кім Ір Сен у своїх «ідеях Чучхе» явно використав це вчення.

Псевдохристиянська «Церква об'єднання» заснована в 1954 році Мун Сон Мьоном, який отримав безпосереднє «одкровення» від бога у вигляді текстів і доручення об'єднати всі християнські церкви. У своїх творах Мун часто цитує Біблію в розрахунок на прибічників із числа християн, яких у його секті і справді більшість (зокрема в Україні¹²⁷). «Церква об'єднання» підтримує віру в **спіритизм**, тобто в спілкування з духами померлих предків. Муністи стверджують, що Біблія є «не істиною, а підручником, за яким вивчають істину». Справжнім **авторитетом** для прихильників культу є **твори Муна**, який сам є для них **месією**. Відмінною рисою мунітів є система **фандрайзингу**, тобто збирання грошей під прикриттям конкретних благодійних цілей (на які вони так і не йдуть), що вимагає від

¹²⁷) Див. сайт українських муністів: <http://unification.org.ua>; та про них: <http://ukrsekta.info/static/moon.html>

членів секти **зусиль**, які вони потім **не можуть визнати марними** і самі себе **індоктринують**.

Бог, за Муном, є вічна енергія, що пульсує між чоловічим (позитивним) і жіночим (негативним) началом. Тому люди повинні **утримуватись від статевих відносин**, а якщо здійснювати їх, то за спеціальною «очисною» методикою лідера секти (щоб позбутися занепамої від гріхопадіння людської природи). Мун сам обирає подружні пари для своїх прибічників і проводить масові одруження. **Хіліастичність** вчення Муна полягає в тому, що він передрікає близький **«кінець світу»** у вигляді Третьої світової війни, внаслідок чого Мун стане володарем Всесвіту і заснує **«тисячолітній земний рай»** (що і відповідає терміну «хіліазм»). Основною культовою дією в церкві Муна є **очищення «крові світу»**, звільнення її від сатанинського начала. Воно проводиться за допомогою обряду «осоління» приміщень, а також причастям «особливим вином», до складу якого разом з іншими 20 компонентами входить **кров Муна** (що є явним шаманізмом).

Розглядаючи четверте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які релігійні **потреби** задовольняє шенізм і які **функції** релігії виконує?

2. Які психологічні відмінності начал **«інь»** і **«ян»** і в якій поведінці вони виявляються?

3. Що таке **апокаліптичні** та **сотеріологічні** ідеї і чому їх використовували **синкретичні секти** в Китаї?

4. Чому масові **повстання** в Китаї найчастіше організовували й очолювали **синкретичні секти** (повстання «Білого лотосу», «Червоних пов'язок», тайпінів, іхетуаней)?

5. Задоволення яких **психологічних потреб** робило **жіночі культу** популярними в синкретичних сектах?

6. Які релігійні функції виконує **Фалуньгун**, завдяки чому він досяг **популярності** в Китаї і світі і за якими ознаками він може вважатися **тоталітарною сектою**?

7. Які психологічні **потреби** задовольняв **Чхондогьо**, в чому полягає **соціалістичність** його ідей і чому для цього він базувався на **пантеїзмі**?

8. Які психологічні **методи впливу** зробили Церкву Муна **популярною** в Кореї і в світі, і за якими ознаками він може вважатися **тоталітарною сектою**?

5. **Ламаїзм**, або тибетський буддизм – це релігія народу тибетців, які, хоча й живуть на території Китаю, але підтримують індійську традицію буддизму, зокрема школи Йогачари і тантризму. Ламаїзм заперечує реальність зовнішнього світу, який у них вважається набором проявів єдиної свідомості (свого роду «космічного розуму»). Найважливішим чинником спасіння є шанування **лам** і **хубілганів**. Останні (а це Далай-лама і панчен-лама) вважаються «живими богами», кожен новий наступник яких визнається переродженням попереднього і відшукується за доволі складною процедурою. Важливими психотехніками є **візуалізація** образів божеств (**ідамів**) під час медитації, малювання **мандал** кольоровим піском (і потім їх знищення для демонстрації плинності й марності будь-яких результатів), повторення **мантр**, виконання ритуальних жестів **мудр** і утримання свідомості у проміжному стані **бардо**¹²⁸⁾.

Релігійний культ ламаїзму багато запозичив із **шаманства**, йому властиві фетишизм і магія. Церемонії

¹²⁸⁾ Пouchения о бардо – промежуточных состояниях. URL: <http://www.buddhism.ru/poucheniya-o-bardo-promezhutochnyih-sostoyaniyah-lopyon-tsechu-rinpoche/>

мають театралізований характер. Існує і спрощений культ, наприклад, молитва за допомогою молитовних млинів (**хурде**), які приводить у рух сам віруючий або вітер. Кожний віруючий повинен мати свого ламу, підкорятися його вказівкам і покладатися на його молитви, а відтак, духовенство має не втікати від життя для власного спасіння, а йти до кожного віруючого, щоб керувати ним і вести по життю. Це і визначає особливе становище лам у суспільстві. В Тибеті ламою обов'язково стає кожний первісток у родині. З населенням автономії приблизно 1 мільйон осіб лам – до 300 тисяч осіб.

Особливе значення в ламаїзмі має вчення про ідама **Калачкру**, який не лише рухає «колесо часу», повторюючи циклічність розвитку, а й демонструє **взаємозалежність мікрокосму та макрокосму**, через яку людина, змінюючи себе, змінює і весь світ. Вважається, що найшановніший тут перший будда – Адібудда створив примарний світ, розвиток якого охоплює величезні періоди – кальпи. Кожна кальпа складається з руйнування, пустоти, заснування і встановлення, а ті – з 12 послідовних моментів. Нині, згідно з ламаїзмом, світ перебуває на етапі встановлення поточної кальпи, він розвивається за вченням четвертого будди – Шакьямуні. На цьому етапі буде ще 996 будд, за Шакьямуні йде будда Майтрея.

Ще більш древньою і більш народною релігією Тибету є **Бон-по**. Легенди та перекази бон говорять про бонські небеса, яким поклоняються, і досягнення яких після смерті є вищою метою. Досягнення небес насправді означало набуття прекрасного тіла і вічного життя і щастя ще за життя. Бонські релігійні заходи мали досить складну структуру. Вони склалися не лише із «співання заклинань», але включали також різні ритуали, танці та жертвопринесення. І природно, ці заходи вимагали присутності спеціальних священнослужителів.

Священики бон не давали обітницю безшлюбності, і, тим не менше, вони часто були затворниками, носили зачіску із сплутаного нестриженого волосся і жили в повній самоті в хащах джунглів або високо в горах. Виконуючи ритуал, священник-бон одягав високу митру чорного кольору, прикрашену пір'ям павича або півня; іноді використовувалася діадема з кісток і людських черепів, увінчана парою схрещених «блискавок» (**вішваваджра**). В руках священник тримав невеличкий подвійний барабан (**дамару**), кожна з секцій якого стилізувала людський череп. Цей барабан був основним інструментом мага, а його звук надихав і викликав священний трепет.

Спектр функцій священнослужителя був надзвичайно широкий: він виступав одночасно магом і **некрмантом**, шаманом і чарівником. Різними магічними маніпуляціями він міг захистити людей від свавілля злих духів, міг повернути до людини увагу божества-покровителя. Були також і особливі вміння, на яких міг спеціалізуватися священник-бон. Деякі спеціалізувалися виключно на магії і могли «сплести мотузку» між землею і небом. Інші пророкували майбутнє, читали тайні знаки і робили передбачення, виліковували недуги і керували погодою. Були маги, що спеціалізувалися на роботі з померлими, вони проводжали їх душі в безпечні місця потойбічного світу. Один із різновидів бонських шаманів займався виключно співом заклинань і спеціалізувався на музичному і вокальному супроводі релігійних служб.

Впливали на духів люди по-різному: встановлювали **ступи** (храми), або **гомпи**, шепотіли **мантри**, співали пісні, проводили медитативні практики. За особливих дат проводилися фестивалі з ритуальним танцем – **цям**, коли танцюристи одягалися в маски і костюми й виконували особливі рухи, зображуючи духів. Такий танець призначався для вигнання злих духів і воцаріння щастя. Багато чого із цих

практик запозичив у бон-по ламаїзм. Похмурість символів бон-по і традиції жертвоприношень привели до того, що на Заході цю релігію вважали ледве не сатанізмом, хоча це явно поверховий погляд на неї, адже головна ідея в ній – воцаріння загального щастя.

6. **Синтоїзм** – це політеїстична японська релігія, що пояснює «путь численних духів» (так перекладається слово «**синто**»), які називаються тут «**камі**» і які творять життя та допомагають людям на їх прохання. У синтоїзмі значна увага приділяється **чистоті й очисним ритуалам**; в синтоїстських храмах спеціально ставлять воду, якою віруючі омивають руки та споліскують роти, перш ніж звернутися до камі. Більшість синтоїстських ритуалів бувають приурочені до щорічних календарних свят, зазвичай пов'язаних із землеробським трудовим циклом. У синтоїзмі переважають нехитре поклоніння природі та щире очікування благодаті з боку камі, а не розроблення складних релігійних доктрин і побудова абстрактних філософських міркувань.

Верховним духом-божеством є **Аматерасу-омікамі**, яка створила японський архіпелаг і поклала початок «божественній» імператорській династії. Чіткої **системи поглядів у синтоїзмі** так і **не склалося**, адже японці, з одного боку, вельми консервативні люди, які готові доповнювати старе, але не відмовлятися від нього; а з іншого боку, вони недолюблюють штучність і впорядкованість, вважаючи, що все має йти за своїм звичаєм, без насильницького втручання людини. Молитовний обряд, який відбувається, коли віруючі приходять до храмів, дуже простий. У гратчастий ящик, що стоїть перед жертovníком, кидають монету, потім привертають увагу божества декількома хлопками долонь і вимовляють молитву. Синтоїст не думає про потойбічний світ, нічого не чекає від нього, він переймається лише тим, як турбуватимуться нащадки про

його дух після його смерті. А що дух його залишиться у земному світі, у нього сумніву немає.

З давнини і до сьогоднішнього дня головні церемонії синтоїстського храму пов'язані з процесом вирощування рису. До ритуальної синтоїстської обрядовості належать і священні танці кагура, зазвичай пов'язані з особливими святами для камі, які мають їх розважати і вмиротворювати і які називаються мацурі (в сучасній Японії це просто храмові фестивалі). **Кагура** – це древні містерії і найдавніші театральні вистави, що відображають магічний ритуал сонячного культу. Свято, яке відзначає вся Японія з 13 серпня до 15 серпня, – **Бон мацурі** (Батьківське свято або свято покійних душ). За повір'ям, у ці дні душі померлих повертаються знову до сімей. А для того, щоб така душа не заблукала в дорозі, родичі запалюють ліхтарі, і вони призовними вогниками освітлюють шлях далекому мандрівникові. Іноземці називають його Святом ліхтарів.

В Японії нині послідовниками релігії синто вважають себе 118 мільйонів. Крім цього в Японії приблизно 96 мільйонів буддистів і 1,5 мільйони християн, і це при тому, що загальне населення країни становить близько 130 мільйонів осіб. Життєва практика синтоїстських громад, що включає все населення міста і села, через організацію календарних свят мацурі з точною розрахованістю на цілий рік допомагає людям знімати стресовий стан. Медитативні й естетичні достоїнства барвистих вистав сприяють релаксації учасників церемоній.

Втім, за всієї схильності японців до естетичного сприйняття світу, вони зовсім не є пацифістами. Річ у тім, що як носії ментальності меланхолічного темпераменту, вони схильні до нонконформізму та ненависті, і насамперед – до тих, хто не поділяє їх трудоголізм та фанатизм чистоти. Тому їхні храми, особливо ті, що належать до **державного синто** (наприклад, храм Ясукуні), активно підтримують націоналізм

та мілітаризм, прямо поєднані із **культутом імператора**. На основі синтоїзму був сформований і «**Бусідо**» – кодекс честі самурая, головною чеснотою якого було **презирство до смерті, самозречення і відданість своїй справі** та своєму **хазяїну** (згадаймо камікадзе).

Поряд із синтоїзмом періодично виникають і нові конфесії, які задовольняють нові релігійні потреби. Найперша із таких нових конфесій – **Тенрікьо** (в перекладі «Релігія божественної мудрості») – була заснована в 1838 році жінкою на ім'я Мікі Накаяма, яка під час проведення лікувальної церемонії для її сина, відчула заволодіння нею духом божества-творця та осяяння божественною істиною. Вона почала вчити людей необхідності «струсити порох» зі своїх душ (тобто видаляти не лише фізичну нечистоту) і звернутися до її божества, щоб далі вести життя, сповнене радості. Місцеві відділення Тенрікьо склалися в розгалужену по всій країні систему релігійних організацій, а її головний центр, розташований в місті Тенрі (неподалік від Нарі), є знаменитим місцем паломництва для всіх послідовників Мікі Накаяма.

Найбільш впливовою з усіх «нових релігій» на сьогоднішній день стала буддистська секта **Сока-гаккай**, заснована незадовго до початку Другої світової війни. Отримавши друге дихання після війни, вона впродовж десяти років збільшила кількість своїх прихильників до кількох мільйонів чоловік. У центрі вчення Сока-гаккай перебуває віра в могутність «Сутри Лотоса» – традиційного буддистського тексту школи Нітірен. Відповідно до цього вчення віруючі, які присвятили себе культовій практиці виключно в межах традиції Сока-гаккай, здатні позбутися всіх своїх проблем методом віри в могутність «Сутри Лотоса» і виспівування її назви.

Аум Сінрікьо – японська **тоталітарна** секта, яка була заснована в 1987 році японцем Сьоко Асахарою та

еклектично поєднувала ідеї християнства, буддизму, тантризму, шиваїзму, йоги і багатьох інших релігій. Її погляди насамперед – **апокаліптичні** та **мілленаристські**. Стала відомою після атаки отруйним газом зарин у токійському метро в 1995 році, яка прямо суперечила заявленому принципу **ахімси** і мала покласти початок напрошеного лідером «кінця світу». Важлива мета адепта – досягти стану «**Поа**», тобто перенести свідомість у проміжний стан, який настає відразу після смерті та визначає момент перевтілення в наступному житті. Для цього використовуються ритуали посвячення, пов'язані з використанням галюциногенів, таких як ЛСД.

Духовна практика спрямована на **розкриття чакр** і **пробудження** («підняття») містичної енергії **кундаліні**, що дримає в кожній людині. Для цього новонавернений має пройти безперервний семінар, що триває 60 годин із прослуховуванням особливої музики. Потім такі самі семінари, але з меншою тривалістю, проводяться щодня. Також існує домашня духовна практика, яка полягає в поклонінні вівтарю, на якому є зображення Шиви, Асахари та його найближчих учнів, а також читання мантр, медитація і знову прослуховування особливої музики. В практику також входять довготривалі психофізичні вправи, техніка глибокого дихання і виснажуючі обмеження сну та харчування.

Розглядаючи п'яте і шосте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Якими психологічними потребами **пояснюється** шанування **лам** і **хубілганів** у ламаїзмі та які **функції релігії** воно виконує?

2. Якими психологічними потребами **пояснюється** малювання **мандал**, повторення **мантр**, виконання **мудр** і **візуалізація ідамів** у ламаїзмі?

3. Як відбувається утримання свідомості у проміжному стані **бардо** (за тибетською Книгою мертвих) і **навіщо** це робиться?

4. Яка **психологічна причина** того, що прагнення до **щастя** в бон-по **поєднується** із похмурим антуражем із людськими **черепами** та **некромантією**?

5. Чим пояснюється увага до **очисних ритуалів** у синтоїзмі та яку **функцію релігії** цей ритуал виконує?

6. Чим пояснюється **презирство до смерті** у синтоїзмі і яку **функцію релігії** це виконує?

7. Яку релігійну **потребу** задовольняли **Тенрікьо** і **Сока-гаккай** та які **функції** релігії виконували?

8. Яку релігійну **потребу** задовольняла **Аум Сінрікьо** і **завдяки** чому отримала **популярність** у багатьох країнах?

* * *

Додаток 4. У-вей: ненавмисна дія

«У-вей» – це даоський і буддистський термін, що означає буквально «не-діяння», хоча правильніше розуміти його як «усвідомленість», тобто відсторонену (пасивну) споглядальність. Втім, пасивність тут передбачається лише у сенсі невмотивованості дій або, інакше, їх спонтанності. Людина не може НЕ РОБИТИ нічого, і тим більше це нехарактерно для діяльних, практичних китайців, які і розробили цей принцип. Насправді у-вей передбачає **відсутність цілей і бажань** для кожної зі своїх дій, які людина робить, виконуючи щоденні обов'язки.

Важливо те, що **ці її дії мають бути** не стереотипні, а отже, і не сплановані, тобто виключно **імпровізаційні**, що є цілковито даоським підходом до життя, підходом, що найбільше цінує свободу від нав'язаних суспільством обмежень. Натомість буддизм додав у принцип у-вей вимогу

долання прив'язаностей, говорячи, що **вчинки повинні** бути не лише спонтанні, а й **здійснюватись індиферентно**, без цілей і бажань, адже особиста зацікавленість у виконуваній дії «вмикає» в людині страх за результат і залежність від успіху.

Саме відповідно до принципу у-вей майстер дзенської каліграфії або малюнку повинен наносити кожен штрих одним рухом, без підготовки і без виправлень, добиваючись того, щоб рука писала це немов би сама і лише так, як спонукає її це робити внутрішній поштовх, що йде від самої природи особи¹²⁹⁾. Втім, так само має чинити і будь-який інший майстер, що на ділі засвоїв принцип у-вей: стрілець із лука не повинен цілитись, він повинен діяти так, ніби стріла і мішень – це дві його руки, котрі він з'єднує без зусиль і без промахів, як під час хлопання.

А щоб це вдалося, майстру потрібно досягти глибокого (підсвідомого) і переконаного відчуття, що йому не потрібно протистояти Всесвіту і боятися його. Мабуть, ця ідея не цілком очевидна, але, як кажуть даоси і буддисти, істину не можна висловити, її треба відчути. І все ж спробую її пояснити: більшість людей, що вийшли з дитячого віку, вірять, що легко нічого не дається і що тільки «если долго мучиться, что-нибудь получится».

Ця установка означає, що світ проти них, що він усіляко перешкоджає їм у досягненні бажаного, і тому ЛЕГКО можна отримати тільки що-небудь непотрібне, а за бажане доведеться «пахать і пахать». Як сказав поет, «здесь мерилom работы считают усталость». Однак упевненість, що «живуть не для радости, а для совести» і що треба, аби «служба медом

¹²⁹⁾ Про художню спонтанність див.: Судзуки Д. Введение в дзэн-буддизм. URL: <http://psylib.org.ua/books/sudzd01/txt33.htm>

не здавалась», все це прояви «психології бідності», або, за термінологією Р. Інглгарта, «цінностей виживання»¹³⁰⁾.

Натомість сучасне цифрове суспільство базується на постматеріальних цінностях, тобто на реалізації власних і чужих здібностей та оригінальних ідей, принаймні цей висновок стосується найбільш розвинених країн і креативної, а відтак і більш заможної частини суспільства¹³¹⁾. Їх приклад підтверджує: якщо людина не «паше», а працює креативно, все може і буде даватися їй легко, і на заваді цьому стоять лише її власні стереотипи, котрих і вимагає позбутися принцип у-вей.

Але як можна добитись, щоб рука діяла сама, та ще й без помилок і з першого разу? Зрозуміло, що саме ця думка і формує страх і недовіру щодо своїх здібностей, а ці почуття підштовхують до невдач, які ще більше посилюють страх. Тож як можна розірвати це хибне коло? Очевидно, що довірою до себе. Однак цю довіру потрібно заслужити, спробувавши діяти без підготовки і без надмірного самоконтролю, а головне – досягши в цьому успіху!

Насправді це нескладно: всі здібності до цього запрограмовані від природи, а отже, потрібно лише наважитися. Причому не пробувати вівсилити (мовляв, не вийде – зроблю по-старому), не шукати найбільш безпечних умов для себе, а кидатись у випробування «з головою», не вагаючись. Наведу власний приклад: одного разу мені довелося зіграти в баскетбол, у який я зовсім не вмів грати, та ще й за збірну факультету, в якому чоловіків майже не було (через що мене і взяли).

¹³⁰⁾ Інглгарт Р. Культура і демократія. URL:
<http://www.ji.lviv.ua/n53texts/inglehart.htm>;

¹³¹⁾ Іноземцев В. Соціальна нерівність як проблема становлення постеконімічного суспільства // Поступ. 06.06.2000. URL:
http://postup.brama.com/000606/97_14_1.html

У грі я стараюсь нікому не заважати і раптом бачу, що до мене летить м'яч, а найгірше те, що суперники перебивають можливість зробити пас комусь із моїх, і я розумію, що єдиний вихід – це кидати в кільце. На тренуванні я з десятка спроб не влучив ні разу, а зараз на мене дивиться чимало глядачів. Однак я про це не думав: я зосередився на тому, яка повинна бути траєкторія польоту і що я маю для цього зробити.

І далі сталася доволі незвичайна річ: час ніби сповільнився, я не спішив кидати м'яч, хоча бачив, що суперник біжить навперейми. Я чомусь знав, що він не встигне і спокійно налаштувався: спробував відчути, який повинен бути рух ніг, поштовх плеча, кидок зап'ястя, і в останню можливу мить зробив це, причому вийшло саме так, як я це уявляв.

Втім, цей приклад буде неповний без протилежного, що мав місце у тій самій грі: почувши схвальні вигуки, я відчув себе «королем» і сам забажав кидати здалеку, а отримавши м'яча, думав не стільки про траєкторію і свої рухи, скільки про те, який буде тріумф, коли я знову закину трьохочковий... Невтішний результат явно був наслідком недостатньої зосередженості: не повинно бути зайвих думок (про те, як буде тепер чи як було раніше) і зайвих емоцій, лише цей момент, ця моя дія.

А крім (1) **відсутності зайвих думок** про себе, я маю **бути індиферентним** і до дій суперника (не лякатись і не втішатись), що приведе до (2) **цілковитої зосередженості на дії**, котрій я (3) маю **віддатись повністю**, тобто **вкласти в неї всі свої здібності**: розум оцінює загрози й інформує, скільки є часу, уява малює найкращу траєкторію польоту, пропріоцептивні відчуття налаштовують усі м'язи тіла і запускають їх скоординовану роботу – ноги, спина, руки, а емоції дають мотивацію та енергію для цієї самовіддачі (а не відволікають передчуттями чи сумнівами).

Це і є у-вей: індиферентність до результату, зосередженість на дії та самовіддача у процесі. Уважні, правда, можуть запитати: принцип у-вей начебто передбачає «не цілитись» (діяти спонтанно), то чи відповідає йому моє готування до кидка? Насправді «не цілитись» означає «не продумувати й не контролювати свої дії СВІДОМО», адже свідомість дуже тісно пов'язана зі страхом і його хибним колом із невдачами, про яке говорилося вище.

А готуватися підсвідомо, на рівні образів і відчуттів не лише можна, а й необхідно, адже формально-бездушне виконання будь-яких дій тим і відрізняється, що робиться поспіхом, не витрачаючи сил на візуалізацію того, як це має бути, не готуючи свої ментальні та фізичні здібності, а отже, і не вмикаючи їх. Тому (4) **спонтанність** – це *не метушлива дія у поспіху*, це починання дії саме тоді, коли твоя внутрішня природа (**підсвідомість**) скаже, що «пора» і **скерує твої рухи**.

Досвід багатьох футболістів, недвозначно доводить: удари без підготовки, що називається «з лету», із розвороту завжди виявляються більш точними, ніж ті, до яких гравець затагнуто готується, вичікує, підбирає ногу і момент для удару. Це здається парадоксальним, але це факт, і він пояснюється тим, що свідомість, яка відповідає за всі ці вагання, - своїм втручанням лише заважає природній дії тіла (і можна лише поспівчувати тим, хто цього не розуміє).

Із розгляду практики у-вей можна зробити нібито банальний висновок: потрібно виходити із «зони комфорту» і робити те, чого не вмієш і чого боїшся. Однак це не все, і навіть – не головне, оскільки важливо те, **ЯК** це робити: забувши всі свідомі думки та зайві емоції (бути байдужим до результату), сконцентруватись на виконуваній дії і вкласти в неї всю пристрасть і всі здібності, а головне – дозволити підсвідомості керувати цими процесами.

Більшість людей вкладає здібності у щось значне і велике: мрії, плани, замисли, а принцип у-вей пропонує вкладати їх у кожную дрібну, на їх фоні, дію, тобто вкладатися у кожную поточну мить і вкладатися з усієї сили, не очікуючи, що колись настане той омріяний день і великий момент, через який не шкода буде твоїх сил, адже його не буде ніколи: будь-яка мить завжди є дрібна і швидка, і ти або вкладаєшся в неї, або так і живеш напівсили.

Тема 5. Психологічні особливості середньоазіатських релігій

1. Зороастризм¹³²⁾. Парсизм¹³³⁾.
2. Маніхейство¹³⁴⁾.
3. Маздакізм¹³⁵⁾.
4. Мітраїзм¹³⁶⁾.

¹³²⁾ Бехрад Дж. Релігія, яка сформувала західну цивілізацію. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/vert-cul-39601608>; Гололобова К.

Зороастризм та християнство. URL:

<https://ideas.academyjournals.com.ua/index.php/IDEAS/article/view/120/67-74>;

https://24tv.ua/zoroastrizm_tsikavi_ta_divni_fakti_pro_malovidomu_religiyu_n_1158365; <https://www.zoroastrian.ru/node/426>; Зороастрийская мифология.

URL: <http://zoroastrian.ru/book/export/html/1820>;

¹³³⁾ Про парсизм див.: <https://studme.org/69247/religiovedenie/parsizm>; <https://zoroastrian.ru/node/184>;

https://dic.academic.ru/dic.nsf/brokgauz_efron/77457/Парсизм; Парсы и евреи. URL: <http://booknik.ru/today/from-the-other-side/parsy-i-evrei-izgnanie-i-vozvrashchenie/>;

¹³⁴⁾ Про маніхейство: Васильев Л. С. История религий Востока. URL: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/20.php;

¹³⁵⁾ Про маздакізм див.:

<https://web.archive.org/web/20071123083911/http://www.vostlit.info/Texts/Dokumenty/Persien/XVII/1640-1660/Mubad-shach/text.htm>;

<http://rudocs.exdat.com/docs/index-172085.html?page=17>;

¹³⁶⁾ Про мітраїзм див.: <https://w.histrf.ru/articles/article/show/mitraizm>; Зуевский Р. Римский митраизм. URL:

5. Єзидизм¹³⁷⁾. Мандеїзм¹³⁸⁾.

6. Бахаїзм¹³⁹⁾.

Додаток 5. Зороастризм як основа європейської ментальності

1. **Зороастризм** (самоназва: Вахві Даена Мазда-ясна – Добра Віра Вшанування мудрості) – дуалістична релігія, заснована на проповіді давньоіранського пророка Заратустри. Вона відома переважно з її священної книги – **Авести**¹⁴⁰⁾. Авеста складається з трьох частин. Перша – **Ясна**, гімни і молитви, розділені на 72 глави. Ядром в Ясні є 17 гат – віршованих гімнів, створених, як вважається, Заратуштрою та його учнями, а також сімох глав, що приєднуються до гат і є найбільш древніми й близькими до них за мовою. Гати за походженням є зібрання молитов для культової мети, причому центром культу було споживання молящими п'яночки **хаоми**, загалом засуджене Заратуштрою (згадаймо санскритське слово «*сома*» та українське «хміль»). Друга частина Авести, так звана **Яшта** – моління божествам-язатам, третя – **Відеват**, ритуально-культовий збірник, звід обрядових приписів, присвячених поняттю гріха, осквернення, чистоти й очищення. Примикають до Авесті **Зенд** – її тлумачення, записане авестійським алфавітом на

<https://www.hist.bsu.by/images/stories/files/nauka/Scriptorium/4/Zuevsky.pdf>;

Митраїзм и христианство: найди 10 отличий. URL:

<https://sokrovennik.com/mitraizm-i-xristianstvo-najdi-10-otlichij>;

¹³⁷⁾ Див. про єзидів: <http://www.pravenc.ru/text/1237999.html>;

<http://www.wikiznanie.ru/wikipedia/index.php/Езиды>;

¹³⁸⁾ Про мандеїзм див.: <http://mstud.org/panarion/m/mandaeans.html>;

<http://religion.babr.ru/dict/m/mandeizm.htm>; Рудольф К. Мандеїзм. URL:

<https://front.gnostik.ru/rudolf2.htm>;

¹³⁹⁾ Про бахаїзм див.: <https://psyfactor.org/expan7-14.htm>;

<https://uk.wikipedia.org/wiki/Бахаїзм>; <http://bahai.ua>;

<https://www.islamreligion.com/ru/articles/429/>;

¹⁴⁰⁾ Про Авесту див.: <http://blagoverie.org/avesta/index.phtml>

пехлевійській мові, і **Бундегеш** – виклад історії світобудови та пророцтв.

Дослідники вважають, що давньоіранський пророк Заратуштра (відомий також як Зартошта в перській мові або Зороастр – у грецькій) жив приблизно між 1500 і 1000 роками до н. е. Аль-Біруні, ґрунтуючись на середньовічній хронологічній традиції, зазначив дату життя Зороастра – за 258 років до Олександра Македонського. Виходячи з цих даних, низка вчених вважає, що Заратуштра жив у VII–VI ст. до н. е. Інші дослідники, орієнтуючись на лінгвістичний аналіз «Гат» – священної частини «Авести», передбачають ранішу дату життя – від XII до X століття до н. е. До Заратуштри стародавні перси поклонялися божествам давньої ірано-арійської релігії, яку знають під назвою *маздеїзм*¹⁴¹ і яка лягла також в основу *індуїзму* і релігії *Бон-по*.

За переказами, коли Заратуштрі виповнилося 30 років, він був осінений істинною вірою. Його одкровення і склали «Авесту». Пророк жив у смутний час: він часто бачив селища, розорені ворогуючими племенами, котрі мстилися одне одному, і страждали від цього всі без винятку. Він прагнув знайти вихід, який поклав би край братовбивству. Його покровителем став Бактрійський цар Віштаспа, що сприяв поширенню зороастризму. В умовах **міжусобиць** Заратуштра **закликав до єднання**, до створення сильної централізованої держави з сильним і справедливим правителем.

Безперервні війни, свідком яких він був, сформували його **антагоністичний світогляд**: від початку світу існує благий бог **Ахура Мазда** («Господь мудрості»), що створив матеріальний світ і святого Духа **Спента-майню**, якому протистоїть антагоніст – **Ангра-Майню** («Злий дух»). Два ці духи приречені боротися між собою, і ця боротьба

¹⁴¹ Про маздеїзм див.:

https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/17.php;

<https://ru.wikipedia.org/wiki/Маздаизм>

визначає все, що відбувається у світі. Людина створена Ахура Маздою для добра, але кожен може і повинен самостійно обрати, на якій стороні вона перебуває (СВОБОДА ВОЛІ). Від цього вибору залежить подальша доля кожної окремої людини, а почасти і доля всіх, адже якщо люди оберуть неправильну сторону, то це дасть (тимчасову) перевагу Ангра-Майнью і призведе до загибелі багатьох людей.

Значення цієї ідеї в тому, що жодна релігія до цього і жодна після (крім споріднених зороастризму) не створювала світобачення із таким чітким і послідовним розподілом усього на дві рівні, але протилежні частини. Цей **дуалізм** був, з одного боку, тим, проти чого у світогляді активно виступали всі далекосхідні релігії, але з іншого боку, він був **кроком уперед в організації та систематизації світогляду порівняно з політеїстичними релігіями Далекого Сходу**, аморфність яких не дозволяла розвивати логіку пояснень щодо природних та людських подій, а отже – і відповідати на питання про устрій цього світу. А відтак, їм прийшлося зосередитися на *зневажанні цього світу та поясненні його як ілюзії*, в якій немає ні сенсу, ні логіки, і який потрібно відчувати естетично через *примирення з ним і повне прийняття його*.

Натомість зороастризм по суті започаткував **раціональну ментальність Західної цивілізації**, знайшовши абсолютно логічне і тому – системне пояснення всьому, що відбувається. І неважливо, чи правильним є це пояснення, адже важлива сама раціональність, а отже, науковість його: якщо хочеш щось пояснити (тобто не просто прийняти емоційно, а знайти якісь причини, передбачити наслідки), то мусиш розробити чітку схему, структуру взаємодіючих зв'язків і застосувати її до всіх відомих фактів, - адже якщо хоч якісь факти в неї не вкладаються, отже, схема неправильна.

Зороастризм започаткував справжню, ділову і раціональну **ОРГАНІЗОВАНІСТЬ**, яка неможлива без покарань. Конфуцій – при всьому його прагненні до наведення порядку – не зміг досягти справжньої організованості, бо не наважився послідовно і спокійно карати, і запропонував замість цього *«сімейність» і взаємну старанність*, а чань-буддизм розвинув конфуціанську ідею «синовньої» старанності та *даоську ідею спонтанності* (у-вей), об'єднавши їх у практиці «медитації в дії», тобто вчив *викладатися на повну в кожній дії*, яку виконуєш, НЕ ЗАМИСЛЮЮЧИСЬ для чого, що це дає і чи варто це робити.

Така буддистська старанність називається сьогодні «професіоналізмом» і є характерною для найбільш розвинутих, протестантських здебільшого країн. Однак ця, нібито похвальна буддистська старанність дуже потребує ще одного важливого елементу – грамотних і розумних керівників, бо якщо підлеглі дуже стараються у виконанні дурних наказів, то результат (для всіх) буде набагато гіршим, аніж якби вони лінувалися і не робили нічого. А розумні керівники, нарешті, це результат раціональної **ОРГАНІЗОВАНОСТІ** суспільства (а не якогось штучного відбору). Але для безжальної організованості обов'язково потрібне світоглядне обґрунтування, яке і дав зороастризм: СВІТ – це **БОРОТЬБА** і в ній нікого не можна жаліти!

Крім того, зороастризм вперше в історії релігій висунув детальну систему **есхатологізму** (релігійного вчення про кінцеву долю людства і Всесвіту), згідно з якою світова історія триває 12 тисяч років. Перші три тисячі років були (1) **«золотим віком»**, коли не було ні холоду, ні спеки, ні хвороб, ні смерті, ні старості. Земля була багата і родюча, по ній ходили огрядні стада. То був період панування Ахура-Мазди. Із закінченням «золотого віку» (2) Ангра-Майнью навів на землю голод, хвороби, смерть. Втім, Заратустра не тримав інтриги в питанні, як усе закінчиться: в боротьбі

добра і зла неодмінно переможе добро. Тоді (3) все людство об'єднається під головуванням Саош'янта (**Спасителя** із роду Заратуштри) і утворить єдину державу з єдиною мовою. Зло буде знищене вогнем і розплавленим металом.

Але для цього потрібна **хшатра** – влада земних владик (слово, споріднене з **кшатріями** Індії), причому як на Землі, так і на Небі, влада має бути централізована і сильна, діюча твердою рукою, на основі військової дисципліни. **Таке розуміння порядку характерне для людей, що займаються скотарством**, серед яких і жив Заратуштра (тоді як землероби більш схильні до ненасильства, як ми бачили у далекосхідних релігіях).

Згідно зороастризму, цей світ був створений духом зла Ангра-Майню, який під час творіння випередив свого доброго брата Ахура Мазду, а потім **спокусив створену їм першу пару людей**, подібну Адаму та Єві. Тому світ приречений на загибель: і через 9000 років Ахура Мазда здобуде перемогу над Ангра-Майню і (4) **створить новий Всесвіт**. Поки ж, щоб хоч якось виправити зло світу, до людей прийшов пророк Заратуштра, який дав їм моральні закони, навчивши активно брати участь у світовій битві добра і зла. Всі ці ідеї потім повторилися (а насправді були запозичені) не лише в християнстві, а і в юдаїзмі, ісламі та інших есхатологічних релігіях. Так само було і з історією Авести про вигнання першолюдини із раю та попередження богом щодо **всесвітнього потопу**, аби людина врятувала **кожної тварі по парі**¹⁴²⁾.

На допомогу людині у боротьбі з силами зла приходять духи **Язати** («гідні вшанування»), такі як Мітра – договір, Айріман – дружба, Сраоша – послух, Хварно – щастя та інші. За життя людина має зробити якомога більше добрих вчинків, завдяки чому вирішиться її подальша доля. За брехню і

¹⁴²⁾ Див. про потоп в Авесті:

<http://www.prosvetlenie.org/esoteric/3/12.html>

злочини людей карає Мітра, Бог договору і захисник порядку. **Після смерті** людина стає на Міст Чінват (Міст Розлучитель), який зв'язує місце попереднього існування з Гарозманом (Місцем Пісень). На зустріч людині йде його Даена (душа і совість людини). І той хто в житті був праведним, бачить у ній чарівну дівчину, яка допомагає людині дістатися неба. А той, хто за своє життя більше грішив, побачить свою Даену, як страшну відьму, яка потягне його до самого Ангра-Майнью у пекло, і той скаже грішному: «Як же ти був незадоволений своїм Творцем, що вирішив зустрітися зі мною!», – і завдасть йому пекельних мук.

Послідовникам Ахура Мазди Заратуштра обіцяв вічне посмертне блаженство, а посібникам зла погрожував муками й засудженням на страшному суді, який буде вершити Ахура Мазда в **кінці світу**. Згідно з переказами зороастрійців, настане час, коли бог вогню Атар розплавить в горах залізо і направить палаючу лаву на землю. І кожна людина повинна буде перейти через цю вогненну річку. Для праведників лава здасться парним молоком, а грішники згорять у вогні. Вогненим потік провалиться крізь землю, знищить пекло, Ангра-Майнью і всі злі сили. На землі настане рай, восторжествує добро і справедливість, людина не буде знати хвороб і стане безсмертною.

Зороастрійці не будували храмів, не споруджували вівтарів і не поклонялися ідолам, мислячи божество розчиненим у природі і водночас чисто духовним. Зороастризм має дуже специфічний обряд поховання: труп померлих вміщують на спеціальних **баштах мовчання** на розтерзанні хижим птахам, бо вважається, що кремація і похорон у землю або воду споганює вогонь, землю і воду. Людина, що **осквернила себе чимось** нечистим або знищила щось чисте, мала у **відповідь знищити сотні нечистих тварин** – змій, ящірок, мурах (ПАТОЛОГІЧНЕ ПРАГНЕННЯ ЧИСТОТИ, також характерне для Європейської цивілізації).

Символічне значенням для зороастрійців має білий колір – колір чистоти та доброти, а в багатьох обрядах також зелений колір – символ процвітання та відродження.

Важливим символом зороастризму є вогонь взагалі і аташдан – переносний (у вигляді посудини) або стаціонарний (у вигляді платформи) вогняний вівтар. На таких вівтарях підтримують **священні вогні** зороастризму. В давнину «горюче повітря» – природний газ із вулканічних тріщин, збирали за допомогою очеретяних трубочок у шкіряні бурдюки і на в'ючних тваринах або морських судах перевозили в країни, населення яких сповідувало зороастризм. Жерцями зороастризму були вихідці з магів, племені, яке славилося шаманськими вміннями і чия назва стала синонімом чародійства. Очолював касту жерців **магупат** («глава магів», у більш пізньому звучанні – **мобед**).

Сучасні зороастрійці зазвичай структурують своє віровчення у вигляді 9 основ:

Віра в Ахура Мазду – «Мудрого бога» і благого творця.

Віра в Заратуштру, як єдиного пророка Ахура Мазди, що вказав шлях до праведності та чистоти.

Віра в існування духовного світу (міну) і в два духи (Святого і Злого), від вибору між якими залежить доля людини в духовному світі.

Віра в **Ашу** (Арту) – споконвічний вселенський Закон праведності та гармонії, встановлений Ахура Маздою, на підтримку якого повинні бути спрямовані зусилля людини, яка обрала добро.

Віра в людську сутність, в основі якої **Даена** (одночасно і душа, і совість, за допомогою якої людина може спілкуватися з Творцем) і **Храт** (розум), що дозволяють кожній людині відрізнити добро від зла.

Віра в сім Амешаспентів – людських **перевтілень** Ахура Махди, як сім щаблів розвитку та розкриття людської особистості.

Віра в Дадодахеш і Ашудад – тобто взаємодопомога, допомогу нужденним, взаємну підтримку людей.

Віра у святість природних стихій і живої природи як творинь Ахура Мазди (вогню, води, вітру, землі, рослин і худоби) і необхідність турботи про них.

Віра у **Фраш-Кереті** (Фрашкард) – есхатологічне чудодійне перетворення буття внаслідок остаточної перемоги Ахура Мазди і вигнання зла, що здійсниться завдяки спільним зусиллям всіх праведних людей на чолі з **Саошьянгом** – Спасителем світу.

Парсизм – це релігія продовжувачів зороастризму, які живуть переважно в Індії (і частково в Ірані, де вони називають себе «гебрами»), і які поєднали ідеї Заратуштри з ідеями ведичної релігії (котру, варто нагадати, створили арійські племена, що мали спільне походження із кочовиками-послідовниками Заратуштри, тобто ведична і зороастрійська релігія споріднені). Для сучасних парсів характерний складний обрядовий комплекс, частиною якого є обов'язкова щоденна **п'ятиразова молитва**. Під час здійснення важливих справ і вчинків парси читають в обов'язковому порядку **мантри**.

У певний культ зведена боротьба з релігійною, ритуальною та будь-якою іншою **нечистотою**, якою вважається не лише бруд, а й усе **мертве, зле, брехливе та вороже**. Нечистою є і **кров**, а через це і жінка в певні періоди життя (що, до речі, теж було скопійовано в юдаїзмі). Після зіткнення з нечистим необхідне ритуальне очищення. Парс повинен максимально обмежити своє життя від контактів із будь-яким видом нечистоти. Наприклад, для похорону є спеціальні люди (насассалари), яких цураються і намагаються не вступати з ними в контакт. Якщо раніше парсів ховали в спеціальних «вежах мовчання», то зараз головним чином – у бетоні.

До речі, парсами були Фредді Мерк'юрі, чоловік Індіри Ганді та Джамсетджі Тата – засновник індустріальної компанії «Тата Моторс» (володіє автомобільними компаніями Daewoo, Jaguar Cars і Land Rover).

2. Об'єднання зороастризму з іудео-християнством породило в III столітті нашої ери **маніхейство**, яке швидко поширилося у багатьох країнах – від Італії до Китаю та з якого, в свою чергу, у Середньовіччі й пізніше вийшли інші ересі: павликiani, богоміли, катари, альбігойці та інші. Основою маніхейства був зороастрійський дуалізм, визнання двох полярних начал буття – царства світла, добра, духу і царства темряви, зла, матерії. Християнство оголосило маніхейство ерессю. В XI столітті серед курдів з'явився езидизм, послідовники якого поклоняються світлому і темному початкам. А в Передній Азії маніхейство справило вплив на маздакізм.

Засновником маніхейства був виходець із давнього роду перських князів Сураік, який згодом прийняв ім'я **Мані**. Сураік отримав прекрасну для свого часу освіту і в юному віці зайнявся місіонерською діяльністю, за що він і його учні постійно піддавалися гонінням. Після того, як Мані вступив у релігійну дискусію з великим **мобедом** Персії Кірдером, його стратили, причому вельми жорстоко. Як розповідає давня легенда, Мані був обезголовлений, а з його шкіри було зроблене опудало. Причина страти була досить банальна: Мані відмовився доводити правильність своїх постулатів шляхом вчинення чудес, зокрема, ковтання розплавленого свинцю.

Тим часом, багато вчених вважають, що перші ідеї маніхейства з'явилися до народження Мані (до 216 року). Розробником перших релігійних положень вони називають перського купця Скіоріанка, який став автором основних положень, укладених у рукописні «Таємниці», «Глави»,

«Євангелія» і «Скарби». Одним з учнів Скіоріанка і став Мані, який не лише розширив фундаментальну базу нової релігії, а й привернув величезну кількість прихильників.

Маніхейський дуалізм відмінний від зороастрійського тим, що **світ добра** і світла асоціюється тут із **духовним** началом, а **світ зла** і пітьми – з **матеріальним**. Звідси випливає, що оточуючий нас матеріальний світ – це світ зла. Мета ж віруючих полягає у тому, щоб врятувати частки світла, закладені в людині (точніше, в її душі), від влади матерії, що є метою, характерною для багатьох індійських релігій. Відповідними є і засоби: справжні маніхеї, «обрані», зобов'язані були вести **аскетичний** спосіб життя, не мати власності, сім'ї, житла, **не споживати вина і м'яса**, навіть **не рвати рослин, що йдуть у їжу**. Утримувати їх повинні були – знов-таки за індійським стандартом – миряни, які могли мати сім'ю і майно, нормально харчуватися і яким давався статус «обраних» лише перед смертю як останнє причастя.

Маніхеї стверджували, що тіло створив **Сакла**, володар злої матерії, і тому будь-яке **тілесне народження є зло**. Посилаючись на це, маніхеї не тільки **виправдовували** будь-яке **насильство** і вбивство, а й визнавали його благом, адже воно **звільняє душу від тіла**. Втім, боротися із владою вони не закликали, проповідуючи соціальну пасивність і непротивленство. Однак із плином часу, схоже, заклики до пацифізму забулись, а от схвалення насильства і готовність звільнитися від тіла підштовхнули до повстань, і тоді в Ірані їх почали переслідувати і вони розсіялися по всьому світу, поширюючи свої ідеї.

Можна сказати, що **маніхейство довело до крайності зороастрійський дуалізм**, відкидаючи не лише фізичну і духовну нечистоту, а весь матеріальний світ, включно із власним тілом. Очевидно, що такі погляди були хорошою **ІДЕЙНОЮ БАЗОЮ ДЛЯ ФАНАТИЗМУ**, але не для стабільного буденного життя. Саме тому в християнстві

перемогла позиція Фоми Аквінського, який не вважав злом тіло і матеріальний світ, тоді як Аврелій Августин намагався, у цілком маніхейському дусі, оголосити душу єдиною метою людського існування.

3. На рубежі V–VI століть Іран струснув широкий народний рух, ідейним натхненником якого був **Маздак**. Історичні джерела вважають його єретиком-**мобедом**. У вченні Маздака розрізняють дві концепції: релігійну і соціальну. Із зороастризму маздакізм запозичив релігійний дуалізм. На відміну від маніхеїв, маздакіти наділяли царство світла (добра) якостями волі та розуму, а царство пітьми (зла) – якостями стихійності та нерозумності. Це створювало передумову для більш активної політичної дії. Соціальна концепція маздакізму зводилася до наступного: існуючі в світі нерівність і несправедливість – творіння злого начала. Царство розуму та справедливості можна побудувати на загальній рівності та **зрівняльному розподілі благ** (адже всі люди мають рівне право на будь-яке майно). **Пролиття крові** – гріх, якщо воно не спрямоване проти царства зла. Остання теза виправдовувала народні повстання проти гнобителів і експлуататорів.

Засновник цього руху Маздак у кінці V століття очолив виступ проти зороастризму в Ірані і на час заручився навіть підтримкою шаха Кавада. Коли засуха у 491 році призвела до заворушень, то повсталі, вірячи в маздакітську ідею **спільності майна**, зажадали відкриття державних комор із зерном, що і було зроблено завдяки реформам Маздака, але послідовникам цього здалося замало. Народ вривався в будинки заможних людей, грабував їх майно, вводив численних дружин і наложниць із багатих гаремів. Гасла **спільності дружин і вільної любові**, висунуті маздакітами,

були підтримані масами¹⁴³⁾. І ці маси почали, по суті, **терор** проти багатих. Врешті повстання було жорстоко придушено Хосровом I у 529 році, а сам Маздак жорстоко страчений.

Проте його ідеї мали продовження, зокрема і в **утопічному комунізмі**. У IX столітті **хурраміти**, егалітарна релігійна секта, яка, імовірно, виросла із маздакізму, підняла під керівництвом **Бабака** Хоррамдіна повстання проти аббасидського халіфату і протягом двадцяти років успішно захищала великі території проти сил халіфату. **Батиніти**, **кармати** й інші пізніші революційні течії ісламу також можуть бути пов'язані з маздакізмом.

Розглядаючи перше, друге та третє питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які соціально-психологічні **причини** виникнення релігійного **дуалізму** і як це **вплинуло** на **ментальність** людей?

2. Які **ідеї**, відомі з **християнства**, були започатковані в **зороастризмі**, і до яких **психологічних** і **моральних висновків** вони підштовхували?

3. Чим **парсизм відрізняється** від зороастризму і якими психологічними **причинами** можна пояснити **культ чистоти** в парсизмі?

4. Чим **маніхейство відрізняється** від зороастризму і якими психологічними **причинами** можна пояснити **крайній аскетизм** в маніхействі?

5. Чому **маніхейство** було **ідейною базою** для **фанатизму** і через **невиконання** якої **функції** релігії **не могло** бути **ідейною базою** для **масової релігії**?

¹⁴³⁾ Про спільність жінок у маздакізмі див.: <http://www.alakbarli.aamh.az/index.files/116.htm>

6. Чому **позбавлення** «царства зла» **розумності** перетворило маздакізм у цілком **приземлену** й **соціальну** релігію порівняно з **абстрактним** і **нетерпимим** маніхейством?

7. Які ідеї **маздакізму** можна вважати **комуністичними** і чому вони, зрештою, **привели** його прибічників до **терору**?

8. Які психологічні **причини популярності** **комуністичних** ідей в **історії** релігії і чому вони завжди виявлялися **утопічними** й **нездійсненими**?

4. **Мітраїзм** – це продовження в **європеїзованому** **вигляді** ідей зороастризму (звідки походить і бог Мітра, відомий також і в ведичній релігії). Саме тому цей культ був поширений переважно в західній частині Римської імперії і навіть був, як вважається, створений саме тут (вихідцем із Персії, але римлянином і орієнтованим на римлян, як, до речі, це було і з християнством). Його основи, нібито, зародились у II – I століттях до н. е., але його унікальні підземні храми, **мітреуми**, з'являються лише в кінці I століття н. е. (в катакомбах створювали свої храми і перші християни). В ньому були **астрологічні** ідеї, сім **ступенів ініціації** і ритуальні **трапези**. Складна і багатоступенева система посвяти нових членів робила релігійну організацію закритою, **езотеричною**, а неофітів спонукала до фанатичного просування в ієрархії.

Крім того, езотеричність пробуджувала додаткову цікавість до мітраїзму, адже всі інші культу в Римі (не рахуючи християн, їх прямого суперника і почасти – копіювальника їх методів, зокрема і таємничості) були відкритими, доступними і толерантними. Як політеїстична, римська релігія була доброзичливою до всіх нових ідей і богів, і легко їх приймала у свій пантеон, тоді як езотеричність мітраїзму була претензією на **монопольне володіння істиною** і готовності до боротьби з усіма

конкурентами (так само, як і християнство, котре зрештою цю монополію і встановило).

Ось чому його соціальною базою були римські **легіонери** та імперська **бюрократія**, які прагнули до **централізації влади**, як на землі, так і на небі, котру пропагував мітраїзм. Проте коли в IV столітті **християнство перемогло** і стало державною релігією Римської імперії, **потреба в мітраїзмі відпала** і він швидко зійшов нанівець.

Мітраїзм був **містеріальною релігією**, тобто зосереджувався не на внутрішньому самовдосконаленні, а на проведенні таємничих обрядів, до участі в яких не допускалися непосвячені і які мали – цілком у душі шаманізму – ввести людину в **змінені стани свідомості** (аж до **екстазу**) і справити цим **катарсичну дію** на її психологію. Подібні ритуали і трапези були і в ранньому християнстві, однак після його інституціоналізації від езотеричності прийшлося відмовитись, аби стати доступною для всіх релігією (і всіх контролювати). Надмірна таємничість, імовірно, і стала причиною поразки мітраїзму в боротьбі з християнством.

У мітраїзмі не було професійного жрецтва, до культу не допускалися жінки, а сам Мітра був не трансцендентним богом, а швидше **героєм**, який **не знав поразок** і демонстрував **взірець справжнього лідера**. В цьому сенсі образ Христа як людської іпостасі бога скоріше тиснув на жалість до несправедливо переслідуваного і на співчуття його самопожертві, тоді як мітраїзм не принижувався до таких методів і був **«оптимістичною»** релігією (як і більшість індійських та далекосхідних).

5. **Єзиди** – це етноконфесійна курдська спільнота, що проживає на півночі Іраку і чие віровчення відображає впливи юдаїзму, християнства, ісламу і **гностицизму**, але найбільше пов'язане із зороастризмом. Єзидизм, імовірно, був оформлений у XII столітті зусиллями суфійського **шейха**

Аді ібн Мусафіра та його учнів на основі ідей і практик суфійського ордену малавія та давніх курдських вірувань (зокрема – почитання павича). Це віровчення віками передавалося в усній формі і було записане порівняно недавно (після 1970 року), але й тепер його священні книги доступні лише духовенству і зашифровані спеціальним алфавітом, щоб його не спотворили непосвячені, включно із простими віруючими. З ним віками боролися мусульмани та християни, які вважали йезидів поклонниками сатани, тож вони навчилися жити замкнуто й не відкривати чужим свої погляди.

Езиди – монотеїсти. За їх міфологією, еманациями непізнаваного бога-творця (**Езида**, звідки і назва релігії) є 7 ангелів: вони допомагали Езиду-деміургу у створенні світу з білої перлини і тепер керують всесвітом. У неділю бог створив ангела **Аззіла** «зі своєї досконалої сутності» (його тиждень починався з неділі); в понеділок «зі свого світла» створив ангела Дардана, а ангели Єрафіл, Мікаїл, Джебраїл, Шамнаїл і Тураїл були створені протягом останніх 5 днів тижня, «як світильник запалюється від іншого світильника». Потім бог створив 7 небес, сонце, місяць, зірки, людину і тварин (втім, у деяких переказах Аззіл є творцем і світу, і ангелів, і сам асоціюється із Сонцем).

Створивши першолюдину Адама, Езид піддав ангелів випробуванню, наказавши вклонитися своєму творінню. Єдиний, хто відмовився це зробити, був Аззіл, який строго сповідував принцип єдинобожжя, за що він і був призначений главою ангелів із титулом **Ангела-Павича** (араб. Тавусі Мелек; курд. Тавуз Мелек) та отримав владу над світом на 10 тисяч років. Ця історія відповідає християнським і мусульманським переказам з тією відмінністю, що у них ця історія закінчується скиненням за пихатість цього «світлоносного ангела» (у християн – **Люцифера**, у мусульман – **Аззіла** або **Ібліса**) до пекла, де він і почав

володарювати, будучи також і Князем земного, гріховного світу.

Натомість у єзидів він, хоч і владарює на Землі і навіть носить інше ім'я **Шайтан**, але вважається благим духом і справжнім хранителем світової гармонії. Зрозуміло, чому більшість християн і мусульман сприймали Азазіла єзидів як сатану, а їх самих вважали дияволопоклонниками. Однак на відміну від зороастризму або маніхейства, в єзидизмі взаємодія двох верховних сил сприймається як співіснування пасивного початку, який створив світ (Езида), і активного, що зберігає його гармонію (Тавусі Мелека). Згідно з віровченням єзидів, **ангели несуть у світ добро, зворотним боком якого є зло**: подібно до вогню, що дає світло, але при необережному поводженні може обпалити. Можна сказати, що це переосмислення не лише біблійної історії, а й зороастрійського розуміння двох начал, причому в душі скоріше далекосхідних, зокрема даоських ідей про їх діалектичну єдність.

Єзиди походять від шлюбу з райською **гурією** сина Адама (народженого лише від батька) Шехида ібн Джера, наділеного божественною мудрістю та знанням істинної віри. Відтак, єзиди зберігають це знання і чистоту походження, і не повинні змішуватися з рештою людства – з народженими від Адама та Єви. Верховні ангели не залишили людство і на виконання волі Творця періодично сходять на землю в образі дервішів та ченців. Зокрема, світло Ангела-Павича проявилось в **шейху Аді**, котрий разом з **Езидом і Тавусі Мелеком** входить у **божественну тріаду** єзидизму.

Існує думка, що це **елітарне** світосприйняття було не просто нон-конформізмом переслідуваних, а ідеологічним освяченням антисоціальної поведінки єзидів, які виконували «брудну роботу» для місцевих правителів (як шпіони-ніндзя в Японії або асасіни у ісмаїлітів). Що ж до шокуючих, **контркультурних ідей** про святість диявола (щось на кшталт

теперішнього сатанізму або окультизму А. Кроулі), то їх проголошення явно мало спровокувати критику та переслідування: критика і **спори** лише **посилують** у кожній сторони **впевненість у своїй правоті**, а **відчуття себе жертвою** підносить у власних очах.

Мандеїзм – це друга, після єзидизму, **гностична релігія**, що збереглася досьогодні, здебільшого на території Іраку. Гностики на початку нашої ери конкурували з християнством і створили дуже складну філософську систему поглядів-вірувань, в яких матеріальний світ створений **Деміургом** (злою або недалекоглядною силою).

А **Вищий Бог** мешкає в занебесній області й через свою абсолютність не втручається особисто у справи світу, проте із співчуття до людей направляє до них свого **посланця-еона** («**Логоса**», або «Слово»; до речі саме про це розповідає Євангеліє від Іоанна: «Споконвіку було Слово, і Слово було у Бога, і Слово було Богом»), щоб навчити їх, як звільнитися з-під влади Деміурга. Тож боротьба відбувається між Духом і Матерією, душею та її в'язницею – тілом. Тобто це боротьба за розум людей і всередині нього (тим більше, що **матерія**, за гностиками, **ілюзорна**).

Вважається, що саме такі погляди проповідував Іоанн Хреститель та секта есеїв, до якої, імовірно, належав і історичний Ісус Христос, і що деякі з цих поглядів (зокрема – міф про «Спасителя») християнство запозичило саме у них. Ось чому в одному з основних творів мандеїзму «Сідру-д'Ях'я» (Книга Іоанна), де описуються діяння Іоанна Хрестителя, критикується, зокрема, і Христос. Річ у тім, що мандеї вважають Ісуса і Мухаммеда лжепророками, а справжніми **еонами** бога – біблійних праотців і пророків, останнім із яких був Іоанн Хреститель. Також вони вірять, що все існує завдяки двоїстості та **боротьбі полярних начал**, що всі матеріальні об'єкти – це прояв їх **ейдосів-прототипів** у занебесній області і що **зірки** та планети **впливають** на

земну та посмертну **долю** людей (ця астрологічна ідея існує і в мітраїзмі).

Для мандеїв, як і для езидів, характерний **елітарний світогляд**, який навряд чи можна пояснити лише тим, що їх переслідували і принижували, і вони як гіперкомпенсація почали завищувати самооцінку. Більш імовірно, що до них від початку йшли люди освічені й схильні до складної метафізики, із раціональним, але непрактичним мисленням (сьогодні б їх назвали «ботанами» і «тіками»), через яке вони не надто просунулися по соціальних сходах і відчували себе «невизнаними геніями». Можливо, вони походили історично з якоїсь жрецької касты, що була усунута від влади внаслідок завоювань і перемоги нових релігій (як свого часу волхви чи друїди), і незатребуваність своїх знань проеціювали на світ, оголошуючи його марним. А вже **езотеричність** цих, недоступних іншим поглядів підкріплювала відчуття своєї елітарності.

6. **Бахаїзм** – це еклектична релігія, що ставить собі за мету **об'єднати всі релігії** і цим установити **вічний мир** на Землі. Вона зародилася в Іраку в 1960-х роках, і її засновником був Мірза Хусейн Алі, більш відомий під ім'ям Бахаулла, що в перекладі з арабської дослівно звучить як «Слава Божа». На сьогоднішній день у світі налічується більше 6 мільйонів послідовників віри бахаї. Їх релігійні громади зареєстровані більше ніж у 200 країнах світу. Відмінною особливістю церковної структури бахаїзму є відсутність професійних служителів культу.

Сутність бахаїзму укладена в таких основних положеннях:

1) **Бог** у бахаїзмі – це творець всього, що існує у видимому та невидимому світах; це втілення досконалості та вселенського добра, а тому він жодним чином **не причетний до створення демонів і Диявола**. Більше того, «демонами» в

бахаїзмі називають **ниці спонукання** та прагнення, які об'єднуються в понятті «Сатана» або «Диявол». Натомість **ангелами** бахаїсти вважають чисті, **безгрішні душі**, які покинули цей світ і живуть на небесах.

2) **Бог** не лише **створив людину**, а й керує її діями за допомогою божественних послань, які несуть його **пророки**, і серед них Крішна, Авраам, Мойсей, Зороастр, Будда, Ісус, Мухаммед, Баб і Бахаулла, душі яких з'явилися ще до сотворіння світу (цей список якраз і реалізує прагнення об'єднати всі релігії як складові єдиної віри в єдиного Бога).

3) Бахаїсти визнають **безсмертя людської душі**, а також існування пекла і раю. Водночас **пекло** – це місце тимчасового **перевиховання грішників**, в якому ті осягають необхідні знання, а **рай** – це місце, наближене до Бога, куди **потрапляють після вдосконалення душі грішників**.

4) **Відсутність посередників** між Богом і людьми (церкви і професійних священників), водночас кожен **віруючий повинен самостійно шукати істину**; особисте слідування моральним принципам і **особиста відповідальність** за це, **відмова від фанатизму**, азартних ігор, споживання алкоголю і наркотиків.

5) **Створення нової цивілізації**, в основі якої лежать духовні пріоритети, і зокрема **толерантність** – відсутність утисків за расовою, статевою, релігійною та іншими ознаками; **гармонія релігії та науки**.

6) **Соціальна справедливість** – боротьба із бідністю; прагнення до **загальної освіти**; прагнення до **політичного об'єднання світової спільноти** як єдиної федерації.

Розглядаючи четверте, п'яте та шосте питання плану, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які зміни в психології неофітів отримували лідери мітраїзму, примушуючи тих проходити **сім ступенів ініціації**, і які зміни приносили спільні **трапези**?

2. Що таке **езотеричність** знань, **завдяки чому** вона досягалася в мітраїзмі і які **психологічні вигоди** давала для управління цим культом?

3. **Чому** мітраїзм підтримувала саме імперська **бюрократія**, **чим** мітраїзм її так **привабив** і які **вигоди** вона отримувала від такого культу?

4. Якими **особливостями** відрізняється **містеріальна** релігія, якої **психологічної мети** вона хоче досягти і **чим** це **приваблює** віруючих?

5. Які **гностичні** ідеї є у езидів і які **даоські** ідеї схожі на ідеї **езидів**?

6. Якими психологічними **причинами** може бути пояснений **елітарний світогляд** езидів та мандеїв і яку психологічну **вигоду** отримують їх лідери від ствердження **епатажних, провокаційних ідей**?

7. Чим відрізняються ідеї Іоанна Хрестителя, за **мандеїзмом**, від ідей **християнства** і чому **перемогли** в усьому світі не ці ідеї, а **християнські**?

8. Що **роблять бахаїсти** для того, щоб стати єдиною, **об'єднуючою всіх релігією** і чому така **спроба** є **утопічною** й нездійсненою?

* * *

Додаток 5. Зороастризм як основа європейської ментальності

Дорослій людині важко уявити, наскільки радикально її мислення відрізняється від мислення дитини. На «доросле мислення» ми переходимо років у сім, коли стаємо здатні ставити собі зважені за вигодами і збитками цілі (а не забаганки), створювати прораховані наперед плани (а не діяти імпульсивно) і дисципліновано й самопожертвенно їх виконувати (а не вимагати капризами від інших).

Але дитяче мислення – це не просто «нерозумність» і «невміння мислити», це принципово інакше, образне й конкретно-дієве мислення, про яке говорилося в Темі 2. А те, що воно не гірше, видно з факту, що більшість людей у світі користуються ним не лише в дитячому, а й у дорослому віці, якщо не постійно, то принаймні у певних сферах свого життя, і насамперед – у сфері віри.

Більше того, справжній перехід на абстрактно-логічне мислення (тобто «доросле», планомірне) відбувся лише в тій частині світу, яка називається Заходом і включає в себе від сили два десятки країн (із двохсот з гаком усього). Тож для правильної оцінки релігійної психології християнства необхідно зрозуміти, в яких змінах полягав цей перехід, а отже, – які приховані установки були закладені в цю ментальність.

Почнемо з того, яка ментальність була до цих радикальних змін. **Східне, або «дитяче» мислення** (яке переважає там і у дорослих, і не лише в Індії чи Китаї, але і в Африці та Латинській Америці), хоч і використовувало абстрактні терміни, але застосовувало їх дуже багатозначно, змінюючи їх сенс залежно від контексту, інтонацій, жестів тощо.

Це те, що називається **«комунікацією мінімального повідомлення»**: ніхто не розтлумачує сказані ним слова і не намагається сформулювати думку якомога точніше, в певності, що його зрозуміють і без цього. Наприклад, у росіян якесь нецензурне слово може виражати в одному випадку злість, в іншому – захват, у третьому – сумнів тощо. А зрозуміти його можна лише тоді, коли бачиш, на що і з яким виразом обличчя дивиться співрозмовник.

З одного боку наслідком нездатності формулювати думки є відсутність чітких, строго логічних думок. Проте з іншого боку, ця нездатність компенсується розвинутою здібністю до розуміння інших із півслова, до готовності

витрачати зусилля і час на те, щоб збагнути приблизно виражені, розірвані і непослідовні думки будь-якого, зокрема і неблизького співрозмовника.

А ця здібність передбачає також якості миролюбства, доброзичливості, терпимості, схильності до компромісу, уміння швидко орієнтуватися, вгадувати (а не аналізувати) та виявляти винахідливість. Тому і в Східних релігіях така сильна тяга до гармонізації відносин із людьми та з природою, прагнення не перебудовувати їх під себе, а пристосовуватися самому, робити зміни всередині себе, а не зовні.

І тепер порівняємо все це із **західною ментальністю**: безжалісна раціональність (якщо доцільно знищити щось або когось, то це буде зроблено, причому – без сильних почуттів, як говориться, «нічого особистого»), самоконтроль, дотримання найменших правил – безумовне й педантичне (а на погляд східних людей – безхитрісне), а також – постійна перебудова навколишнього світу для власної вигоди та комфорту.

Уявіть, що ж треба було зробити з людьми, аби вони з благодушної східної ментальності перейшли на сувору західну, із дитячої довірливості та загальної приязні – до індивідуалізму та параноїдальності! Бо ніхто не народжується недовірливим, а етнографія не знає первісних племен, які б від початку були такими-от індивідуалістами. Тож щоб стати такими, їм явно довелося пережити таке саме поводження, яке робить із нормальних дітей маніяків і серійних убивць.

Приблизно так воно і сталося, з тим лише уточненням, що визначну роль у становленні західної ментальності зіграв **зороастризм**, який освятив жорстокі умови існування, надав їм когнітивне й емоційне виправдання і сформулював правила не надто гуманної, але хоч трохи моральної поведінки, яка могла підтримувати самоповагу.

Лекція за Темою 5 пояснює, що безкінечні та спустошуючі війни не просто робили умови життя нестерпними, – люди в них деградували і втрачали людську подобу (згадайте Голодомор, і ви зрозумієте, до чого це могло призводити). В цих умовах повчання Заратуштри було аж ніяк не проповіддю вседозволеності та садизму (які і так панували у тому світі), а навпаки – вимогою обмежити й регламентувати їх.

Він пояснив, що **життя – це суцільна боротьба** і ти в ній сам за себе, але це не означає, що ти маєш жити як скажений звір: ці обставини не мають тебе злити, бо так було і буде завжди, це не можна змінити й оскаржити (боги теж воюють). Зате **можна в цій боротьбі залишатися людиною**: бути гордим, не заздрити, а за нанесену тобі шкоду обов’язково відповідати, але такою самою шкодою.

Це дещо нагадує кодекс професійних злочинців: не вір, не бійся, не проси. І це не випадковість: річ у тім, що професійні вояки в усьому світі (самураї, вікінги, козаки) жили принципово інакшим життям, ніж «волопаси й гречкосії» – безжалісним, із суворою дисципліною (якій не суперечило пияцтво та грабежі, адже вона стосувалась військових дій), рішучістю в битві та безумовним дотриманням вимог честі.

Ці професійні вояки були елітою кочовиків і там, де вони стикалися з землеробами, регулярно повторювався **конфлікт культур**, який землероби описували, як напади поганців-кочовиків, а останні – дещо інакше: мовляв, коли ми приїжджали до осілих сусідів через обмін товарами, вони (зі своєю «винахідливістю») постійно нас обманювали – давали гнилий товар і вимагали безбожну ціну (а кочовики, як люди честі, не торгувались). Зрештою кочовики мстились і часом це перетворювалось на вендету.

Коли ж розвиток суспільства привів до формування держав, частина кочовиків стала володарями та

професійними вояками, а решта – в умовах домінування культури землеробів – стигматизувалась і перетворилась на злочинців, зберігаючи той самий моральний кодекс. І лише в деяких країнах, таких, як Персія за часів Заратуштри, Давній Рим, а потім – Західна Європа і Північна Америка, **ментальність кочовиків і професійних вояків почала домінувати** (і там уже колективізм сприймався як нижчість)¹⁴⁴).

Наслідком цього домінування було знищення мільйонів людей під час воєн, хижацька експлуатація природи і людини, але також і створення нових технологій, розвиток цивілізації (включно із захистом прав людини та демократією), формування науки та чесної конкуренції. І наріжним каменем під час виникнення цієї ментальності була релігія Заратуштри, наступниками якої були, послідовно, юдаїзм, християнство та іслам.

Тема 6. Психологічні особливості формування монотеїзму

1. Потреба в монотеїзмі¹⁴⁵. Реформи Ехнатона в Єгипті¹⁴⁶

¹⁴⁴) Ось чому співак безжалісної раціональності Ніцше так захоплювався Заратуштрою і зневажав йогів та аскетів Сходу;

¹⁴⁵) Про потребу в монотеїзмі: Армстронг К. История Бога. Тысячелетние искания в иудаизме, христианстве и исламе. URL: <http://psylib.org.ua/books/armst01/index.htm>; <https://studfiles.net/preview/4189895/page:3/>; <https://bookster.com.ua/religijna-reforma-ehnatona/>;

¹⁴⁶) Про реформи Ехнатона див.: https://pidruchniki.com/12800528/istoriya/religiyno_politichna_reforma_amen_hotepa_ehnatona; <https://history.wikireading.ru/180698>; <https://cyberleninka.ru/article/v/ehnaton-i-kultura-drevnego-mira>; Мисецкий Е.В. Иудейский монотеизм и религиозная реформа Эхнатона. URL: <http://publishing-vak.ru/file/archive-politology-2014-6/3-misetskii.pdf>; <http://egypt.limarevvn.ru/ax4.htm>; http://abzubov.com/new_course/lecture_038 (аудіо-лекція)

2. Культ Яхве¹⁴⁷⁾. Віровчення¹⁴⁸⁾.
3. Біблія¹⁴⁹⁾, історія написання та склад¹⁵⁰⁾.
4. Історії та легенди Старого Заповіту¹⁵¹⁾.

¹⁴⁷⁾ Про культ Яхве див.:

https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Relig/Vasil1/21.php;
<http://www.skeptik.net/religion/judaism/>; <http://www.info-library.com.ua/books-text-6146.html>; Фрейд З. Человек Моисей и монотеистическая религия. URL: <https://freudproject.ru/?p=7485>;
Вылегжанин И. Д. Образ Яхве в Ветхом Завете. URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/obraz-yahve-v-vethom-zavete>;

¹⁴⁸⁾ Про віровчення юдаїзму див.:

<https://w.histrf.ru/articles/article/show/iudaizm>; <https://www.polnaja-jenciklopedija.ru/istoriya-otkrytiy/osnovy-veroucheniya-iudaizma.html>;
<http://www.threed.ru/iudaizm/iudaizm/verouchenie-iudaizma.html>;

¹⁴⁹⁾ Шифман И. Ш. Ветхий Завет и его мир. URL:

<http://flibusta.site/b/533964/read>; Карсон Д. Новый Библейский Комментарий. Ветхий Завет. URL:
http://www.razlib.ru/religiovedenie/novyi_bibleiskii_kommentarii_chast_1_vet_hii_zavet/index.php;
http://www.razlib.ru/religiovedenie/novyi_bibleiskii_kommentarii_chast_2_vet_hii_zavet/index.php; Янси Ф. Библия, которую читал Иисус. URL:
<https://www.e-reading.club/book.php?book=1051116>;

¹⁵⁰⁾ Кривелев И. А. Книга о Библии. URL:

<http://psylib.org.ua/books/kryv101/index.htm>; Кривелев И. А. Библия: Историко-критический анализ. URL: <https://www.twirpx.com/file/1098185/>;
про версії тексту: Фрэзер Дж. Фольклор в Ветхом завете. URL:
<http://religion.historic.ru/books/item/f00/s00/z0000013/st014.shtml>;
<https://scisne.net/a-319>; Азимов А. В начале. URL:
<http://www.skeptik.net/religion/judaism/azimov7.htm>; Документальная теория: Жреческий Кодекс и Второзаконие. URL:
<http://www.svob.narod.ru/bibl/priest.htm>; Кривелев И.А. Книга о Библии. URL: <https://www.rulit.me/books/kniga-o-biblii-read-34971-17.html>;
Всемирный потоп. Библия и другие сказания. URL: <https://paulus-raul.livejournal.com/22529.html>;

¹⁵¹⁾ Про міфи: Фрэзер Дж. Фольклор в Ветхом Завете. URL:

<http://religion.historic.ru/books/item/f00/s00/z0000013/index.shtml>; Азимов А. В начале. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=810>;
Косидовский З. Библейские сказания. URL: <https://scisne.net/a-1130#i>;
Козынцева Д. М. К вопросу о влиянии шумерской мифологии на

5. Заповіді Старого Заповіту¹⁵²⁾.

6. Напрями в юдаїзмі¹⁵³⁾.

Додаток 6. Фройд про соціальну та психологічну потребу в монотеїзмі

1. Для розуміння **соціальної потреби в монотеїзмі** варто знати, що не будь-яке князівство, а тим більше – імперія є справжньою ДЕРЖАВОЮ. Держава виникає тоді, коли *ієрократія* змінюється **бюрократією**. Річ у тім, що **держав**а – це насамперед **бюрократичний апарат** управління, який працює на чітко сформульованих і **систематизованих законах**, тобто працює «автоматично», не вимагаючи постійних втручань монарха і вирішення проблем його наказами (без «ручного керування»), а для цього запроваджується систематичний і «роздрібний» **збір податків**, а не великої одноразової данини, чим, власне, і займається бюрократичний апарат (разом із контролем, хто що робить і скільки заробляє) і завдяки чому він існує.

А для збору податків потрібно збирати інформацію про статки кожної людини і не лише про них (адже податки збирали і «з вух»), і з кількості тарілок у домі тощо). І все це означає, що держава (й насамперед бюрократичний апарат) – це максимальний **контроль і облік** усього, що десь і якось відбувається, тобто **збір усієї інформації**, якої лише можливо, навіть абсолютно непотрібної для управління. А для обліку і

библейские тексты. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-ovliyanii-shumerskoy-mifologii-na-bibleyskie-teksty>;

¹⁵²⁾ Про заповіді див.: https://ru.wikipedia.org/wiki/613_заповедей;
<https://eleven.co.il/judaism/commandments-and-precepts/11412/>;
<https://eleven.co.il/judaism/commandments-and-precepts/>; Докинз Р. «Священная» книга и изменчивая мораль Zeitgeist. URL: <https://scisne.net/a-101?pg=9>;

¹⁵³⁾ Напрями, секти: <http://www.ejwiki.org/wiki/Иудаизм>;
<http://ieshua.org/tri-vetvi-iudaizma.htm>; <https://eleven.co.il/judaism-trends/>

контролю дуже вигідним є одноманітність, стандартизованість об'єктів обліку, через що бюрократичний апарат в усіх країнах добивався зменшення національного, релігійного і будь-якого іншого розмаїття, зокрема і введення ОДНІСІ, державної релігії, а також запровадження в ній ОДНОГО, але всемогутнього і всевидячого бога – аналога всезнаючого бюрократичного апарату, рішення якого ніхто не сміє оспорити. Тож монотеїзм – це не стільки ідея «один бог на небі – один цар на землі», скільки ідея беззаперечності влади чиновників, висловлена в американському прислів'ї: «Є лише дві речі, яких не уникнути – смерті та сплати податків».

Але створення повноцінної держави збагатило не лише чиновників, адже крім їхньої зарплати, доходу від податків вистачало і на **створення міських укріплень**, вражаюче **великих храмів**, утримання **професійного війська** та армії **професійних жерців і вчителів**, адже справжня держава тримається не на страху перед непереможним князем-вождем і його безжальними одноплемінниками, а **на релігійній вірі** в легітимність влади та **ідентифікації з нею** завдяки **вихованню** та **гордості** від її наочно великих досягнень – пірамід, храмів, палаців).

Тому якщо в імперії, тобто надміру великій країні з десятками племен, богів і князів, імператор має постійно доводити свою грізність і непереможність у війнах, а з чужими богами миритися, то у справжній державі він і в процес керування не втручається, і нікому нічого не доводить (як і недосяжний, абсолютний бог монотеїзму), оскільки за нього це робить **ідеологічний апарат професійних священників** (по суті – чиновників), повністю інтегрований у державний бюрократичний апарат. Ось чому монотеїзм в Римській імперії переміг лише через 800 років після заснування Риму, і для цього знадобилися державні реформи Діоклетіана та Костянтина.

Намагався створити справжню, повноцінну державу і фараон Ехнатон у Єгипті в XIV столітті до н. е.¹⁵⁴). Єгипет, який досяг в ті часи кордонів Євфрату на півночі і четвертого порога Нілу на півдні, який захопив Сирію, Палестину та Нубію, тобто розташувався на двох континентах, був величезним утворенням, яке утримувати тодішніми, родинно-ієрократичними методами було дуже важко, а точніше – неможливо, що і показали подальша, уже після знищення реформ Ехнатона, криза цієї імперії.

Надміру «роздутому» Єгипту потрібна була централізація апарату управління і бюрократизація його, тобто перехід від принципу старань заради особистої відданості володарям – до дисциплінованого виконання чітко сформульованих правил, а також перехід від ієрократії, в якій монарх виконував символічну функцію (як англійська королева), до усування жерців від прийняття політичних рішень і зведення їх до рангу церковних чиновників (із підривом їх економічної могутності шляхом заборони їх власності на землю).

Ці реформи були скасовані відразу після смерті Ехнатона через те, що ментальність людей була ще достатньо «сімейною»: вони жили родинними громадами і звикли до відносин безкорисливої взаємодопомоги, довіри та безумовної покори старшинам роду і місцевим духам та шаманам. Тоді як культ єдиного бога Атона психологічно передбачав ментальність сусідських громад – із формально-діловими відносинами та уніфікованою організацією державно-церковного управління.

¹⁵⁴) Вейгалл А. Эхнатон. Фараон-вероотступник. М., 2010. URL: <https://loveread.info/books/istoricheskaya-proza/page-20-83726-artur-veigall-ehnaton-faraon-verootstupnik.html#fullstory-text>; Басовская Н. И. Эхнатон. Фараон-вероотступник // От Клеопатры до Карла Маркса. Москва, 2014. URL: https://www.litmir.me/br/?b=217669&p=1#section_4

Стосунки в Єгипті ще не були настільки індивідуалістичними, як пізніше в зороастризмі (де «кожен за себе»), а тому і не виникало потреби в компенсаційній функції нового культу. Водночас адміністрація Ехнатона уже запровадила абсолютно несімейні, експлуаторські відносини з підлеглими: наприклад, будівельники великих пірамід жили в гарних умовах, добре харчувались і після смерті отримували індивідуальні усипальниці поблизу пірамід, тоді як будівельники нової столиці Ехнатона жили впроголодь, від тяжкої праці рано вмирали і ховали їх по двоє в одній, недбало виритій ямі.

2. Аналізуючи психологію культу Яхве та юдаїзму як його розвитку важливо зауважити, що це був **історично один із перших випадків формування професії священників** (про виникнення яких ми говорили, розглядаючи брахманізм), тобто свого роду чиновників від релігії, характерною рисою яких часто був **обсесивно-компульсивний розлад**, що виражався у нав'язливому бажанні розписати в дрібних деталях кожную сторону суспільного життя та особистого побуту і водночас об'явити сакральними точну кількість потрібних для цього речей і кількість повторень у зазначених діях. Зокрема в юдаїзмі було 613 заповідей, з яких 365 забороняли, а 248 – приписували, що потрібно робити.

Втім, варіантів переліку цих заповідей є багато, адже їх кількість взята, як вважають, не з ретельних підрахунків, а з числової магії: 365 – це число днів у році, а 248 – число кісток у людському тілі (за тогочасними уявленнями)¹⁵⁵). Ця зосередженість на «щасливих числах» разом із магічним мисленням є визнаними симптомами ОКР. А ще одним проявом цього синдрому є оптимістична віра в ефективність цих чисел і ритуалів – попри всі невдачі, котрі мали б

¹⁵⁵) Див. відеолекцію Р. Сапольскі – Біологія релігійності. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=711NhZ4EbEE> (починаючи з 43:46)

підірвати цю віру: здається, така людина має відчувати страждання та безпорадність у ситуації, коли ОКР змушує її повторювати свої ритуали, а за найменшого порушення – починати їх знову, але насправді в ній живуть *передчуття, схожі на емоції ігromана, мовляв, от-от і її зусилля «окупляться» й будуть винагороджені найвищою мірою.*

Розглядаючи питання плану шостої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які **соціальні зміни** створили **необхідність монотеїзму** для влади і психологічну **вигоду** від нього для **народу**, і яких **умов бракувало** для **перемоги реформ** Ехнатона в Єгипті?

2. У чому, за **Фройдом**, відмінність **культу Яхве** від тогочасної **єгипетської релігії** і якими психологічними **рисами євреїв** пояснюється укладання **Завіту**?

3. Які **вияви багатобожжя** та **магії** є в Біблії, за що першолюдей **вигнали** з Едему і пережитком яких **поглядів** пояснювалось **побоювання залишити їх у раю**?

4. У чому полягала діяльність **пророків** Старого Заповіту, яку **потребу віруючих** вони задовольняли і яку **функцію релігії** виконували?

5. Чим пояснюються найбільші **відмінності** різних версій біблійного **тексту** відповідно до **Документарної гіпотези** і яке **походження** має міф про **Всесвітній потоп**?

6. Чого **вимагають** всі **заповіді** Старого Заповіту, яка **психологічна причина** їх **виникнення** і які з них є **моральними**?

7. Яку **мораль** демонструють завоювання Ісуса Навіна, подорожі Авраама та поради бога євреям щодо організації

виходу з Єгипту, і чому ця мораль відрізняється від сучасної?

1.8. Коли сформувався юдаїзм, чому саме тоді і чим відрізняється хасидизм і каббалізм?

* * *

Додаток 6. Фрейд про соціальну та психологічну потребу в монотеїзмі

З книги: Фрейд З. Моисей и монотеизм. Ч. III. Моисей, его народ и монотеистическая религия. URL: http://loveread.ec/read_book.php?id=8777&p=17

Исторические основания событий, которые захватили наше внимание, заключаются в следующем. Благодаря завоеваниям XVIII Династии Египет стал мировой империей. Новый империализм отразился в развитии религиозных идей, если не всего народа, то по меньшей мере его правящей и в интеллектуальном плане активной верхушки. Под влиянием жрецов бога-солнца в Иуну (Гелиополь), усиленного, возможно, азиатским влиянием, возникла идея всеобщего бога Атона, который уже больше не был ограничен одной страной и одним народом. В лице молодого Аменхотепа IV мы видим взошедшего на трон фараона, у которого не было более высокой цели, чем развитие этой идеи бога. Он сделал религию Атона государственной, и благодаря ему, всеобщий бог стал единственным богом: все, что говорилось о других богах, было обманом и ложью. С великолепной гибкостью он сопротивлялся любому соблазну магического мышления и отбросил иллюзию, особенно заветную для египтян, жизни после смерти. Удивительным образом предвосхитив последующее научное открытие, он видел в энергии солнечного излучения источник всей жизни на земле и поклонялся ему как символу силы своего бога. Он гордился своей вселенской радостью и своей жизнью в Маат.

Уже при слабых преемниках Эхнатона погибло все, что он создал. Мечь жречества, которое он подавил, обрушилась на его память; религия Атона была уничтожена, столица фараона, объявленного преступником, была разрушена и разграблена. Приблизительно в 1350 г. до н. э. XVIII Династия пришла в упадок; после периода анархии порядок был восстановлен генералом Хоремхебом, который правил до 1315 г. до н. э. Казалось, что реформа Эхнатона была эпизодом, обреченным на забвение.

Все это – исторически установленные факты; теперь начинается наше гипотетическое продолжение. В окружении Эхнатона был человек, которого, возможно, звали Тутмес, как и многих других людей в то время, это имя не имело большого значения, за исключением того, что его вторая составная часть была «mose». Он занимал высокое положение и был приверженцем религии Атона, но в противоположность мечтательному царю, был энергичным и вспыльчивым. Для него смерть Эхнатона и аннулирование его религии означали конец всех ожиданий. Он мог остаться в Египте лишь как преступник или ренегат. Возможно, будучи правителем приграничной провинции, он вошел в контакт с племенем семитов, которое переселилось туда несколькими поколениями ранее. Вследствие своего разочарования и одиночества он обратился к этим чужеземцам и попытался найти среди них компенсацию своих потерь. Он выбрал их в качестве своего народа и попытался реализовать среди них свои идеалы. Затем, в сопровождении своих сторонников, он покинул с этими людьми Египет, сделал свой народ святым с помощью знака обрезания, дал ему законы и познакомил с положениями религии Атона, которую египтяне только что отвергли. Наставления, которые этот человек Моисей дал своим евреям, могли быть даже более строгими, чем предписания его господина и учителя Эхнатона, и он мог

также отказаться от поддержки бога солнца Иуну, которому Эхнатон оставался верен.

Современные исторические исследования смогли выделить из неясности, которую оставило или, скорее, создало библейское повествование в этом месте, два факта. Первый, обнаруженный Эрнестом Селлином, заключается в том, что евреи, которые согласно библейскому рассказу, были своевольны и непокорны по отношению к своему вождю и законодателю, однажды восстали против него, убили его и отвергли религию Атона, которая была им навязана, точно так же, как раньше ее отвергли египтяне. Второй факт, на который указал Эдуард Мейер, состоит в том, что евреи, которые вернулись из Египта, позднее объединились с близкородственными племенами в районе между Палестиной, Синайским полуостровом и Аравией, и что там, в богатой водой местности под названием Кадес, под влиянием аравийских мадианитян, приняли новую религию, поклонение богу вулканов Яхве. Вскоре после этого они были готовы вторгнуться в Ханаан в качестве завоевателей.

Возвращаясь к более ранним временам, мы можем сказать, что бог Яхве определенно не был похож на Моисеева бога. Атон был пацифистом, как и тот, кто представлял его на земле – или, если более точно, как его прототип – фараон Эхнатон, который пассивно наблюдал, как разваливается на части завоеванная его предками мировая империя. Нет сомнения, что Яхве больше подходил народу, который силой начинал занимать земли нового отечества. И все достойное восхищения в моисеевом боге, было выше понимания примитивных масс.

Еврейскому народу суждено было пережить ряд серьезных испытаний и тягостных событий; их бог стал суровым и жестоким и, так сказать, окутанным мраком. Он сохранил черты всеобщности, повелевая всеми странами и народами, но то, что поклонение ему перешло от египтян к

евреям, выразилось в дополнительной вере в то, что евреи – избранный им народ, особый долг которого в конце концов заслужит также и особой награды. Народу, вероятно, было нелегко согласовать представление о своем избранничестве всемогущим богом с печальными поворотами своей несчастливой судьбы. Но люди не позволяли себе колебаться в своих убеждениях; чтобы подавить сомнения в Боге, они увеличили собственное чувство вины, и, может быть, уповали на «непостижимую волю Провидения», как поступают набожные люди по сегодняшний день. Если евреи и имели основания удивляться тому, что бог позволяет одному жестокому агрессору за другим приходить, поработать их и плохо обращаться с ними – ассирийцам, вавилонянам, персам – то они все еще могли видеть его силу в том, что все эти злые враги сами в свою очередь были повержены, а их империи исчезли.

Последующий бог евреев стал в конечном счете походить на старого Моисеева бога в трех важных отношениях. Первым и решающим моментом было то, что он действительно был признан единственным богом, кроме которого любой другой был просто немислим. Монотеизм Эхнатона был принят всерьез всем народом; действительно, эти люди оставались настолько верны этой идее, что она стала основным содержанием их интеллектуальной жизни и не оставила места для интереса к другим вещам. В этом люди и священничество, которое стало господствующей силой, были заодно. Когда священники трудились над созданием обрядника для почитания бога, они столкнулись с интенсивным противодействием народа, который стремился оживить две другие доктрины Моисея о его боге. Голоса Пророков неустанно провозглашали, что Бог презирал обряды и жертвоприношения и требовал только, чтобы люди верили в него и жили в истине и справедливости. И восхваляя

простоту и святость жизни в пустыне, они несомненно находились под влиянием Моисеевых идеалов.

Под влиянием внешних факторов вышло так, что на смену матриархальному социальному порядку пришел патриархальный, что, конечно, повлекло за собой революцию в правовых положениях, господствовавших до сих пор. Эхо этой революции, похоже, до сих пор можно слышать в Орестее Эсхила. Но этот поворот от матери к отцу указывает к тому же на победу интеллектуальности над чувственностью – то есть на прогресс цивилизации, так как материнство доказывается свидетельством чувств, а отцовство является гипотезой, основанной на предположениях и предпосылках. Таким образом, выбор между мыслительным процессом и сенсорной перцепцией в пользу первого оказался важным шагом.

Люди оказались вынуждены признать «интеллектуальные» [geistig] силы в целом – то есть, силы, которые не могут быть постигнуты органами чувств (в частности зрением), но действие которых тем не менее приводит к несомненному и действительно исключительно мощному эффекту. Если мы можем полагаться на свидетельство языка, то именно движение воздуха послужило прототипом интеллектуальности [Geistigkut], так как интеллект [Geist] получил свое название от дыхания ветра – animus, spiritus и древнееврейского ruach (дыхание). Это также привело к открытию разума [Seele (души)] как интеллектуальной [geistigen] основы людей. Наблюдение обнаружило движение воздуха еще раз в человеческом дыхании, которое прекращается, когда человек умирает. По сей день умирающий человек «выдыхает свою душу» [Seele]. Однако теперь мир духа [Geisterreich] открыт для людей. Люди были готовы приписывать душу [Seele], которую открыли в себе, всему в природе. Весь мир был одушевленным [beseelt]; и науке, которая пришла много

позднее, довелось немало поработать, чтобы еще раз лишить мир его души; на самом деле она не завершила это дела даже сегодня.

Моисеев запрет поднял Бога на более высокий уровень интеллектуальности. Вследствие всех таких продвижений в интеллектуальном развитии, увеличивалось чувство собственного достоинства человека, он становился гордым – ощущал себя стоящим выше по отношению к другим людям, все еще остающимся под властью чувственности. Дело в том, что в ходе развития индивида часть сдерживающих сил внешнего мира закрепляется внутри, и в Я образуется структура, которая противостоит остальной его части через наблюдение, критику и запреты. Мы называем эту структуру Сверх-Я. С этого времени Я, прежде чем предпринять удовлетворение инстинктивных потребностей, требуемых Оно, должно принимать во внимание не только опасности окружающего мира, но также и возражения Сверх-Я, и таким образом, у него возникает еще больше оснований воздерживаться от удовлетворения инстинкта. Но в то время как отказ от инстинкта, вызванный внешними причинами, оказывается только неприятным, то, когда он обусловлен внутренними причинами, в соответствии с требованиями Сверх-Я, это приводит к иному практическому результату. В добавок к неизбежным, вызывающим неудовольствие, последствиям оно также приносит Я и плоды, доставляющие удовлетворение. Я чувствует себя возвышенным, оно гордится своим отказом от инстинкта, как будто это – ценное достижение.

Чувство вины постоянно поддерживалось пророками и которое вскоре стало существенной частью религиозной системы. Дела у людей шли плохо; надежды, возлагавшиеся на благосклонность Господа, не исполнились; любимую превыше всего иллюзию – быть теми, кого избрал Бог, поддерживать было нелегко. Если они не хотели отказаться

от этого счастья, то чувство вины в связи со своей собственной грешностью было подходящим способом оправдания Бога: они не заслужили лучшего, чем быть наказанными, так как не следовали его заповедям. И, гонимые необходимостью удовлетворить это чувство вины, они должны были сделать эти заповеди еще более строгими, более мелочными и даже более тривиальными. В новом порыве морального аскетизма они налагали на себя все больше и больше новых ограничений инстинктов и таким образом достигли – по крайней мере, в учении и заповедях – этических высот, которые оставались недоступными другим народам античности.

Тема 7. Психологія раннього християнства

1. Пошуки Спасителя: релігійні рухи в Юдеї¹⁵⁶⁾.
2. Пророцтва Біблії¹⁵⁷⁾ та проблема історичності Ісуса Христа¹⁵⁸⁾.

¹⁵⁶⁾ Секти в часи Христа: Свенцицкая И. С. От общины к церкви. URL: <https://history.wikireading.ru/94395>; Сорокин В. Историко-культурный контекст Ветхого Завета. URL: <https://www.bible-center.ru/en/book/context/romanperiod>; <https://azbyka.ru/shemy/osnovnye-religioznye-i-politicheskie-iudeiskie-gruppirovki.shtml>; <http://callofzion.ru/pages.php?id=44>; https://lechaim.ru/ARHIV/259/univer_drevnosti.htm; http://www.historicus.ru/religioznie_techeniya_iudaizma/;

¹⁵⁷⁾ Рижский М. И. Библейские пророки и библейские пророчества. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=181801&p=1>; про реалізацію месіанських пророцтв: <https://religion.wikireading.ru/143762>; <https://icocnews.ru/izuchenie-biblii/dokazatelstva-very/prorochestva-o-hriste-i-ih-ispolnenie-m.html>; https://ru.wikipedia.org/wiki/Ветхозаветные_пророчества_о_Христе;

¹⁵⁸⁾ Про історичність Ісуса: <https://eleven.co.il/judaism/and-other-religions/11776/>; <https://religion.wikireading.ru/143756>; Хазарзар Р. Сын Человеческий. URL: <http://khazarzar.skeptik.net/bn/index.htm>; свідоцтва про Ісуса: Бокэм Р. Иисус глазами очевидцев. Первые дни христианства:

3. Історичні та ідейні корені християнства¹⁵⁹⁾.
4. Старозавітна та християнська мораль¹⁶⁰⁾.
5. Психологія переслідуваного¹⁶¹⁾. Утопізм та організація¹⁶²⁾.
6. Перетворення на державну релігію¹⁶³⁾.

живые голоса свидетелей. URL: <https://azbyka.ru/otechnik/konfessii/iisus-glazami-ochevidtsev-pervye-dni-hristianstva-zhivye-golosa-svidetelej/>;

¹⁵⁹⁾ Юдейські корені:

http://beitaschkenas.de/index.php?option=com_content&view=article&id=290%3A2011-11-30-21-38-47&catid=86%3A2011-11-30-21-28-22&Itemid=161&lang=ru; <http://www.messcom.org.ua/2010/05/26/7774433/>; Єгипетські: <https://sovremennikk.livejournal.com/6040.html>; Історичні: http://beitaschkenas.de/Lib/Proishojdenie_nashey_veri.pdf; Ідейні: https://studme.org/69124/religiovedenie/ideynye_predshestvenniki_hristianstva#636; <http://centant.spbu.ru/sno/lib/kovalev/II/14.htm>;

¹⁶⁰⁾ Порівняння двох етик: <http://callofzion.ru/pages.php?id=44>; <https://www.reformed.org.ua/2/363/Anderson>; <https://scisne.net/a-101?pg=9>; <http://www.ateism.ru/article.htm?no=1361>; 9 біблейських персонажей, которые совершали недопустимые вещи с точки зрения христианской. URL: <https://kulturologia.ru/blogs/020817/35507/>;

¹⁶¹⁾ Причини гонінь християн:

<http://www.istorya.ru/book/religiarabov/01.php>; Фаббро Ф. Употребляли ли ранние христиане галлюциногенные грибы? URL: <https://front.gnostik.ru/fabbro.htm>; психологія жертви: <https://knife.media/self-destroy/>; <https://www.yuga.ru/articles/society/7936.html>; церковна історія гонінь:

Болотов В. В. Лекции по истории Древней Церкви. URL: https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Bolotov/lektcii-po-istorii-drevnej-tserkvi/;

¹⁶²⁾ Учение Христа и христианство – найди отличия. URL: <http://ezotera.ariom.ru/2009/10/23/uchenie.html>; Холл С. Учение и жизнь ранней церкви. URL: <http://www.rondon.org/hsd/uijrc.htm>; спільні трапези: <http://outpouring.ru/news/2010-05-15-1616>;

¹⁶³⁾ Донини А. У истоков христианства. URL: <http://religion.historic.ru/books/item/f00/s00/z0000030/index.shtml>; Свенцицкая И. С. От общины к церкви. URL: <https://history.wikireading.ru/94395>; <http://www.frateroleg.name/library/menn.htm>; <http://yourlib.net/content/view/4672/58/>; <http://www.istorya.ru/book/religiarabov/01.php>; Митраїзм як конкурент християнства: <https://rusplt.ru/fact/mitraizm-khristianstvo-10494.html>

Додаток 7. Ісус: любов vs робота вписали

Розглядаючи перше, друге та третє питання сьомої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Яку психологічну **потребу** в усій Римській Імперії задовольняло **очікування Спасителя** і чому серед багатьох **месіанських рухів** перемогло **християнство**?

2. У чому **відмінність** основних **релігійних рухів** в Юдеї часів Христа: **Фарисеїв, Садукеїв, Есеїв, Християн та Юдео-християн**?

3. **Про що** говориться у **пророцьких книгах** Старого Заповіту, яку психологічну **потребу** вони задовольняли і **як реалізувалися** в **Новому Заповіті**?

4. Перелічіть **відмінності** християнського і старозавітного **месії** та поясніть, які **функції релігії** вони мали виконувати.

5. **Яким** був реальний, **історичний Ісус** і **чим** саме він **вирізнявся** з інших **пророків**?

6. Які **ідеї** прийшли в **християнство** з релігії **Яхве**, від **есеїв** та **маніхейства**?

7. Які **ідеї** прийшли в **християнство** із **гностицизму, стоїцизму** та **мітраїзму**?

8. **Наскільки виправдана** ідея, що Ісус з 12 років до 30 років перебував в **Індії**, і які **його висловлювання** зближують його з **ідеями буддизму**?

Розглядаючи четверте, п'яте та шосте питання сьомої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової

<https://history.wikireading.ru/409091>; причини перемоги християнства:
<http://modernproblems.org.ru/hisrory/127-brinton1.html?start=21>;
http://zhurnal.lib.ru/k/kac_a_s/pobeda.shtml

літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані даної теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. На прикладах поясніть, наскільки **послідовною** була **старозавітна мораль** у своїх основних вимогах і якими **історичними** та **психологічними причинами** це пояснюється?

2. На прикладах поясніть, наскільки **послідовною** була **християнська мораль** у своїх основних вимогах і якими **історичними** та **психологічними причинами** це пояснюється?

3. На прикладах поясніть, у чому основні **відмінності** старозавітної та **християнської моралі** і якими історичними **змінами в особистості** людини це пояснюється?

4. З якою психологічною **метою** лідери перших християн проводили служби в **катакомбних церквах** та **акції**, що могли **спровокувати репресії** проти них (на кшталт акцій **зелотів** та **сикарійів**)?

5. Якої **сили віри** добивалися лідери перших християн і **завдяки** яким **вимогам, обрядам** та **відбору членів**?

6. У чому відмінність **ідей Христа** і **теорії** та **практики** ранньої християнської **Церкви**?

7. Що саме **зробив** апостол Павло для **організації** християнської **Церкви** і **чому** для цього йому **довелося пожертвувати** ідеями Христа?

8. Що мало **змінитися** в **теорії** та **практиці** християнської **Церкви**, щоб стати **державною релігією** і **чому** це було **потрібно**?

* * *

Додаток 7. Ісус: любов vs робота вівсили

Який сенс у словах Ісуса: «Не противтеся злу. Хто вдарить тебе по правій щоці, **підстав йому й ліву**» (Матвія 5:39)? Ми звично трактуємо їх як заклик до непротивлення злу насильством і любові до ворогів своїх. Однак давайте

замислилось: безумовно, в них міститься ідея «не мститися», але НЕ ТІЛЬКИ ВОНА, бо для відкидання мстивості не обов'язково заохочувати ворогів до «надпланового» побиття себе.

Цими словами Ісус, як і обіцяв, відновив Закон, адже заповідь «око за око» була не закликом до кровної помсти, а обмеженням її до рівнозначної відповіді, тоді як в тогочасній Палестині нею прикривались зелоти (чиє ім'я зберіглося в англійській як синонім лютого фанатизму) і сикарії, здійснюючи терористичні вбивства, а також фарисеї та садукееї, караючи всіх неугодних, тобто всі основні секти. І тому для відновлення справжньої суті заповідей Ісус вимагав **не мститися взагалі, ніяк.**

Однак навіщо «підставляти другу щоку» і провокувати ворога до ще більшого зла та гріха? Якимось це не дуже в'яжеться з вимогою його ЛЮБИТИ (принаймні ЩИРО любити, бажаючи йому добра)! Для правильної відповіді прочитаємо далі: «І тому, хто захоче судитися з тобою і верхній одяг твій взяти, віддай йому і сорочку. І хто примусить тебе іти з ним одну милю, іди з ним дві». Смісл тут явно не лише у помсті. І не лише у любові ДО ВОРОГА.

Швидше тут ідеться про те, як ставитися ДО ВСЬОГО, ЩО РОБИШ. Адже сенс Нагорної проповіді, з якої взяті ці слова, у досягненні «блаженства», тобто «щастя». І шлях до нього такий: не виконувати заповіді формально, напоказ, не боятися нещастя, не оцінювати дії інших; іншими словами – вдумуватися в сенс заповідей і з огляду на нього оцінювати кожну свою дію (саморефлексія), але не оцінювати інших і не порівнювати себе з ними (внутрішній локус контролю), а головне – не боятися нещастя і не прагнути щастя як мети життя.

Що означають ці слова? Зовсім не те, що «гнаним» і «засмученим» воздасться в потойбіччі (як це часто розуміють), адже саме страждання не є заслугою чи

свідомством гідності. Ось чому коли революції втілювали цю ідею і страждальці з «низів» починали правити, вони ніколи не демонстрували висоти духу. Тому Ісус і додавав: блаженні лагідні, милостиві та чисті серцем, а такими можна стати лише внаслідок хвороби Дауна або завдяки саморефлексії та чесному оцінюванню своїх дій.

І найважливіше: як досягти такої глибокої саморефлексії та чесної самооцінки? І тут ми підходимо до відповіді, яка роз'яснює всі попередні загадки: щоб стати настільки чесним перед собою, потрібно **повністю віддатися цьому завданню**, тобто не виконувати молитви та ритуали для проформи і впівсили, а ввімкнути уяву, співчуття, розум, мотивацію і креативність, аби збагнути сенс заповідей і те, як саме їх застосовувати в конкретних ситуаціях.

А це неможливо зробити шляхом самопримусу (вольової напруги), а лише шляхом любові до цієї роботи (адже це тяжкий труд, якщо лише не отримувати від нього задоволення). А хіба не це заповідав Ісус, – любити? Інша річ, що невдумливі читачі знову все спростили і звели любов виключно до почуттів та людських відносин. Але ж сказано: «Любімо не словом, ані язиком, але ділом та правдою» (1 Ів. 3:18).

Тобто **любов необхідно виявляти самовіддачею в тому, що робиш для іншого**, а не в красивих словах і при цьому – в бездушній та бездарній роботі. І тому, якщо хтось примушує тебе іти з ним одну милю, ти йдеш з ним дві не через мазохізм чи боягузтво, а тому що ти йшов із бажанням і захопився цим походом, забувши рахувати зусилля. Як казав Є. Вахтангов, **талант – це вміння захопитись** поставленим (кимось) завданням.

Любити можна все, навіть ганебну, на думку інших, роботу. **Якщо ти соромишся** того, що доводиться прибирати і робиш це абияк, то демонструєш не лише гріх «гордині», – ти виявляєш **нездатність полюбити свою роботу**, а отже, і

нездатність любити взагалі. Недарма слово «професія» перекладається як «сповідання (демонстрація) віри», а слово «покликання» означає не напрям здібностей, який потрібно відкрити, пробуючи на смак різні роботи, а твій святий обов'язок, «призначення» від бога робити те, чим ти саме зараз займаєшся.

І робити це потрібно не за страх і не за плату, бо як сказав Ісус, «Погляньте на птахів небесних, що не сіють, не жнуть, не збирають у клуні, проте кожен день ситі бувають» (Мв. 6:26). Згадаємо і «бути як діти» (Мв. 18:3), тобто не ставити далеких цілей, не розраховувати планів, а сприймати все без злості та заздрості, з дитячою безпосередністю і готовністю зацікавитися будь-чим.

Хіба не схоже це на буддистську **ідею у-вей**: повного зосередження на поточній дії при індиферентності щодо мети (через те, що «світ – це ілюзія»)? Недарма існує гіпотеза, що неописану в Євангеліях частину життя (з 12 років до 30 років) Ісус провів в Індії, де і почерпнув їхні ідеї. Втім, у мудрих людей ідеї схожі. А. Маслоу аналогічну ідею розвивав у теорії самоактуалізації. А. Е. Т. А. Гофман сказав: «У житті потрібно робити лише те, що дається легко, але робити це з усіх сил». Про те саме Б. Пастернак писав: «Мета творчості – самовіддача, а не шумиха та успіх».

З цього підходу легше зрозуміти й першу частину Ісусових слів: «Не противтеся злу» означало тоді «не боріться з дияволом всередині себе», або, говорячи науковими термінами, «не боріться з поганими намірами та почуттями». Зазвичай християн вчать прямо протилежному: боріться зі своїми думками, стримуйте себе, а отже, бійтеся себе та своїх думок! Має бути очевидним, що **бояться чогось дає зворотний результат** – посилення бажань, яких боїшся, і перетворення невинних спершу думок (які мозок вигадує навмання і без попереднього оцінювання) на нав'язливі ідеї.

Не боятися, бути безтурботним як птахи або діти – це теж буддистська ідея. Втім, розвивали її і суфії, які, за переказами, існували задовго до ісламу. Прийшли до неї і християнські монахи-відлюдники – так звані «сіхасты» в Афонському монастирі, старці Оптиної пустині або ченці Почаївської лаври, а пізніше – «хлисти» й «п'ятидесятники». Тож шляхів для досягнення творчої самовіддачі та «стану потоку» було чимало в історії релігії, але характерно, що **прибічники цього напрямку завжди переслідувались офіційною церквою**, адже, фактично, скасовували її необхідність.

Але чи є практичний сенс у таких ідеях, і зокрема – **психологічна користь**? Для відповіді потрібно розглянути два моменти: (1) **доступність**, а отже, і «технологічність» цього методу психокорекції, та (2) його можливі **результати**. Щодо першого, то практика медитації в Китаї, Японії, а останні півтора століття і на Заході показує, що засвоюють її всі і навіть достатньо швидко, і навіть тоді, коли медитації навчають якісь шарлатани.

А щодо результатів, то вона всім приносить користь – зняття надмірної стурбованості, глибоке заспокоєння, релаксація, долання хронічної втоми, і це підтверджено серйозними дослідженнями¹⁶⁴). Інша річ – якої глибини результати досягаються: більшість зупиняється на досягненні легкої релаксації, яка вимагає найменше зусиль. Тоді як Ісусова ідея дієвої, практичної любові вимагає зосередження і реалізації всіх своїх здібностей, а це вже доступно не

¹⁶⁴) Див.: Исследования на медитации. URL: https://ru.qwe.wiki/wiki/Research_on_meditation; ще: <https://syg.ma/@lobsang-tenpa/7-izmienienii-kotoraia-mieditatsiia-riialno-mozhiet-proizviesti-v-mozghie>; <https://welcomebackhome.ru/blog/meditaciya/15-nauchnyh-prichin-polyubit-meditatsiyu-issledovaniya-uchenyh-o-polze-meditatsii/>; <https://naked-science.ru/article/nakedscience/s-tochki-zreniya-nauki>

кожному. Як жартував Е. Кроткий, «У мистецтві не всі боги. На одного Аполлона припадає четвірка запряжених коней».

Втім, ідея самовіддачі та самореалізації в усьому, чим людина займається, зовсім не така утопічна, як, хоча б, ідея моральної досконалості та безумовної любові до всіх і кожного, яка є провідною в християнстві і нереалістичність якої довела двотисячолітня практика. Перевага Ісусової ідеї над християнською (а суперечність між ними значна) в тому, що остання **дає результат лише за цілковитої її перемоги**, тобто охопті нею всіх людей і максимально інтенсивній любові кожного до всіх без винятку, а ця абсолютність просто недосяжна.

Натомість **Ісусова ідея передбачає процес, розвиток самовіддачі**, і ці процеси зараз ідуть і показують свою ефективність. Наприклад, японці в межах «фірми-сім'ї» успішно реалізують творчі здібності працівників, та й узагалі – перетворюють кожен свою дію на мистецтво. Цим самим шляхом ідуть і інші далекосхідні країни, а їх досвід запозичують кращі західні фірми (наприклад, Google), отримуючи великий зиск від креативності працівників.

Тому правильніше буде сказати, що ті, хто не долучаться до творчої самовіддачі та самореалізації, ризикують залишитися серед «робочих конячок» цифрового суспільства, в якому по всіх сходах (фінансових, статусних, професійних) піднімаються креативні люди з постматеріальними цінностями (про які йшлося в додатку 4).

І біда «конячок» не в тому, що вони важко працюють, а в тому, що їх ніхто до цього не змушує, адже ту саму роботу можна виконувати легко і з задоволенням. А заважають їм лише стереотипи «**психології бідності**», що **для успіху потрібно мучитись** і що їм все одно «нічого не світить». Тож у свої здібності вони не вірять (як і у допомогу психологів їх розкрити), **сподіваються на щасливий випадок** (що призводить до ігроманії та забобонів) і

бездумно, рефлексивно «економлять сили»: не стараються ні в навчанні, ні в роботі, не вмикають здібності та *працюють упівсили*, аж поки на них не почнуть кричати.

Тож це не просто «*навчена безпорадність*» (за М. Селігманом), це дія всупереч власним бажанням, адже творчість – це не лише природна потреба людини, це ще й те, що забезпечує успіх, якого ця людина прагне. І виходить, що у працюючого впівсили є бажання досягти успіху, але він не лише не старається для цього, він ще й змушує себе не виявляти цікавість і творчість у роботі, які могли б реалізувати його бажання. Якщо раніше цей «*рестрикціонізм*» був виправданий несправедливими умовами праці¹⁶⁵⁾, то тепер це вже недолік характеру і самознущання.

Тема 8. Психологія православ'я та католицизму

1. Причини та методи запровадження християнства на Русі¹⁶⁶⁾.
2. Апокаліпсис Середньовіччя¹⁶⁷⁾. Причини розколу християнства¹⁶⁸⁾ та відмінності його напрямів.
3. Методи психологічного впливу у православ'ї. Ісихазм¹⁶⁹⁾.

¹⁶⁵⁾ Див.: «Работа с прохладцей». Три причины малой производительности труда. URL: <https://scicenter.online/osnovy-menedjmenta-scicenter/rabota-prohladtsey-tri-prichinyi-maloy.html>;

¹⁶⁶⁾ Кузьмин А. Г. Западные традиции в русском христианстве. URL: <https://app.box.com/s/joj0y0noh8>; Кузьмин А. Г. Падение Перуна: Становление христианства на Руси. URL: <https://app.box.com/s/7brilb3mub>; Кузьмин А. Г. Крещение Киевской Руси. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=1020164>; Дулуман Е. К., Глушак А. С. Введение христианства на Руси: легенды, события, факты. URL: <https://istorijacerkvi.wordpress.com/история-церкви/дулуман-глушак/#n5>;

¹⁶⁷⁾ Косякова В. Апокаліпсис Средневековья. Иероним Босх, Иван Грозный, Конец Света. URL: <http://flibusta.site/b/523378>;

¹⁶⁸⁾ Про розкол: <https://sibac.info/studconf/social/xi/32912>;
<https://history.wikireading.ru/409215>

4. Одержавлення Церкви¹⁷⁰⁾, секти в православ'ї¹⁷¹⁾ та боротьба з ними¹⁷²⁾.
5. Методи психологічного впливу у католицизмі¹⁷³⁾. Симонія¹⁷⁴⁾.
6. Психічні епідемії¹⁷⁵⁾, Хрестові походи¹⁷⁶⁾, Інквізиція¹⁷⁷⁾ та секти в католицизмі¹⁷⁸⁾.

¹⁶⁹⁾ Про ісихазм: <http://afonit.info/biblioteka/nasledie-svyatoy-gory/isikhastskij-metod-i-ego-nekhristianskie-paralleli>;
<http://psylib.org.ua/books/torch01/txt17.htm>;

¹⁷⁰⁾ Про одержавлення РПЦ:
<https://cyberleninka.ru/article/v/istoricheskiy-aspekt-regulirovaniya-otnosheniy-mezhdu-gosudarstvom-i-tserkovyu>;
<https://www.dw.com/ru/комментарий-корпоративному-государству-церковь-не-нужна/a-36038626>;

¹⁷¹⁾ Про секти в православ'ї: https://sceptis.net/library/id_1716.html;
<https://arzamas.academy/mag/377-sekti>;
https://ru.wikipedia.org/wiki/Категория:Секты_православного_происхождения;

¹⁷²⁾ Грекулов Е. Ф. Православная инквизиция в России. URL:
<http://www.bibliotekar.ru/2-9-9-rpc-inkviziciya/index.htm>; <https://burckina-new.livejournal.com/899672.html>;

¹⁷³⁾ Про методи впливу: Хейзинга Й. Осень Средневековья. URL:
https://litlife.club/books/109054/read?page=67#section_18; Почепцов Г. Пропандистские уроки от Игнасио Лойолы, создателя ордена иезуитов. URL:

https://ms.detector.media/trends/1411978127/propagandistskie_uroki_ot_ignasi_o_loyoly_sozdatelya_ordena_iezuitov/;
https://veritas.katolik.ru/books/osoben_katol.htm; експансія:
<https://www.radiosvoboda.org/a/28093066.html>;
<http://historic.ru/books/item/f00/s00/z0000106/st003.shtml>;

¹⁷⁴⁾ Про симонію: <https://w.histrf.ru/articles/article/show/simoniia>;
<http://fakeoff.org/religion/simoniya-vzyatka-razreshennaya-rpts>;

¹⁷⁵⁾ Бехтерев В. М. Психические эпидемии в истории. URL:
<https://psyfactor.org/lib/behterev2.htm>; <http://mir-znaniy.com/psihicheskie-epidemii-v-istorii-chelovechestva/>; <https://aquatek-filips.livejournal.com/1282567.html>;
https://aif.ru/society/history/oderzhimye_dyavolom_nastoyashchaya_istoriya_alemskih_vedm; <https://www.weekly-news.info/single-post/2018/08/16/salemskie-vedmy-diavol'skaya-ohota>; Реньяр П. Умственные

Додаток 8. Екстаз і християнство: від ісихастів до хлїстів

1. Розглядаючи перше питання, варто розуміти, що реальні **причини** запровадження християнства полягали в необхідності **централізації держави** та **професіоналізації апарату** її управління, а не в особистих якостях чи роздумах монарха, не в тому, що до цього часу панувала «дикість» і людські жертвоприношення, а після цього відразу запанувала освіченість і культура. Очевидно, що так і не могло все змінитись (як не покращилось у нас принципово ні від переходу до капіталізму, ні від політичного курсу на Європу),

епидемии. Историко-психиатрические очерки. URL:

<http://psylib.org.ua/books/renya01/txt02.htm>;

¹⁷⁶⁾ Причини походів: Грановский А. В. Крестовые походы: в 2 т. Т.

1: https://www.litmir.me/br/?b=280399&p=11#section_11; https://www.e-reading.club/chapter.php/103183/2/Domanin_-_Krestovye_pohody._Pod_sen%27yu_kresta.html;

<https://kulturologia.ru/blogs/230220/45528/>; Крывелев И. А. Крестовые походы. URL: <https://history.wikireading.ru/241323>;

<https://astronline.pro/blog/istorija-krestovyh-pohodov/>; Маалуф А. Крестовые походы глазами арабов. URL: https://www.e-reading.club/bookreader.php/1035307/Maaluf_-_Krestovye_pohody_glazami_arabov.html;

¹⁷⁷⁾ Григулевич И. Р. Инквизиция: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/History_Church/grigul/index.php;

Бейджент М., Ли Р. Цепные псы церкви. Инквизиция на службе Ватикана: https://www.gumer.info/bogoslov_Buks/History_Church/beyd/index.php;

Будур Н. Инквизиция: Гении и злодеи. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=1035222>;

¹⁷⁸⁾ История ересей / сост. А. Лактионов. URL: <http://www.fedy-diary.ru/?p=4287>;

Кайпова Е. Г. Отражение особенностей бюргерской религиозности в еретических учениях катаров и вальденсов. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otrazhenie-osobennostey-byurgerskoj-religioznosti-v-ereticheskikh-ucheniyah-katarov-i-valdensov-vo-frantsii-i-germanii-xii-nachala-xiv>;

https://allatravesti.com/ua/katary__nositeli_istinnogo_ucheniya_iisusa;

<https://lvivmedievalclub.wordpress.com/2017/02/25/катари-франція-альбігойці/>;

<https://stud.com.ua/15824/religiyeznavstvo/katari>

а головне – не так усе було і погано, як це описується в тенденційній церковній історії: людських жертвоприношень тут не було (не було навіть смертної кари), врожаї при підсічно-вогневому землеробстві були в п'ять-шість разів кращі, між людьми переважали сімейні відносини і максимальна толерантність, а разом із силовим запровадженням християнства з'явилася нетерпимість, жорсткий контроль і відверта експлуатація.

Проте була від цієї реформи й історична вигода – сформувалася справжня держава, а не союз племен, як у Володимира Великого на початку його правління, і не імперія, як в Римі до Костянтина Великого. Крім **професійного апарату управління**, були введені **податки** (замість данини), які цей апарат і збирав, контролюючи доходи кожного, а також – писані **закони** (замість усного, звичаєвого права), за якими цей апарат і працював – уніфіковано і систематично. І результатом було настільки велике збільшення доходів держави (тепер уже не князя особисто, а всієї системи), що на ці гроші виявилось можливо утримувати не лише бюрократичний апарат, а й професійну, кадрову армію (найманців, однак набагато більш ефективних воїнів, ніж озброєні селюки), професійних учителів, що реально підняли рівень грамотності, хоча вчили переважно «Закону божого», професійних лікарів, музикантів, архітекторів, живописців тощо.

Саме з появою професійних діячів культури й пов'язане стрімке зростання культурних досягнень, але це була не стільки заслуга християнства, скільки заслуга влади, що почала збирати значно більші кошти в державний бюджет. А **заслуга християнства** полягала в освяченні, **легітимізації** цих реформ, що лягли важким тягарем на плечі простих людей, але збагатили країну і зрештою, з часом піднесли її на справді високий рівень, до речі, значно вищий, ніж у тогочасних західноєвропейських країн. Втім, легітимізація

княжої влади не була єдиною умовою успіху цих реформ, адже освятити їх можна було і за допомогою попередньої релігії, а натомість авторитет нової ще не був таким високим і нічого князю не гарантував, тож йому доводилося «переконувати» людей силою. Через це новгородці і казали, що «Путята хрестив мечем, а Добриня – вогнем»¹⁷⁹⁾.

Проти цієї, державної сили засобів у людей не було, тому і виникла соціальна **потреба примиритись із своїм безсиллям**, знайти ідейне й емоційне **виправдання** свого пониженого (порівняно з минулим) стану і вимушеного **конформізму**, не втрачаючи позитивної самооцінки. Адже людям недостатньо того, щоб їх лише заспокоювали, вони також хочуть мати якусь самоповагу, яку вже підірвав їх вимушений конформізм (покірність, боягузтво, неготовність допомагати іншим і відчуття власної безпомічності), тобто мати порівняно високу самооцінку, а для цього їм потрібен інший світогляд, який дозволить і навчить їх пишатися чимось іншим (не волелюбством, як раніше).

І якраз для цього найкраще підходило саме християнство із його засобами психологічної розради через ілюзорне самозаспокоєння, а не волелюбне й анархічне язичництво. Тож християнство із його гаслами «Чим гірше на цьому світі, тим краще буде на тому» і що «Страждання – це благо та привід для гордості», таке християнство згодом виявилось потрібне усім, і саме тією мірою, в якій влада досягала централізації та професіоналізму і в якій народ змушений був їй підкоритися. Когн. Дисонанс.

2. Західна Європа в Середньовіччі жила в перманентному **очікуванні Апокаліпсису**: з одного боку тому, що державна влада була не такою ефективною, як у Київській Русі, а з другого – тому, що умови господарювання

¹⁷⁹⁾ Про методи хрещення див.: <http://ah-razum.narod.ru/liter/letopis.htm>

там були набагато гірші, а майстерність хліборобів – низькою (нижчою, ніж у нас, адже на Заході пшеницю вирощувати зовсім не вміли, жито – з трудом, а відтак сіяли ячмінь, який дуже піддавався дії споринні, паразиту, споживання якого в хлібі приводило до тяжких захворювань **ерготизмом**)¹⁸⁰. І чим гірше жилося людям, тим гарячішою була в них потреба у хоч якихось сподіваннях на зміни. Тож війна – як завжди – була вдалим для влади виходом із криз і способом скерування невдоволення мас на першого знайденого «винуватця». Саме на освяченні війн і нацькуванні монархів одне на одного й піднялася Римо-католицька церква (РКЦ) над світською владою, підкоривши собі всіх західноєвропейських володарів і створивши єдину, **наддержавну церковну організацію**.

Натомість православні церкви на Сході Європи існували під орудою сильних князів у країнах, що не переживали (принаймні – поки що) феодальної роздробленості, а тому в кожній країні існувала окрема православна церква із своїми історичними особливостями і національною мовою богослужінь. Якщо РКЦ прагнула поширювати свою владну монополію і на Схід, і на Південь, то **православні церкви не мали власних політичних амбіцій** і лише підтримували устремління свого князя. Тому **конфлікт між православ'ям і католицизмом був неминучим**. І саме цивілізаційна відмінність та суперечність політичних інтересів були основними причинами «схизми», а не богословські розходження.

¹⁸⁰ Див.: Абсентис Д. Средневековая Европа. Штрихи к портрету. URL: <https://history.wikireading.ru/71471>; Абсентис Д. Христианство и спорыня. URL: <https://www.e-reading.club/book.php?book=98461>; Маккенна Т. Пища богов. URL: <https://www.rulit.me/books/pishcha-bogov-read-134480-1.html>

3. І православна, і католицька церкви – як церкви феодального суспільства – відрізнялись **аристократичним ставленням до грошей**, тобто досягаючи своїх цілей, їх не рахували, вкладали переважно у розкіш і намагалися нею вразити, похизуватися й перевершити інших. Саме тому храми обох церков і досі вражають розмірами, пишністю оздоблення та дорожнечою використаних матеріалів. Однак є між двома церквами і відмінність: у православ'ї **збір коштів** із віруючих є **менш примусовим** і менш масштабним, і це, до певної міри, робило низових священників порівняно **більш співчутливими** і схильними надавати психологічну допомогу безкоштовно і понад межі своїх обов'язків. Зрозуміло, що це привертало до них людей.

Що ж до інших способів психологічного впливу православних церков, то в цьому питанні студентам слід поцікавитися тим, чим і як саме впливали на вірян **архітектура храму, пишність і масовість обрядів, авторитет традицій, незрозумілість** церковнослов'янських **слів** під час богослужіння, а також – **інтеграція** в православ'я **язичницьких богів** під видом різних святих¹⁸¹⁾.

Розглядаючи перше, друге та третє питання восьмої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Перелічіть усі **причини** запровадження **християнства на Русі** і поясніть, заради **яких функцій** релігії воно було **запроваджено**.

2. Які **причини** швидкого **культурного зростання** Київської Русі після **запровадження** християнства і які були **негативні наслідки** цієї **реформи**?

¹⁸¹⁾ Крывелев И.А. Синкретизация дохристианских культов и христианства. URL: <https://history.wikireading.ru/241339>

3. Які **психологічні причини** надмірної **екзальтованості** людей в середньовічній Європі (за Й. Хейзингою) і чому **РКЦ її підтримувала?**

4. Які соціальні, політичні та ментальні **причини розколу** християнства XI століття та в чому полягають **відмінності його напрямів**, зокрема – психологічні відмінності?

5. Що саме в **архітектурі храму** впливало на вірян і чим саме **допомагала цьому масовість** обрядів?

6. Як саме відбувалась у православ'ї **інтеграція язичницьких богів** і які **приклад** цього ви можете назвати?

7. Опишіть **технологію** психологічного **аутотренінгу в ісихазмі**, стан, якого цим досягають, і **вигоди**, які це дає.

8. Чому в православ'ї **не боролися з ісихазмом**, але **боролися з хлистами та п'ятидесятниками**, котрі прагнули досягти такого ж психологічного стану?

Розглядаючи четверте, п'яте та шосте питання восьмої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Чим були викликані масові самогубства в старообрядництві та якими **історичними й психологічними причинами** цей феномен можна пояснити?

2. Які конфесійні **особливості** у **духоборів, молокан і суботників**, і які психологічні **причини їх поширення?**

3. Які конфесійні **особливості** у **стрибунів, хлистів, скопців і мальованців**, та які психологічні **причини їх поширення?**

4. Опишіть, в яких діях виявлялися **три будь-які психічні епідемії** Середньовіччя та які були їх **психологічні причини**.

5. Чим пояснюється жорстокість християнських учасників Хрестових походів і чому мусульманські учасники цих війн виявляли значно менше жорстокості?

6. На досягнення якого ефекту були скеровані основні методи психологічного впливу РКЦ і з чим насамперед боролась Інквізиція?

7. Які ідейні особливості в аріан-социніан, павликіан та богомільів, і які психологічні причини їх поширення?

8. Які ідейні особливості у катарів, вальденсів і флагелантів, і які психологічні причини їх поширення?

* * *

Додаток 8. Екстаз і християнство: від ісихастів до хлестів

На відміну від описаних у Додатку 7 «самоактуалізаційних» ідей Ісуса, церковне християнство завжди трималося «психології бідності», закликаючи: «Прийдіть до Мене всі стурдовані та обтяжені, і Я заспокою вас» (Мв. 11:28), тобто робило ставку на залучення маргінальних мас, яких протиставляло багатіям (відповідно до Мв. 19:24: «легше верблюдові пройти крізь голчане вушко, ніж багатому ввійти у Царство Боже») і яким обіцяло винагороду за страждання (відповідно до Мв. 5:11-12: «Благословенні ви, коли вас скривджують і переслідують... Радійте й веселіться, бо на вас чекає велика нагорода на небесах!»).

Тому християнські ритуали та правила пристойності вимагали демонструвати похмурість і соромитись радості. І хоча раз на рік, перед найтяжчим постом влаштовували карнавал, але в усі інші дні віруючі мали страждати. Мабуть, ця вимушена похмурість, особливо притаманна для католицизму, і зробила західних людей максимально здатними до самоконтролю та раціональними. Втім, не всі могли витримати цю дисфорію та депресивність, а тому легальні способи розради були дуже затребувані.

На цьому ґрунті й виникають особливі методики досягнення екстазу та способи їх інституціоналізації. Вже найперші християнські монастирі в Єгипті практикували відлюдництво (**сенсорну депривацію**) та голодування для досягнення стану **ейфорії** – після того, як стомлена молитвами свідомість звільняла місце для буйства образно-емоційної частини психіки.

Пізніше їх досвід був систематизований ченцями Афонського монастиря в теорії та практиці **ісихазму**. Недоброзичливці називали цих ченців «пупоглядцями» – через своєрідну методику досягнення трансу: сидючи або лежачи, сперти підборіддя на груди і непорушно зосередитися на спогляданні власного пупка, і після довгого перебування в цій незручній позі зусиллям волі долати відчуття болі у грудях, плечах і шиї.

Рано чи пізно змушувати себе долати біль стає неможливим і свідомість «аварійно» відключається, поступаючись місцем все тій самій ейфорії. Монаха при цьому переповнює **радість** «єднання з богом» (за їхнім трактуванням), він бачить **яскраві** та приємні **видіння** «раю» та **збагнення** найглибших **таємниць**. На жаль, сумніватися в їх походженні змушує те, що такі самі відчуття та думки виникають у тих, хто переживає алкогольну чи наркотичну ейфорію.

Дещо інший спосіб досягнення екстазу винайшов Франциск Ассізький: як і більшість переконаних монахів, він мучив себе аскетизмом, «вбивав плоть» в ім'я христових страждань, але відрізняло його те, що робив він це з повною самовіддачею та самозабуттям, і співчував Ісусу настільки, що почав відчувати його хресні рани на руках і ногах, і невдовзі вони справді у нього з'явилися! Він був першим так званим **«стигматиком»**, хоча далеко не останнім.

Може здаватися дивним, що переживання «страстей господніх» може викликати позитивні емоції, але насправді

людська психіка достатньо суперечлива, а головне – позитивні емоції можна отримувати від будь-чого, якщо «правильно» це собі пояснити (здійснити відповідну **атрибуцію**), наприклад щастям долучення до свого кумира. Франциск створив орден францисканців, в якому похмурість була ледь не під заборону, адже служіння Господу – це щастя¹⁸²).

Чим Франциск перевершував описаних попередників? Він не доводив себе до екстазу та галюцинацій фізичним і моральним вимучуванням, як вони. Він «виросував» у собі **радість широю та творчою самовіддачею** своїй справі. Це був довгий шлях, адже, як пояснювалось у додатку 7, розвиток самореалізації – це тривалий процес, по суті – безкінечний, і саме тому більшість прибічників релігійного екстазу на цей шлях не наважилось, надаючи перевагу швидкому досягненню насолоди.

Не пішли шляхом Франциска і православні «хлисти», тобто члени селянської, переважно, секти, які вірили, що потрібно шмагати себе батогами, аж поки не зійде на них божа благодать. Бичувальники (так звані «флагелянти») були ще у прибічників фригійської богині Кибели, зокрема і в Давньому Римі, а також існують і досі у шиїтів під час свята Ашури («Шахсей-вахсей»).

Релігійний сенс таких самокатувань – той самий, що і у Франциска, отримання задоволення від з'єднання з богом, однак психологічний шлях очевидно інший: вимучування себе цими радикальними засобами швидко пригнічує свідомий самоконтроль і вмикає, натомість, той самий «центр задоволення» в мозку, який посилюють і наркотики, а продукований ним **ендорфін** знижує відчуття болі і дозволяє ще довго знущатися над собою, переконуючи вражених глядачів у силі цієї віри. В іншій православній секті –

¹⁸²) Див.: Честертон Г. К. Франциск Ассизский. URL: http://lib.ru/DETEKTIWY/CHESTERTON/chest_fr.txt_with-big-pictures.html

стрибунів – вимучували себе, як видно із назви, тривалими стрибками¹⁸³⁾, а в протестантській секті п'ятидесятників («християн віри євангельської») досягали екстазу утримуванням рук у вертикальному положенні.

В усіх випадках результат був один – стан ейфорії, який проходив достатньо швидко, а після нього проблеми зовсім переставали хвилювати і людина могла насолоджуватись душевним спокоєм. Однак спокій цей був нетривалим, і з кожним разом все коротшим, адже через звикання та **абстинентний синдром** людина потребувала нових доз ендорфіну, а отже, і відповідного мученицького обряду. Це нагадувало поведінку щурів, яких в експерименті навчили стимулювати свій «центр задоволення» і які відмовлялись від їжі та сну заради цього.

Тож варто розрізняти вимучений екстаз, з одного боку, та ейфорію творчої самовіддачі – з іншого.

Тема 9. Психологія протестантизму

1. Причини та результати Реформації¹⁸⁴⁾. Культ мучеників¹⁸⁵⁾ і «культура вини»¹⁸⁶⁾.
2. Кальвінізм і лютеранство: напередвизначення, спасіння вірою¹⁸⁷⁾ та випробування обраності¹⁸⁸⁾.

¹⁸³⁾ Див.: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Прыгуны_\(секта\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Прыгуны_(секта));

¹⁸⁴⁾ Психологічні причини Реформації: Фромм Э. Бегство от свободы. URL: http://loveread.ec/read_book.php?id=46890&p=11;

¹⁸⁵⁾ Про культ мучеників див.: Ревуненкова Н. Протестантизм. URL: <https://www.litmir.me/br/?b=286127&p=12>;

¹⁸⁶⁾ Про культуру вини див.: <https://helpiks.org/7-65204.html>;

¹⁸⁷⁾ Спасіння – не в пасивній вірі, а в самовідданій праці, адже «professio» – це «сповідання віри», це «покликання Боже», і хоч напередвизначення жодними зусиллями не зміниш, але працювати мусиш без претензій (бо цей героїзм і підносить тебе над жорстокістю долі, – як описав А. Камю в «Міфі про Сізіфа»);

¹⁸⁸⁾ Про випробування своєї обраності див.: <https://www.atsemchenko.inprogress.net/interview/listen/article/92871>

3. Середньовічне й протестантське розуміння свободи¹⁸⁹⁾ та формування індивідуалізму¹⁹⁰⁾.
4. Протестантська трудова мораль і ставлення до праці та багатства у католиків¹⁹¹⁾.
5. Способи психологічного впливу баптистів¹⁹²⁾, англікан¹⁹³⁾, квакерів¹⁹⁴⁾, методистів¹⁹⁵⁾, менонітів¹⁹⁶⁾, церков руху святості¹⁹⁷⁾.

189) Фромм Э. Бегство от свободы. URL:
http://loveread.ec/read_book.php?id=46890&p=16;

190) Про формування індивідуалізму:
<https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnyy-individualizm-v-informatsionnom-obschestve-1>; про брак індивідуалізму в українських протестантів:
[http://texty.org.ua/pg/article/editorial/read/29987/;](http://texty.org.ua/pg/article/editorial/read/29987/)

191) Вебер М. Протестантська етика і дух капіталізму. URL:
<http://litopys.org.ua/weber/wbr04.htm> (про жадібність у католиків);
Тетерятников К. В. Протестантська трудова етика та український контекст. URL: <http://dspace.onua.edu.ua/handle/11300/11768>;

192) Белякова Н. Коллективные практики типичной общины евангельских христиан-баптистов. URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/kollektivnye-praktiki-tipichnoy-obschiny-evangeljskih-hristian-baptistov-v-pozdnem-sssr>;
https://www.academia.edu/25347182/В._Н._Ерохин_Формирование_англиканской_идентичности_история_и_современность_Вестник_Нижегородского_государственного_университета_им._Н._И._Лобачевского_2016_1_С._23-33;

193) Ерохин В. Н. Формирование англиканской идентичности. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/formirovanie-anglikanskoj-identichnosti-istoriya-i-sovremennost>;

194) <http://quakers.ru/квакеры-друзья/>; <http://www.karamurza.ru/vlast/KulturaVlast042.html>;

195) Про методистів див.: <http://cerkva.ks.ua/napravleniya/metodizm/>;

196) Про менонітів див.: <https://focus.ua/archivist/406311>;
<https://enc.rusdeutsch.ru/articles/1248>;

197) Самойлина Т. Г. Особенности психологического воздействия на сознание и поведение адептов в христианских религиозных сектах. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-psiologicheskogo-vozdeystviya-na-soznanie-i-povedenie-adeptov-v-hristianskih-religioznyh-sekta>; ще: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-uhoda-priemy>

6. Способи психологічного впливу церков Християнської науки¹⁹⁸⁾, адвентистів¹⁹⁹⁾, єговистів²⁰⁰⁾, п'ятидесятників²⁰¹⁾, мормонів²⁰²⁾, амішів²⁰³⁾.

Додаток 9. Долання екзистенційної тривоги лютеранством і кальвінізмом

1. Реформація – це те, без чого не було б інтернету, смартфонів, розумних будинків (smart-house), електронної валюти тощо. Ми часто недооцінюємо те, які колосальні зрушення тягнуть за собою прості, здавалось би, зміни у побуті чи в церковних ритуалах. Зокрема, американська психологиня Джой Уотсон писала, що нашу сучасність визначають три революції, психологічні у своїй основі. Перша знаменувалася поширенням водопроводу та винаходом ватерклозету, що різко знизило рівень інфекційних захворювань і привело до стрибкоподібного зростання тривалості життя, а відтак, і до поширення **раціональності** в народних масах (завдяки старшому віку керівників усіх рівнів).

zamanivaniya-i-osobennosti-psihologicheskogo-vozdeystviya-na-molodezh-v-sektah; <https://psyfactor.org/sekta12.htm>;

¹⁹⁸⁾ Про Християнську науку див.:

<https://www.reformed.org.ua/2/409/5/Martin>;

¹⁹⁹⁾ Про адвентистів див.:

https://risu.org.ua/ua/index/reference/major_religions/~Адвентизм/49927/;

²⁰⁰⁾ Про єговистів див.: <https://www.reformed.org.ua/2/409/4/Martin>;

²⁰¹⁾ Про п'ятидесятників див.:

https://risu.org.ua/ru/index/reference/major_religions/~pentecostals/33652;

²⁰²⁾ Про мормонів див.:

<http://www.cirota.ru/forum/view.php?subj=15612&order=asc>;

<https://www.reformed.org.ua/2/409/6/Martin>;

²⁰³⁾ Про амішів див.: <https://bigpicture.ru/?p=342546>;

<https://weekend.rambler.ru/read/41064068-amishi-shokiruyuschie-fakty-o-samom-zakrytom-obschestve/>

Друга революція сталася після Великої депресії 1930-х років ХХ ст., подолавши яку цивілізація створила економічні механізми психологічного захисту, тобто заклала в маси установку, що фінансова незалежність – це основа самооцінки, соціального визнання, щастя та особистого розвитку; а ця установка «homo oeconomicus» зробила ринковий механізм не лише більш ефективним, а й більш вигідним для всіх (і саме цього якраз і не вистачає українцям). А третя революція відбувається нині, коли суспільство поширює вимоги психологічного комфорту, задоволеності та щастя із сімейної сфери – на виробництво і взагалі на всі сфери життя людини (і ті, кому вдається виконати ці вимоги, досягають найбільших успіхів).

Реформа ж Католицької Церкви була аж ніяк не меншим зрушенням у розвитку європейської ментальності. Чому взагалі виникла в ній необхідність? Почнемо з того, що *Католицька Церква тисячу літ підтримувала в масах невігластво, щоб мати можливість керувати людьми найпростішими засобами*. Нерідко і сьогодні говорять, що примітивні серіали та передачі на ТБ не лише потурують низьким смакам, а й виконують «замовлення» політичної еліти, якій простіше обманювати недумаючих людей голосливими обіцянками, ніж розробляти всебічно прораховану програму для переконання мислячих.

Однак поступово мислячих людей ставало більше, - нехай і завдяки ватерклозету, а отже, питання до Католицької Церкви накопичувались. І серед цих питань головними були два: **чому церква тягне з людей так багато грошей і чому так мало їм за це дає?** Гроші церква збирала не лише у вигляді «десятини», а й за кожен обряд і кожну сповідь. Більше того, за відпущення кожного гріха потрібно було платити окремо і для цього існував великий «прейскурант» із цінами за будь-яке здійснене неподобство.

Католицька Церква була багата і мала провідне становище в політиці кожної країни, а тому вона ще збирала гроші, виплачені за отримання якоїсь посади в її ієрархії (це називалося «симонією» і було законно, хоча по нашому це – корупція). Вона не гребувала жодними доходами: володіла землею й експлуатувала селян, володіла кораблями й брала участь у викраденні, перевезенні і продажу африканських рабів в Америці. Але й витрати в неї були чималі: треба було утримувати дорогощі храми та чисельну армію священників і монахів.

Варто зазначити, що цілібат священників і монахів гарантував, що після смерті вони нічого із нажитого не заповідять потомству, але поки вони були живі, то наживалися безсоромно й де лише можна, а це, знов-таки, робилося за рахунок простих людей (що дуже нагадує сучасних олігархів). Та й на утримання дорогощик храмів збирали не гірше, ніж у нас – на ремонт шкіл. А храми були дорогощі якраз тому, що це був один із тих найпростіших засобів, якими легко обманювати недумаючих людей: позолочена пафосність храмового убранства вражала неграмотних вірян сильніше за промови священників (тим більше, що вони робилися латиною, незрозумілість і містичність якої повинна була тільки наганяти страху).

А що ж це **давало людям**? Лише «**страх божий**», але негативні стимули і самі собою є малоефективними, а вкупі з неясними, багатозначними критеріями християнського благочестя вони ніяк не покращували моральність поведінки вірян, яка, до того ж, псувалася деморалізуючою бідністю одних і аморальною розкішшю інших (притому, що перше породжувалося другим і тим знецінювало будь-які моральні зусилля).

Тож в міру того, як поширювалося підприємництво, тобто люди починали рахувати гроші, накопичувати і пускати їх в обіг, починали й посилюватись вимоги, які потім стали

відмінною рисою Протестантизму: (1) здешевлення Церкви та (2) збільшення ефективності її морального впливу та психологічної допомоги. Перше було досягнуте скасуванням чернецтва та священництва, церковних обрядів та храмового убранства: безоплатно вести службу міг будь-який член громади, а проходила вона в молитовному домі без жодних прикрас, через що і гроші на неї збирали рідко й виключно на конкретну, обговорену з усіма мету, а тому – добровільно.

Друга ж вимога була реалізована методом групової роботи невеликих релігійних громад під час регулярних зустрічей у молитовному домі для читання Біблії й обговорення того, як розуміти і як застосовувати її ідеї в конкретних ситуаціях свого життя. Інакше кажучи, це був водночас і розвиток грамотності (адже читати взагалі корисно), і розвиток мислення (для трактування прочитаного), і осмислення й терапія своїх психологічних проблем.

2. Розум сучасної, світської людини є абсолютно незрозумілим, чому фаталістична ідея приречення, **напередвизначення її долі богом** ще до її народження є гуманістичною і прогресивною. По-перше, вона є такою порівняно з католицькою **ідеєю чистилища**, тобто можливості повного «відмазування» запеклого грішника навіть після його несвятої кончини, якщо його поплічники оплатять необхідну кількість панахид. А по-друге, ця ідея вимагає бути чесним не в останній момент – перед лицем покарання, а завжди – все своє життя і без жодних компромісів із совістю.

Це дуже схоже на відмінність болонської системи вищої освіти від старої, радянської, в якій «від сесії до сесії живуть студенти весело», адже можуть за дві останні ночі визубрити підручник і здати іспит чи залік (і так само швидко забути вивчене). Тоді як нинішня система привчає до

отримання балів на кожному занятті, що безумовно розумніше, і єдиний її недолік у нас в тому, що покарання «грішників» не дуже суворе і залишає шанси «викрутитись». Тоді як протестантська ідея напередвизначення таких шансів не залишала: якщо ти моральний «двієчник», тобі уготоване пекло, і ніяке каяття, молитви та панахиди це вже не змінять!

Головна ознака того, що ти не грішник – це **сила віри**, а ця сила **визначається** не показним благочестям у вигляді недільних походів у храм та оплати обрядів (як у католиків), а **способом життя – моральним**, а ще важливіше – присвяченим своїй «професії», тобто «призначенню» у найпершому сенсі цього слова (див. про це додаток 7). **Протестантське розуміння «професії»** відрізняється від нашого, не дуже серйозного, адже передбачає: якщо ти взявся за якусь справу, то доведь її до кінця, до успіху, а не кидай на півдорозі після перших невдач.

Ця **наполегливість і внутрішній локус контролю** стали визначальною рисою не лише протестантів, а насамперед підприємців – основи ринкового суспільства²⁰⁴). Вони не скаржилися, не шукали собі виправдань і не вимагали допомоги, а самостійно і вперто йшли до мети, яку ідеологи руху сформулювали однозначно: **успіх твоєї справи повинен бути цілком матеріальним**, адже якщо тобі багато платять, отже, ти майстер і працюєш натхненно (бог тебе надихнув). І хоча ти маєш стати заможним, але прагнеш цього не через жадібність, показної розкоші та насолоди владою, котру дають гроші.

Для протестанта гроші як показник успіху – це запорука його призначеності до спасіння, адже цю його обраність можна було визначити лише «дослідним шляхом», тобто **випробовуючи свою успішність** за цим матеріальним критерієм. Гроші як засіб отримання насолоди від життя його

²⁰⁴) Див. про це: Вебер М. Протестантська етика і дух капіталізму.
URL: <http://litopys.org.ua/weber/wbr07.htm>

цікавили найменше – він вів аскетичне життя, витрачаючи їх на найнеобхідніше і вкладаючи решту у свою справу. З точки зору психології він **уберігався від двох пасток** одразу: від нав'язливої манії накопичення (на кшталт Гобсека, Плюшкіна та наших олігархів) і від фальшивої гордості за свою бідність під час лютої заздрості до багатих (яка й видавала нещирість такого – католицького, православного та комуністичного аскетизму).

Це був чесний і відкритий підхід до вирішення **моральної дилеми**: бути багатим чи ні? Гроші, як і влада псують людей, і католицизм віками на цьому наголошував. Але бідність і тим більше – злиденність не роблять людину кращою, навпаки – вони провокують її деградацію. Ось чому розвинуте ринкове суспільство стимулює заможність робітників, а всі попередні соціальні системи намагались утримувати людей в бідності, а отже, і в невігластві та примітивізмі. Тож прагнути до матеріального успіху, але не засліплюватись ним, **зосередитися на процесі, а не на меті** (цілком у буддистському дусі) – це було ідеальним рішенням названої дилеми.

Це рішення на інакшій ідейно-релігійній основі (конфуціанській, синтоїстській) було застосоване і в інших країнах, що переходили до ринку, і всюди воно сприяло розвитку підприємництва, нових технологій та збагаченню всього суспільства (а не лише окремих олігархів). А головне – воно розвивало самоповагу та самоефективність²⁰⁵⁾ людей, їх чесність і вміння відстоювати свої права, що було психологічним підґрунтям ринкового та демократичного суспільства, заснованого на чесній конкуренції. Тож і героями суспільної свідомості були ті, кого називали

²⁰⁵⁾ Самоефективність за А. Бандурою див.: Шапошник Д. О. Психологічні детермінанти самоефективності особистості. Вісник ХНУ імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. 2011. № 985, вип. 48. С. 37–40. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2011_985_48_11

«selfmademan», – люди, які «самі себе зробили», а відтак, ставлення до багатства не було ні заздрісним, ні класово-ненависним.

Натомість тих, хто успіху не досяг, а тим більше – здався, спустив руки, їх ніхто не жалів, як це роблять у нас, і не спішив на поміч, навпаки – їх сторонилися, як чумних, тому що реально **боялися «заразитися» їх невдачливістю**. І хоча ідею, що їх бог прирік до пекла, сьогодні вже не згадують, але слово «looser» залишається найгіршою образою, куди страшнішою за будь-які матірні. Тому ніхто й не дозволяє собі потрапляти в цю категорію, на відміну від України, де система дуже турбується про бідних і бездарних, даючи їм додаткові шанси за кожної невдачі, тоді як успішним людям тут швидше встромляють палки в колеса.

Психологічно аналізуючи цю ідею, давайте задамося питанням: чи можливо, щоб невеличка кількість людей (не одиниці, які є винятком) були **«невдахами»**, тобто людьми, у яких постійно не виходить те, що вони роблять? **Чи є взагалі таке явище**, чи це перебільшення та образливий ярлик? Як не дивно, але це явище існує: насамперед такими стають люди, яким комфортно бути невдахами, адже саме так вони без зусиль отримують необхідну їм дозу співчуття; і те, що у нас їх жаліють, лише збільшує їх кількість і бажання маніпулювати добровільними помічниками.

Проте бувають і безкорисливі невдахи, яких навіть язик не повертається так називати, адже вони сумлінно працюють, з усіх сил намагаються не допустити помилки, а тим не менш регулярно їх припускаються, і чим більше цього бояться, тим частіше. Мабуть, очевидно, що якраз їх **надмірний самоконтроль** і зіграв з ними злий жарт, але це ще не пояснює, чому саме з ними і в чому тут є надмірність? По-перше, чутливі люди і справді часто страждають (іноді кажуть: притягують неприємності), адже в них менше грубої

сили, напору та витривалості, завдяки яким інші люди навіть не помічають деякі невдачі.

А по-друге, вони обирають неправильну, непритаманну їм методику вирішення проблем – свідомий контроль за своїми діями. Однак чутливі люди – емоційні, і це не вада, а здібність, яку вони неповною мірою використовують. Річ у тім, що емоції – це «мова» підсвідомості, яка і домінує в управлінні всіма їх діями і якій їм варто було більше довіряти, тобто не намагатися швидкі «автоматичні» рішення перевіряти свідомим контролем. У давніші часи їм би – з їх «везінням» порадили стати шаманом, тим паче, що надлишок самоконтролю неодмінно привів би їх до хронічної психосоматики та нервових зривів, що напевно «діагностувалось» би як «шаманська хвороба».

А чи можливо, з точки зору науки, «заразитися» чиєюсь невдачливістю? Ця думка здається абсолютно містичною та мракобійною, проте насправді вона цілком слушна: ефекти емоційного зараження поширені не лише в юрбі, а й у груповому та міжособистісному спілкуванні, і ці ефекти підтримуються роботою «дзеркальних нейронів» мозку. Зрозуміло, що емоційно люди заражаються не самою «невдачливістю», яка є абстрактним терміном, що описує певний результат людських зусиль. **Неможливо заразитися результатом, а от емоційним станом**, що регулярно призводить до такого результату – **можна**.

Тому ідеї кальвінізму та лютеранства, про суть яких потрібно прочитати самостійно, не варто сприймати зверхньо, як наслідок середньовічного догматизму, адже в дечому вони перевищують наші нинішні погляди.

3. Відомо, яку важливу роль у протестантських країнах (Німеччині, Англії, США) відіграє поняття «свобода», відчуття свободи, політична привабливість свободи. В католицьких, як і православних країнах цьому слову не

надають настільки великого значення і тому нашим студентам навряд чи зрозуміло, навіщо взагалі піднімати таке дрібне й далеке від життя питання. Однак для розуміння протестантської ментальності, як і розуміння успішних людей взагалі, - без цього не обійтись.

Свобода є нібито протилежністю напередвизначення, але якщо ви уважно читали попереднє питання теми, то розумієте, що ідея «божого приречення» є лише психологічною перепорою для хитрого виправдання своїх лінощів і вона не лише не відбирає права старатися й доводити всім свою спроможність, а навпаки – вимагає цього. А ще вона засуджує «лузерів», тобто вважає їх (а не «приречення») винуватцями своїх невдач, і, фактично, передбачає наявність у них свободи вибору: досягати чи здатися.

Інакше кажучи, **«свобода» у протестантизмі – це синонім відповідального вибору**: ти вільний у своїх рішеннях, але маєш усвідомлювати, що наслідки їх будуть украй радикальні – або успіх і визнання, або невдача і таврування зроблять тебе «лузером». У католицьких і православних країнах амплітуда можливих наслідків не така категорична: якщо ти успішний, ти «молодець, але щось тут нечисто», а якщо ти зіштовхуєшся з невдачами – «не біда, ми тобі допоможемо». Очевидно, що останній варіант – колективістський, в якому кращим не варто висовуватись, а гіршим не дадуть відстати. Натомість **протестантське розуміння «свободи» заохочує індивідуалізм**, тобто не егоїстичну зневагу до інших, а самостійність, сподівання на власні сили й упевненість у них.

Католицька доктрина говорила, що людина вільна обирати бога чи диявола, але не пояснювала, як саме відбувається цей вибір: свідомо християнин навряд чи обере диявола, а якщо це стається несвідомо, то Церква мала б навчити технології правильного вибору (якісь медитації,

самонавіювання). Але насправді Католицькій Церкві чесне вирішення цієї проблеми було ні до чого, адже саме її **невирішеність дозволяла нав'язувати вірянам почуття провини** в будь-якій ситуації і за будь-якого перебігу подій.

Психологічно почуття провини пригнічує і демотивує, а отже є шкідливим і для їх виробничої продуктивності, і для суспільної моралі. Але це не хвилювало Католицьку Церкву, адже **суспільство**, яке її породило і в систему якого вона була інтегрована, **було традиційним**, тобто **люди діяли, як заведено** – не дуже старанно, але не думаючи, добре це чи ні, і не прагнучи більшого. І на ділі свободи вибору у них не було ніякого – ні в цілях, ні в методах, ні в результатах, і навіть почуття провини їм не давали позбутися.

Саме тому ні католики, ні православні, ані комуністи (які користуються лише модифікацією тих же християнських ідей) не цінували свободу і не розуміли, навіщо вона потрібна. Ось чому росіяни досі говорять українцям: «Ну що, при диктаторі більш ситі були? Що вам дала ваша свобода?», і лякають цим білорусів. Проте насправді **вибір не між свободою та диктатурою, а між індивідуалізмом і колективізмом**. Причому останній принцип життя є нічим не гіршим від першого; більше того, в Японії чи Китаї він дає всі можливості для розвитку особистості та сучасного виробництва.

Біда нашого колективізму лише в тому, що він заснований на безвідповідальності – успішних не заохочують, а винних не карають. Щоправда заохочення і покарання – це взагалі стимули із суспільної системи індивідуалізму, в якій **протестантизм** прищепив справжнє розуміння відповідальності та свободи (а також **мотивацію змагальності та досягнень**). Тоді як для суспільної системи **колективізму** притаманна **мотивація належності**, відданість сім'ї (якою може бути і фірма) та ентузіазм спільної творчості

(яка теж є свободою, але не свободою раціональних рішень, як у протестантів, а свободою художнього мислення).

А отже, від існуючого досі середньовічного колективізму необхідно переходити або до індивідуалістичної свободи та відповідальності, або до справжнього, сімейного колективізму та свободи творчості, яку ця «сім'я» заохочує та використовує. Втім, в умовах індивідуалістичної свободи теж має місце **своєрідний «колективізм»**, який називається «партнерством» або «асоціацією» і означає, що громада (або напарник) несе матеріальну відповідальність за свого члена, а він у свою чергу боїться її підвести і дотримується всіх, навіть усних домовленостей. Наприклад, американець із дитинства і все життя є членом якогось «boy's club», «athletic club», студентського братства, професійного клубу тощо – із суворими ритуалами ініціації (в дусі «таємних союзів» первісних племен) та безумовною відданістю.

Тобто індивідуалізм не робить людину «островом», відірваним від інших, а лише формує справжню самостійність. Більше того, якраз така самостійність (автономність) кожного члена і створює справді згуртований і спрацьований колектив, тоді як **неавтономність особистостей породжує невротичну співзалежність та уніфікуючу корпоративність**, а не колектив. Тож протиставлення всіх цих термінів не є «чорно-білим» і вимагає достатньо тонкого та компетентного розрізнення їх суті та сфер застосування.

Розглядаючи питання дев'ятої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Які **соціальні та психологічні причини** Реформації та які **основні зміни** в конфесійному житті та ментальності людей вона здійснила?

2. Які **причини виникнення** культу мучеників у протестантизмі та яких **психологічних змін** він **добивався**?

3. Які психологічні **якості** мала **сформувати** ідея **напередвизначення, спасіння вірою та випробування обраності**?

4. Як пов'язані ідеї **напередвизначення та формування індивідуалізму**?

5. У чому відмінність **середньовічного й протестантського розуміння свободи** і через які **соціальні зміни** стала **необхідною** така зміна розуміння свободи?

6. У чому відмінність **ставлення до праці та багатства між протестантами та католиками**, в якій поведінці це виявлялось у обох конфесій і які **психологічні причини** такої поведінки?

7. Які **способи психологічного впливу** у **баптистів, англікан та методистів**, і які психологічні **причини їх поширення**?

8. Які **способи психологічного впливу** у **квакерів, менонітів та амішів**, і які психологічні **причини їх поширення**?

9. Які **способи психологічного впливу** у церков **Християнської науки, адвентистів та церков руху святості**, і які психологічні **причини їх поширення**?

10. Які **способи психологічного впливу** у **п'ятидесятників, єговістів та мормонів**, і які психологічні **причини їх поширення**?

* * *

Додаток 9. Долання екзистенційної тривоги лютеранством і кальвінізмом

З книги: Фром Е. Втеча від свободи. URL: <https://knigogo.com.ua/chitati-online/vtecha-vid-svobody/>

У середньовічному суспільстві економічна організація міст була порівняно статичною. З часів пізнього Середньовіччя ремісники були об'єднані в цехи-гільдії; кожен майстер мав одного або двох підмайстрів, а кількість майстрів визначалася необхідністю задоволення потреб громади міста. Хоча серед них завжди були й такі, хто мусив працювати дуже багато, щоб заробити собі на життя, зазвичай член цеху міг бути впевнений, що робота його прогодує. Якщо він робив якісні стільці, черевики, сідла тощо, то цього було достатньо, щоб забезпечити собі належний рівень життя, який за традицією відповідав його соціальному стану. Він міг розраховувати на «плоди своєї праці», якщо вживати це поняття не в богословському, а в простому, економічному сенсі.

Цехи перешкоджали серйозній конкуренції між своїми членами й зобов'язували їх до співпраці у сферах придбання сировини, розвитку технології виробництва та у встановленні цін на готову продукцію. Цехи завжди були пройняті монополістичним духом і намагалися захистити невелику групу від новоприбульців. Середньовічний ринок був порівняно малим, його функції легко усвідомлювалися: він напряму встановлював чіткі та зрозумілі відносини між попитом і пропозицією.

Якщо ми тепер підсумуємо все сказане про вплив на людину соціальних та економічних змін у XV–XVI століттях, то отримаємо таку картину. Індивід звільняється від економічних і політичних кайданів. Він також набуває позитивної свободи – завдяки активній і незалежній ролі, яку йому доводиться грати в новій системі. Водночас він звільняється від зв'язків, що давали йому відчуття безпеки й належності до якоїсь спільноти. Життя більше не проживали в тісному світі, в центрі якого була людина. Світ став безмежним і, проте, загрозливим. Утративши конкретне місце в цьому світі, людина втратила й відповідь на питання про

сене життя. У результаті людину охопили сумніви щодо того, ким вона є і в чому сенс її життя.

Їй загрожують потужні сили, які стоять над особистістю – капітал і ринок. Відносини людини зі своїми близькими, кожен з яких є для неї потенційним конкурентом, стали відчуженими й ворожими. Людина – вільна, а це означає, що вона самотня, ізольована, під загрозою з усіх боків, пригнічена відчуттям нікчемності й безпорадності. Нова свобода неминуче вселяє невпевненість і безсилля, сумніви, самотність і тривогу. Щоб мати можливість успішно функціонувати, людина якось повинна позбутися цих почуттів.

Саме на цій стадії розвитку й виникли лютеранство та кальвінізм. Нові релігії були не релігіями багатого вищого класу, а середніх містян, міської бідноти й селянства. Вони зверталися саме до цих верств населення, оскільки проголошували, зокрема, нове відчуття свободи й незалежності. Проте нові релігійні доктрини не просто виявили свіжі почуття, породжені змінами економічної системи, вони здійснили дещо більше, а саме загострили ці відчуття й водночас запропонували рішення, що дозволяло індивіду впоратися з невпевненістю, яка інакше була б нестерпною.

Упродовж тривалого періоду до Реформації католицької теології були притаманні певні принципи: доктрина про те, що людська природа, хоч і зіпсована гріхом Адама, внутрішньо прагне до добра; людська воля – незалежна у своєму прагненні до добра; зусилля людини сприяють її спасінню; а святі дари церкви, які вона здобула завдяки смерті Христа, можуть врятувати навіть грішника.

Система Лютера, наскільки вона відрізнялася від католицької традиції, мала дві складові; причому в загальній картині його системи, загальноприйнятій у протестантських країнах, на одній із цих складових завжди наголошували

більше, ніж на іншій. Перший аспект свідчить, що Лютер дав людині незалежність у питаннях релігії; він позбавив церкву її влади й віддав цю владу індивіду; його концепції віри та спасіння душі – це концепції особистого досвіду індивіда, у яких вся відповідальність лежить на самій людині, а не на владі, що могла б дати їй те, чого вона не може досягти сама. Другий аспект сучасної свободи – це ізоляція і безсилля, які вона принесла індивіду; і це сягає своїм корінням протестантства, так само, як і аспект незалежності.

Лютер вважав, що в людську природу закладена гріховність, яка спрямовує волю до зла, тому людина не здатна зробити жоден добрий вчинок, бо така її природа. Людська природа зла й порочна. Уявлення про природну гріховність людини, її неспроможність обирати з власної волі добро є наріжною концепцією всього мислення Лютера. Це переконання в гнилизні й безпорадності людини, у її нездатності зробити щось добре з власної волі – одна з головних передумов одержання Божої благодаті. Лише якщо людина принизить себе, відмовиться від індивідуальної волі, від власних гордощів, тільки тоді зійде на неї милість Господня.

Вчення про те, що людина – безсиле знаряддя в руках Божих (або в руках Сатани), що вона в основі своїй є порочною, що єдине її завдання – підкоритися волі Господа, і що Бог може врятувати її незбагненим актом правосуддя – всі ці ідеї не могли бути остаточною відповіддю для людини, настільки переслідуваної розпачем, занепокоєнням і сумнівом, і яка в той же час настільки пристрасно жаждала впевненості. *Такі ірраціональні сумніви не можуть бути усунені раціональними відповідями; вони можуть лише зникнути в тому випадку, якщо індивід стає невід'ємною частиною осмисленого світу.* Якщо ж цього не сталося, як не відбулося з Лютером і з тим класом, який він представляв, то *сумніви можуть бути лише пригнічені*, так би мовити,

загнані всередину; а це можна зробити лише за допомогою якоїсь формули, що обіцяє повну впевненість.

Палке прагнення до впевненості, яке ми знаходимо у Лютера, відбиває не щирю віру, а необхідність придушити нестерпні сумніви. Рішення Лютера – це сьогоднішнє рішення дуже багатьох людей, хоча вони мислять і не в богословських термінах: **впевненість досягається відмовою від своєї ізольованої особистості, перетворенням себе на знаряддя могутньої зовнішньої сили.** Для Лютера такою силою був Бог, і Лютер шукав упевненість у беззастережній покорі Богові.

Теологія Лютера висловлює те почуття безсилля і сумнівів, яке відбиває стан індивіда, що виник у результаті соціально-економічних змін. Представник середнього класу був так само безпорадним перед обличчям нових економічних сил, і йому дуже припала до душі ідея Лютера, що звільнившись повним самозреченням від своєї особистості з усіма її недоліками і сумнівами, ти позбудешся почуття своєї нікчемності і станеш причетним до величі Господа. У наші дні *ця тенденція прийняла крайню форму у фашистській доктрині, яка проголошувала, що метою життя є її принесення себе в жертву «вищій» силі: вождю або расовому суспільству.*

Теологія Кальвіна, яка зіграла в англосаксонських країнах таку ж роль, що лютеранство в Німеччині, була і в богословському, і в психологічному плані аналогічна теології Лютера. Хоча Кальвін і виступав проти влади церкви, проти сліпого прийняття католицьких доктрин, його вчення також засновано на безсиллі людини; лейтмотив його мислення – самоприниження і руйнування людської гордині. Лише той, хто зневажає цей світ, може присвятити себе світу прийдешньому і покласти на всесилля Боже.

Кальвін заперечує також, що добрі справи можуть привести до спасіння. Ми взагалі до них не здатні: «Ніяка

справа, зроблена благочестивою людиною не уникла би засудження Господнього перед суворим судом Його». Кальвін висунув нову версію приречення, стверджуючи, що Бог не тільки повинен обмежувати, кому буде дарована благодать, але і задалегідь прирікає інших на вічне прокляття.

Порятунок чи засудження не залежить ні від якого добра або зла, скоєного людиною при його житті, але наперед визначене Богом до її появи на світ. Чому Бог обирає одних і проклинає інших – це таємниця, незбагненна для людини, і не слід намагатися проникнути в неї. Він це робить, тому що йому завгодно таким ось чином проявляти свою безмежну владу. Бог Кальвіна, незважаючи на всі спроби якось зберегти ідею властивої йому любові та справедливості, володіє всіма якостями тирана, який не лише позбавлений любові до будь-кого, але не має і поняття про справедливість.

Доктрина приречення має двоякий психологічний сенс. З одного боку, вона виражає і підсилює почуття безпорадності й нікчемності індивіда. Жодна доктрина не могла б більш чітко сформулювати безглуздість людської волі та людських зусиль. Вирішення долі людини повністю вилучене з її рук; людина не може зробити нічого, щоб змінити це рішення, вона лише безвільне знаряддя в руках Бога. Інший сенс цієї доктрини полягає – як і у Лютера – в тому, що вона повинна заглушити ірраціональні сумніви, які у послідовників Кальвіна і у нього самого мали той же характер, що у лютеран і самого Лютера.

На перший погляд здається, що доктрина приречення повинна, швидше, посилювати, а не заглушати ці сумніви. Чи не повинна людина ще більше мучитися сумнівами, якщо вона дізнається, що ще до народження їй призначене чи спасіння, чи то вічне прокляття? Як може вона бути впевнена у своїй долі? Хоча Кальвін не стверджував, що таку

впевненість можна якось обґрунтувати, фактично і він сам, і його послідовники були переконані, що вони належать до обраних; ця переконаність походила з того ж механізму самознищення, про який ми говорили, розглядаючи доктрину Лютера.

Але хоча доктрина приречення, здавалося б, дає непохитну впевненість у спасінні тих, хто сильно вірить, сумніви все ж залишаються десь у глибині, і їх потрібно знову і знову придушувати всезростаючою фанатичною вірою в те, що релігійна громада, до якої належить людина, якраз і є обраною Богом частиною людства.

У кальвіністській доктрині приречення є одна сторона, яку необхідно відзначити особливо, оскільки ця ідея була піднята на щит в ідеології нацизму. Це – **принцип природженої нерівності людей**. Для Кальвіна існували дві категорії людей: ті, які будуть врятовані, і ті, яким судилося вічне прокляття. Оскільки їх доля призначена ще до народження, ніхто не може її змінити, що б він не робив протягом свого життя. Отже, людська рівність заперечується в принципі: люди створені нерівними. З цього принципу випливає і неможливість солідарності між людьми, оскільки заперечується найсильніший чинник, що лежить в основі цієї солідарності, – спільність людської долі.

Кальвіністи наївно вважали, що вони – обранці, а всі інші прокляті Богом. Очевидно, що в цьому переконанні проявляється психологічне підґрунтя: презирство і ненависть до людей, та сама ненависть, яку вони приписали Богу. І хоча сучасне мислення вело до дедалі вищого визнання рівності людей, кальвіністський принцип ніколи не зникав остаточно. Доктрина, яка стверджує, що люди нерівні через їх расову належність, є вираженням все того самого принципу. Раціоналізація тут інша, але психологічний зміст той самий.

Друга відмінність кальвінізму від вчення Лютера – і дуже істотна відмінність – полягає в утвердженні важливості

моральних зусиль і добродесного життя. Ніякими зусиллями людина не може змінити свою долю, але сам факт цих зусиль є знаком його належності до обраних. Чесноти, якими повинна володіти людина, – це скромність і помірність, справедливість (в тому сенсі, що кожен повинен отримати належну йому частку) і благочестя. Надалі добродесному життю й безперервним зусиллям кальвінізм надавав дедалі більшого значення, особливо стверджуючи, що успіхи в земному житті, які можуть бути після цих зусиль, є знаком спасіння.

У тому, що кальвінізм так наполегливо наголошував на необхідності добродесного життя, полягав особливий психологічний сенс. Кальвінізм вимагає, щоб людина постійно намагалася жити по-божому і ніколи не послаблювала цього прагнення; воно повинно бути безперервним. Ця доктрина перебуває у видимому протиріччі з доктриною марності зусиль людини для її порятунку; набагато більш підходящою відповіддю здається фаталістична відмова від будь-яких зусиль, проте деякі психологічні міркування показують, що це не так.

Тривога, відчуття безсилля і нікчемності, а особливо сумніви щодо своєї долі після смерті, – всі ці чинники створюють гнітючий душевний стан, якого практично ніхто не може витримати. Важко уявити собі людину, яка відчула б такий страх і при цьому була би здатна відпочивати, радіти життю і спокійно дивитися в майбутнє. **Позбутися від нестерпного стану невпевненості, від паралізуючого почуття власного убогства можна лише тим способом, який так виразно пропонує кальвінізм: *розвинути гарячкову діяльність, робити що-небудь.*** Водночас активність набуває примусового характеру: індивід повинен бути діяльним, щоб подолати своє почуття сумніву та безсилля. Зусилля й активність такого роду відбуваються не з

внутрішньої сили та впевненості у собі; ні, це відчайдушна спроба позбутися тривоги.

Безперервне зусилля в кальвіністській доктрині має ще й інший психологічний сенс. Сам факт невтомності людини в її зусиллях, якісь досягнення в моральному вдосконаленні або в мирських справах служать більш-менш явною ознакою того, що людина належить до числа обраних. У кальвінізмі такий сенс зусиль став частиною релігійного вчення. Спочатку це стосувалося в основному моральних зусиль. Але з плином часу акцент все більше зміщувався в бік мирської діяльності та її результатів. Отже, економічний успіх перетворився на знак милості Божої, а неуспіх – на знак прокляття.

Психологічно це було важливо, адже для мобілізації **всіх сил людини внутрішня мотивація є набагато ефективнішою від будь-якого зовнішнього тиску.** Зовнішній примус завжди викликає психологічну протидію, яка знижує продуктивність праці або робить людей нездатними до вирішення завдань, що вимагають розуму, ініціативи та відповідальності. Мотивація до праці, за якої людина сама стає своїм наглядцем, цих якостей не блокує. Немає сумніву, що **капіталізм не зміг би розвиватися, якби переважна частина людської енергії не була спрямована на роботу.** В історії немає іншого періоду, коли вільні люди настільки повно віддавали свою енергію єдиній меті – роботі.

Але *пригнічена тривога й ворожість, яка не знаходить прямого вираження, розростається до такої міри, що опановує людиною цілком, визначаючи її ставлення до всіх оточуючих і до себе самого, хоча і в замаскованій, раціоналізованій формі.* Лютер і Кальвін втілили цю всепоглинаючу ворожість. Справа не лише в тому, що вони самі – особисто – належали до найбільших людиноненависників серед провідних історичних діячів, у всякому разі, серед релігійних лідерів. Набагато важливіше,

що їх вчення пройняті духом ворожості і могли бути привабливі лише для людей, охоплених тієї самої напруженою пригніченою ворожістю. Найяскравіше ця ворожість проявляється в їхньому уявленні про Бога, особливо у вченні Кальвіна.

Крім проєкції своєї ворожості та заздрісності на Бога та непрямого прояву цих почуттів у формі морального обурення, був ще один вихід цієї ворожості: вона зверталася на себе. Існує справжня скромність, яка не має нічого спільного з ненавистю до себе, точно так само як існує і справжня совість, і справжнє почуття обов'язку, аж ніяк не засновані на ворожості. Ця справжня совість становить частину повноцінно розвиненої особистості; дотримуючись вимог своєї свідомості, така особистість стверджує себе. Однак **те «почуття обов'язку», яке ми бачимо в житті сучасної людини від епохи Реформації і до наших днів – і в релігійній, і в мирській раціоналізації, – яскраво забарвлене ворожістю по відношенню до себе.** «Совість» – це наглядач, приставлений до людини нею самою. Вона змушує її діяти відповідно до бажань і цілей, які вона вважає своїми, в той час як насправді вони є інтеріоризацією зовнішніх соціальних вимог, і зокрема – економічної потреби у фанатичній роботі.

Ми зазвичай вважаємо, що свобода слова – це останній крок у переможній ході свободи. Але забуваємо при цьому, що хоча свобода слова дійсно є важливою перемогою над тиранічними обмеженнями, сучасна людина перебуває в такому становищі, коли багато з того, що «вона» говорить і думає, насправді думають і говорять інші. *Поки людина не набула здатності мислити оригінально, тобто самостійно, не має сенсу вимагати, щоб ніхто не заважав висловленню її думок.* Іншими словами, ми зачаровані зростанням свободи від сил, зовнішніх щодо нас, і як сліпі не бачимо тих внутрішніх перепон, примусів і страхів, які готові позбавити

будь-якого сенсу все перемоги, здобуті свободою від перепон зовнішніх.

Капіталізм не лише звільнив людину від традиційних зв'язків негативної свободи («свободи від»), а і зробив величезний внесок у розвиток позитивної свободи («свободи для»), у розвиток активної, критичної та відповідальної особистості. Водночас він не знищив, а навіть посприяв її егоїзму. Егоїзм – це вид жадібності, і, як будь-яка жадібність, він має ненаситність, у результаті якої справжнє задоволення в принципі недосягне. **Егоїзм корениться саме в нестачі любові до себе.** Хто себе не любить, не схвалює, той перебуває в постійній тривозі за себе, а саме цю тривогу і використовує економіка капіталізму.

Тема 10. Психологія ісламу

1. Ханіфи та пророцький рух в Аравії²⁰⁶). Мухаммед: харизматичний проповідник, полководець, організатор держави і церкви, творець писання і законів, засновник нової етноконфесійної спільноти²⁰⁷).
2. Коран²⁰⁸) і Сунна²⁰⁹). Віровчення ісламу²¹⁰).

²⁰⁶) Пиотровский М. Б. Пророческое движение в Аравии VII в. URL: www.piotrovsky.org/books/rus/23-rus.pdf ;

²⁰⁷) Черницын С. Феномен пророческой деятельности Мухаммеда. URL: www.rsl.ru/datadocs/doc_100vu.pdf;

http://library.nlu.edu.ua/POLN_TEXT/KNIGI_2009/ISLAM/ISLAM_1986.htm#Мухаммад; Панова В. Ф., Вахтин Ю. Б. Жизнь Мухаммеда. URL:

<https://www.e-reading.club/book.php?book=43536>;

<https://religions.unian.ua/islam/871570-mifi-pro-proroka-muhammeda.html>;

²⁰⁸) Пиотровский М. Б. Коранические сказания. URL:

<https://www.rulit.me/books/koranicheskie-skazaniya-read-543184-1.html>;

Библия и Коран: сравнительный анализ. URL:

<http://psylib.org.ua/books/aliza01/index.htm>;

²⁰⁹) Про Сунну див.:

https://www.krugosvet.ru/enc/kultura_i_obrazovanie/religiya/SUNNA.html

3. Шаріат²¹¹⁾. Джихад²¹²⁾.
4. Напрями в ісламі: сунізм, шиїзм, ісмаїлізм²¹³⁾, ваххабізм²¹⁴⁾.
5. Суфії²¹⁵⁾, асасіни²¹⁶⁾, алавіти²¹⁷⁾, друзи²¹⁸⁾.

²¹⁰⁾ Про віровчення див.: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Ислам>;
<https://collectedpapers.com.ua/ru/islam/musulmanske-virovchennya>;

²¹¹⁾ Див.: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Шариат>;
https://ru.wikipedia.org/wiki/Исламская_этика;
<https://web.archive.org/web/20111001002841/http://slovar-islam.ru/books/i.html#Ism>;

²¹²⁾ Про джихад див.:
https://www.krugosvet.ru/enc/kultura_i_obrazovanie/religiya/DZHIHAD.html;
<http://pgusa.ru/ru/stati/dzhihad-ideologiya-i-praktika>;
<https://cyberleninka.ru/article/n/dzhihad-kak-fenomen-v-islame>; Ямпольская Л.Н. Концепция джихада в исламской традиции. URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/kontseptsiya-dzhihada-v-islamskoy-traditsii>;

²¹³⁾ Про ісмаїлітів див.:
https://www.krugosvet.ru/enc/kultura_i_obrazovanie/religiya/ISMAILIZM.html;
<http://iransegodnya.ru/post/view/2449>; <https://ru.coursera.org/lecture/islam-istoriya-kultura/4-5-ismaility-i-ikh-rielighiozno-filosofskoie-uchieniie-6VFOy>;
https://ru.wikiislam.net/wiki/Феномен_числа_19;

²¹⁴⁾ Баширов Л. А. Ваххабизм: истоки, особенности вероучения. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vahhabizm-istoki-osobennosti-veroucheniya>; <https://mission-center.com/traditional/394-islam/1014-sai-vahabizm>;

²¹⁵⁾ Про суфіїв див.: <https://www.dw.com/ru/суфизм/a-707878>;
<https://ru.encyclopedia-of-religion.org/sufism.html>; Идрис Шах. Путь суфиев:
http://www.lib.ru/FILOSOF/SUFI/HIDAYAT/sufii.txt_with-big-pictures.html;
Нурбахш Д. Психология суфизма:

<http://psylib.org.ua/books/nurbj01/index.htm>
<https://kulturologia.ru/blogs/080618/39239/>;
<https://arzas.academy/materials/1634>;
<http://mirmystic.com/forum/viewtopic.php?f=44&t=8453>;
https://ru.encyclopedia-of-religion.org/practices_of_sufism.html;

²¹⁶⁾ Про асасінів див.: <http://religion.babr.ru/islam/nizari.htm>;

²¹⁷⁾ <https://ru.wikipedia.org/wiki/Алавиты>;
<http://ru.hayazg.info/Алавиты>;
<https://www.rbc.ua/static/longread/syria/index.html>;
<https://news.rambler.ru/other/41484892-alavity-samaya-tainstvennaya-religiya-na-blizhnem-vostoke/?updated>

6. Прозелітичні переваги ісламу²¹⁹). Етапи розвитку ментальності та релігії.

Додаток 10. Духовне сп'яніння

1. В історії людства постійно борються дві ідеології та два способи життя – ті самі, що в Давній Греції були названі двома засадами світогляду: «Аполлонічним» (організованим, раціональним, але схильним до формальної праведності) та «Діонісійським» (стихийним, природним, але зовсім нестримуваним), у Китаї відповідали Конфуціанству та Даосизму, а сьогодні відрізняють Західну цивілізацію від Східної культури.

Так само і в історії будь-якої релігії завжди конкурували ці два способи релігійного життя: перемагав у масовості та прихильності влади перший, регламентований і бюрократично організований (**церковний**) спосіб, але у справжніх, переконаних віруючих у пріоритеті був другий – спосіб індивідуального (а не через церковників) духовного зв'язку із розчиненим у природі **пантеїстичним** божеством (а не монотеїстичним вершителем людських дол). Церковна (так би мовити «конвеєрна») версія релігії добивалася виконання моральних заповідей слабковіруючими людьми за допомогою страху посмертних покарань (у пеклі чи в іншому житті), а пантеїзм об'єднував невеликі громади мислячих вірян, яких не було потреби залякувати чи переконувати і які об'єднувались, щоб обмінятися винайденими засобами пізнання бога і світу та адекватного ставлення до нього.

²¹⁸⁾ <https://ru.wikipedia.org/wiki/Друзы>;
<https://www.sunhome.ru/religion/11557/p1>;
<https://macos.livejournal.com/1273055.html>;

²¹⁹⁾ Кимпаев С.К., Измайлова С. И. Прозелитизм в исламе. URL:
<https://cyberleninka.ru/article/n/prozelitizm-v-islame>;
<https://ashpi.livejournal.com/143526.html>; агресивність у Біблії та в Корані:
<https://ioy75.livejournal.com/3979580.html>

Пантеїстичний напрям будь-якої релігії дає найбільш цікаві для психолога методики вирішення психологічних проблем і досвід побудови ефективних взаємовідносин із людьми і власним життям. Однак церковний напрям є дуже важливим для розуміння ментальної специфіки кожного народу та формування толерантності щодо культурно відмінних зразків поведінки. Крім того, завжди цікавість для психолога викликають особи, які нібито «з нічого», в короткий час створюють нові релігії, нові держави, змінюючи життя мільйонів людей. Про них зазвичай думають, що це справжні генії, люди з колосальними знаннями і неймовірним інтелектом, визначним характером і здібностями передбачення.

Проте реальність набагато прозаїчніша: «пророки» – це здебільшого достатньо посередні люди, слабкостей у яких значно більше, ніж явних достоїнств, і єдине, в чому вони переважають інших, – це те, що вони розвинули в собі суперечливі, непокдані, як здавалось, якості, і зробили це саме для того, щоб подолати свої незлічені вади та комплекси.

5. Суфії не є одним із визнаних напрямів ортодоксального ісламу (а їх теорія і практика виникла, імовірно, задовго до нього). Вони взагалі швидше нонконформісти та революціонери цієї релігії, які, визнаючи на словах її канони, фактично ставлять усе з ніг на голову. Навчаючи індивідуальному зв'язку із богом, вони девальвують значення ісламської церкви, духовенства й чернецтва. Задля цього зв'язку суфії розробили безліч різних технік медитації, почасти схожих із буддистськими, а іноді – абсолютно унікальних, як-от кружляння дервішів²²⁰). А

²²⁰) Див.: Танцюющие (кружащиеся) дервиши. URL: <https://centralasia.club/uzbekistan/tantsuyushhie-dervishi>; Кружащиеся

головне, що в цих техніках стрижневим моментом було відсторонене споглядання, а не виконання завченої дії. Про це суфій Омар Хайям писав: «Хто зрозумів життя, той не спішить, Смакує кожну мить і споглядає, Як спить дитина, молиться старий, Як дощ іде і як сніжинка тане».

Суфії взагалі надавали перевагу багатозначним віршам і притчам, аніж логічному викладу своїх поглядів (так само, до речі, як і Ісус, який доносив свої ідеї притчами). І це не стільки тому, що їх переслідувала й не давала висловлюватись ортодоксальна церква, скільки тому, що бога не можна осягнути розумом (що визнає і церква, але все ж вимагає зачувати догми). Тому свій шлях пізнання бога вони порівнювали з любов'ю (до всіх його створінь) і з оп'янінням від цього почуття.

Завдяки найважливішій для них внутрішній свободі суфії не вважали за обов'язковим рабськи виконувати всі вимоги та приписи церкви. Однак, як і всі мусульмани, вони не пили алкоголь і тим більше не були п'яницями. Тож широковідомі рубаї, що прославляють хмільний напій, не варто розуміти буквально, адже – це алегорія для їх медитативного стану самовіддачі божій волі та втрати власного розуму²²¹).

б. Прозелітизм – це навернення у свою віру, яке може відбуватись як силоміць, так і «м'якими» засобами, тобто не **примусом**, а **стимулами**, які залишають іновірцям вибір: або отримати преференції за перехід (**конверсію**), або мати обмеження прав, залишаючись у своїй вірі. Прозелітизм виникає лише на етапі монотеїзму, адже релігія, що розвинулася до цього рівня, прагне посісти монопольне становище в думках окремих людей і в суспільстві в цілому, а

дервиши на Україні. URL: <https://interesko.info/kruzhashhiesya-dervishi-na-ukraine/>;

²²¹) Див. про це: **Додаток 10. Духовне сп'яніння**

отже, вступає в конкуренцію з іншими релігіями і вважає священним обов'язком перемогти їх за будь-яку ціну. Серед традиційних монотеїстичних релігій, якими є всі **аврамічні** релігії – юдаїзм, християнство та іслам, лише юдаїзм не займається **місіонерством** (тобто пропагандою своєї віри²²²), але це тому, що він не за всіма ознаками перейшов на монотеїстичний етап розвитку релігій.

Тож підсумовуючи розгляд основних світових релігій, варто сформулювати чотири етапи розвитку ментальності та релігії.

Першим етапом було згадуване вже **дологічне мислення**²²³: нездатність розуміти причинно-наслідковий зв'язок подій і заміна **закономірностей** на **заборони табу** та **обов'язкові дії-ритуали**, а також утворення пояснювальних схем через **магічні «закони»** суміжності й причетності. Основна **мотивація** людей – **гіперколективістська** (відчуття своєї невідокремленості від інших людей, тварин і речей і потреба у взаємодії з усім світом), а ставлення до **нероздвоєного світу** і, зокрема, до духів і богів – рівне, «братерське», засноване, втім, на абсолютному фаталізмі. Це називається синкретизмом, тобто – нероздільністю міфологічної свідомості, яка не роздвоює світ на природний і надприродний, усе вважає підвладним собі і водночас себе – підвладним усім зовнішнім силам: людям, хижакам, стихіям, духам.

Цій ментальності відповідають несистематизовані **проторелігійні** уявлення: анімізм, фетишизм, тотемізм, культ предків, магія (лікувальна, шкідлива, промислова, поховальна, гадальна, шаманізм, ініціація), а також **політеїзм**

²²²) Термін «місіонерство» описує передусім сам процес пропаганди й агітації, тоді як «прозелітизм» описує переважно результат – факт переходу у свою віру. А в усьому іншому – це синоніми;

²²³) http://epistemology_of_science.academic.ru/456/дологическое_мышление

(зокрема, античний і слов'янський язичницький), який поєднує ранні форми релігії у певну систему міфологічних поглядів та ритуальних вимог (котрі поки ще не мають морального характеру). Цей етап починається із неоліту (VII–III тис. до н. е.), коли матріархат і матріцентризм змінювалися патріархатом, почався перехід до землеробства і скотарства, по всьому світу створювалися мегалітичні споруди, перші міста і держави, щоправда не як політично-правові організації, а як «кооперативи» із обслуговування торгівлі. Закінчується ж він у бронзову та залізну добу (I тис. до н. е.), коли спроби сформувати на базі т. зв. «військової демократії» стійкі державні утворення виявляються марними: пряма демократія робила поліси слабкими у боротьбі проти централізованих держав, а політеїстична релігія «розбухала» від напливу нових богів і не могла інтегрувати суспільство.

Другий етап виявляється у **недалекоглядній раціональності**: нездатності дотримуватися правил і мислити повноцінними абстракціями (які через це замінюються «ярликами», тобто т. зв. «пустими абстракціями», що узагальнюють непов'язані між собою речі без єдиної логічної підстави), а тому виконання розрахунку лише на один крок уперед – на перспективу негайної вигоди, без розуміння подальших наслідків цього кроку; ця ментальність керується не логікою, а емоціями (притому найпростішими – заздрістю та пожадливістю, і тому називається також – **недалекоглядним гедонізмом**²²⁴), і тому обмежується релігійним освяченням **таліонного** права, тобто закону рівної відплати, та родової упередженості (самовідданої підтримки сородичів і такої ж лютої ворожнечі до іноплеменників).

Основна мотивація людей – **груповий егоїзм** (гордість за свою належність до надзгуртованої групи та вірність і

²²⁴ Про недалекоглядний гедонізм див.: <https://texts.news/istoriya-sotsiologii-knigi/lektsiya-kultura-subkultura-53217.html>

відданість їй), а ставлення до людей і богів – благоговійне, але – активне, з ентузіазмом і самовідданістю. Цій ментальності відповідає світоглядно-релігійний **антагоністичний дуалізм** (маніхейство, зороастризм) та **генотеїзм** (віра в єдиного бога свого народу та у ворожість богів інших народів, – як це спершу було в юдаїзмі), а також – виникнення перших справді моральних вимог до поведінки віруючих. Прикладом є ведична релігія, ранні юдаїзм та синтоїзм. Цей етап починається у залізну добу²²⁵⁾ (I тис. до н. е.), коли влада перестала бути результатом і місцем докладання героїчних зусиль найчестолюбніших осіб племені, що обиралися до неї за успіхи і виганялися під час невдач (як це було на попередньому етапі), і стала більш рутинною, а головне – більш організованою справою, та почала передаватися у спадок (адже на цьому рівні організованості державного апарату було вже неістотним, хто стоїть біля керма). Закінчується цей етап тоді, коли зникає національно-політична потреба у сепаратизмі й пошуках державної та релігійної особистості (у різних народів це було у різні часи, а деякі його проминули).

Третій етап – це більш послідовна, **партикулярна раціональність**: здатність дотримуватись правил і мислити повноцінними абстракціями, хоча й лише в межах добре засвоєної професії, і водночас – нездатність робити це за її межами, в усіх інших питаннях; а тому компетентність і обґрунтованість суджень в одній сфері й недалекоглядна раціональність – в усіх інших. На практиці це призводить до т. зв. «**подвійної моралі**»²²⁶⁾, яка відкрито не проголошується (як це було на попередньому етапі), але фактично виявляється у гуманності щодо «своїх» і в антигуманності щодо всіх інших (єретиків, відьом, поган). **Мораль** же розуміється як

²²⁵⁾ Про «Залізну добу» в історії див.:

<http://www.socionauki.ru/journal/articles/130369/>;

²²⁶⁾ https://uk.wikipedia.org/wiki/Подвійні_стандарти

соціальна пасивність, **безкінечне терпіння** і **конформізм** щодо будь-яких дій влади і церкви. Основна **мотивація** людей – масова **покірنا агресивність** (боязнь виділятися і розрядка психічної напруги на тих, хто це робить), а ставлення до людей і бога – самопринижене і пасивне.

Цій ментальності відповідає **монотеїзм** і національний **космополітизм** та **теократія** (злиття церкви і держави та тоталітарний контроль за свідомістю із постійним пошуком «ворогів»). Прикладом є три світові релігії – буддизм, християнство та іслам (хоча в буддизмі монополія на істину не запроваджується, оскільки це не повною мірою релігія). Починається цей етап тоді, коли **влада** остаточно **централізується** і потребує освячення своєї непохитності вірою у централізацію вищих сил. Релігійні **вимоги** й **ритуали уніфікуються**, так само, як і державні вимоги, а крім того, і ті, й інші доповнюються жорстким **бюрократичним контролем**, який виконує один і той самий **теократичний апарат**. Останній у цілком тоталітарному дусі вимагає від вірян слідкувати один за одним, не допускаючи жодних відхилень у думках і діях. Сам же теократичний апарат, крім покарання інакодумців, націлений ще й на **прозелітизм**, тобто на поширення своєї віри на нових територіях, що не випадково збігається із утворенням багатонаціональних імперій. І саме тоді, коли імперії виконують своє історичне призначення до кінця й потреба в них зникне, то разом із Середньовіччям закінчиться і цей, третій етап.

Останній, четвертий етап передбачає формування **автономної раціональності**: здатності дотримуватися правил і мислити повноцінними абстракціями в усіх сферах життя, проте лише в межах кількісної, **формальної раціональності** (в економічних розрахунках), тоді як **ціннісна раціональність** (що сприймає світ і людей цілісно, а не як інструменти для досягнення цілей, і тому є більш

адекватною) застосовується лише в особистих, позитивно-емоційних стосунках. На практиці це призводить до емоційного зубожіння й надмірного ділового **перфекціонізму** (а фактично – фанатизму), які справедливо порівнюють із алкогольною залежністю, називаючи ці риси «**трудоголізмом**», а також із її наслідками для особистості у вигляді т. зв. «**професійного (емоційного) вигорання**».

Основна мотивація людей – **індивідуалізм** та **конкурентність** (змагальна реалізація своїх інтересів та прийняття відповідальності за наслідки цього), а ставлення до людей і бога – **толерантне**, але **принципове**, засноване на щирій вірі у власні принципи, що обмежують жадібність і жорстокість. Цій ментальності відповідають богословські ідеї **особистої свободи** та **відповідальності** і водночас – **провіденціалізму** й **покликання**, а також принципи соціально-політичної **секуляризації** (відокремлення церкви від держави та **деідеологізації** суспільної свідомості), **церковної децентралізації** та ідейної терпимості. Прикладом такої **релігійної ідеології ринкових реформ** є християнський протестантизм, модернізоване китайське конфуціанство та сучасний японський синтоїзм. Цей період починається разом із формуванням ринкової економіки, для якої зазначені релігійні реформи та зміни у ментальності людей стають необхідним і обов'язковим базисом успіху, і триває до сьогодні.

Розглядаючи питання десятої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. Як діяли та яку **функцію** виконували ханіфи й аравійські **пророки** і які **переваги** над ними мав Мухаммед?

2. Наскільки **реальним** з точки зору психологічної науки є **поєднання** галюцинувальних **пророцтв** і **здібностей** арбітра, полководця та керівника держави в одній людині?

3. Перелічіть, в чому саме **віровчення ісламу** відрізняється від **християнського**, і в чому **відмінність ментальностей**, на які **розраховане** одне і друге **вчення**?

4. Які **моральні вимоги** висуває іслам, **що** в них **відрізняється** від християнських і **як** з ними **узгоджується** вимога **джихаду**?

5. Чим відрізняються **сунізм**, **шиїзм**, **ісмаїлізм** і **ваххабізм** і які психологічні **потреби** вони **задовольняють**?

6. Які **психотехніки** використовували **суфії** і які психологічні **вигоди** давало їх **використання**?

7. Чому **суфії** (зокрема, О. Хайям) у своїх віршах **вихваляли пияцтво**, хоча іслам забороняє вживання алкоголю, і про **який** психологічний **стан** тут ідеться?

8. Чим відрізняються **асасіни**, **алавіти** та **друзи**, і які психологічні **причини** їх **поширення**?

9. Чому **іслам** у своєму прозелітизмі **перемагав християнство** всюди, де вони конкурували на рівних умовах та в чому **прозелітичні переваги** одного та **недоліки** другого?

10. Покажіть **на прикладах** студентського навчання, на якому **етапі розвитку** ментальності та релігії перебуває зараз **Україна**, і **яким ознакам** це відповідає?

* * *

Додаток 10. Духовне сп'яніння

Мислення людей Сходу принципово відрізняється від західного: воно не є раціональним, і це не недолік, це – інакшість, яку потрібно зрозуміти (тим більше – психологу). На Сході не формулюють складних теорій і не вибудовують логічних конструкцій, що часто відриваються від реальності в руках західних мислителів. Можна сказати, що Схід узагалі зневажає логіку: системи богослов'я, як у християнстві, не

було ні в індійських, ні в китайських релігіях (а в останніх навіть проголосили, що «хто говорить – не знає, а хто знає – не говорить»).

Трохи інакше було на Близькому Сході, де в юдаїзмі і в ісламі довгий час обходилися без жодних теорій, використовуючи у спірних питаннях лише авторитетні судження окремих мудреців (що нагадує роботу прецедентного права – на відміну від права, що базується на кодексах). Втім, уніфікація бюрократичної церковної організації змусила їх створити систему догм і правил. І все ж переважна частина того, у що вірять мусульмани – це слова із Корану, який написаний віршами і складається із притч та емоційних виступів Мухаммеда.

У чому ж суть і достоїнство східного способу передачі змісту своїх релігій? У тому, що завдяки художній, образній формі цієї передачі, до людей доносилась емоційна сутність релігії, тобто те, як потрібно ставитися до людей – близьких і далеких, до обов'язків і розваг, і до життя взагалі, як потрібно і не можна вчиняти у конкретних ситуаціях, в чому виявляти свою віру тощо. Художня форма лягала прямо на підсвідомість і звідти виражалась у діях, не залишаючи можливості для порушення формально завчених вимог і софістичного їх виправдання через суперечності у богословській системі (що надто часто траплялось у християнстві).

Тож відсутність логічної аргументації – це швидше не вада, а перевага східних релігій. Саме завдяки цій перевазі мусульманські багатії не займаються здирництвом, як українські олігархи, і не ігнорують презирливо проблеми біднішого населення, а добровільно діляться своїми статками та вкладають гроші у ті сфери, що підтримують гідний рівень життя у своїх країнах.

Причому це робиться не у вигляді подачок через саморекламу, а як систему громадського розподілу доходів.

Відомо, що в Росії загальної суми доходів держави і приватних осіб вистачило б на те, щоб кожного жителя країни зробити доларовим мільонером або близьким до цього, але зробили це в Саудівській Аравії, тоді як у нашого північного сусіда абсолютна більшість населення живе на 140 і менше доларів на місяць.

Тому слова релігійних творів на Сході потрібно розуміти у переносному, а не буквальному значенні. Особливо це стосується віршів і притч, написаних суфіями, котрі були прихильниками і, ймовірно, продовжувачами психотехнік індійських йогів, тобто зосереджувалися на любові до бога, на художньому сприйнятті світу і на практиці, а не на догмах.

Переклад суфійських текстів неможливий без розуміння символів і подвійних значень наявних там образів. Так, зловживання спиртним і алкогольним сп'янінням у рубаях Омара Хаяма – це не пропаганда нездорового способу життя, а символ відмови від розсудкової зваженості та поринання у беззастережну любов до бога і всіх його творинь. Такий самий сенс і в описах любові до дівчини, зокрема й тілесної, адже мова знову про несамовиту пристрасність у всьому, чим людина займається, а не лише у сексі.

Крім того, погані настрої і звернення до алкоголю були метафорою їх негативізму щодо недостатньо справедливого світу, в якому так і не запанувало омріяне суфіями загальне братерство, щирість і чесність. І відбувалося це тому, що більшість людей виявляли віру лише через покірність до вимог і приписів церкви, а тому діяли формально і бездушно, зраджуючи цим божі настанови.

Символізм суфійської поезії заснований на захопленому визнанні божого Духа, що мешкає всередині нас. Згідно з цією символікою, «обійми» означають захват від свідомого єднання з божеством; «одруження» – це початок богопізнання; «вино» – це містичне вчення суфіїв; «лоза» і

«виноград» – це джерело вина, тобто сам «суфізм». «Таверна» – це храм, чи таємне місце навчання суфіїв; «коханий» – це символ, що означає «всєблагий», себто бог; «коханцем» завжди називається суфій, що спостерігає коханого. Термін «кохана дїва» вживається як символ божества, в сенсі предмета пристрасної любові «коханця»-суфія. У тому самому сенсі «коханої і коханця» застосовуються вирази «червона троянда», обожнювана «солов'єм»²²⁷⁾.

Тому західні перекладачі абсолютно помилково вважають цю натхненну поезію наївною і переповненою прикрасами, не знаходячи (й не передаючи) в ній нічого, крім чуттєвості й вакхічної розпусти. Так, західній ментальності важко сприйняти настільки ускладнену символіку, вони швидко втомлюються від неї, але для розуміння Сходу (як і людей іншої ментальності взагалі) немає іншого шляху, як неквапно заглибитись у метафоричність цих слів і відчутти емоції автора. Тож спробуємо це зробити через вірші Омара Хаяма.

<p>Проходять весни, зими пробігають - листочки книги нашої гортають. Пий, не журись! І лікарі, крім хмелю, ніяких ліків од журби не знають.</p>	<p>Ті, що поклони б'ють, наслідують ослам, Бо служать шахраям, шахрайський возять крам І найдивніше те, що під покровом віри Живуть кафірами і продають іслам!</p>
<p>Найкраще пить вино у віці молодїм, укупі з милою, з товаришем своїм,</p>	<p>В Каабі, в капищах, – дух рабства і покори. Співають рабству гімн церковні дзвони й хори,</p>

²²⁷⁾ Про суфійську символіку див.: Попойка и пирушка. URL: <http://www.sufism.ru/rumi/ch/ch0308.html>

<p>цей ненадійний світ на сон і пустку схожий, і п'ять без просипу – єдине щастя в нім.</p>	<p>Міхраби, храми, хрест – та це ж усе ознаки Терпіння рабського, його міцні підпори!</p>
<p>Шукав поради я у зошитах сторіч – і скорбний друг мені таку промовив річ: «Щасливий тільки той, з ким поруч мила – схожа на місяць-білозір у довгу- довгу ніч!</p>	<p>Єсть бик у небесах, Волосожаром зветься; Є й під землею бик, що бачить не дається. Хто ж оком розуму погляне, той помітить, Що посередині табун ослів пасеться.</p>
<p>Шукай людину скрізь: на бідному постой, У закутку нужди і в пишному покої. Одна душа жива за сто Кааб дорожча! Чому ж ідеш до них? Шукай душі живої!</p>	<p>Ти з глини сам зліпив мене, о Боже! Ти ковдру тчеш мені і стелиш ложе. Ніхто у голову мені, крім тебе, Ані добра, ні зла вписати не може!</p>
<p>О світе! Знаєш сам, які твої діла! Сидиш недвигою у башті гніту й зла! Одним добро даєш, а іншим – лихо! Тільки Це й знаєш ти, осел! Ні, гірший від осла!</p>	<p>Якою п'ятикою я відгуляв Своє друге й останнє весілля Я безплідний розсудок із ложа скидав, А в дружини небогу лози собі взяв.</p>
<p>Коли у небуття і ймення наше кане, Не згасне сонечко у небі полум'яне. Нас не було, та світ не був від того гірший; Він не погіршає й тоді, як нас не стане.</p>	<p>Ось безпутний гувльвіса, хмільний вітрогон: Гроші, істину, смерть – все поставив на кін! Шаріат і Коран – не для нього закон. Хто на світі відважніший буде, ніж він?</p>

Тема 11. Психологія нових культур²²⁸⁾

1. Синкретичні культури²²⁹⁾. Неохристиянство²³⁰⁾. та близькосмертні враження²³¹⁾.
2. Сучасний окультизм²³²⁾. Сатанізм²³³⁾.

²²⁸⁾ Агеенкова Е. К. Психологические аспекты проблем распространения культов «нового времени». URL: <http://sobor.by/agienkova.php>; Акел А. О сектах, культурах и новых религиозных течениях в Америке. URL: <https://www.golos-ameriki.ru/a/a-33-2008-06-09-voa11/599406.html>; <http://ukrsekta.info/2008/09/27/psi.html>; http://libelli.ru/works/m_zher.htm;

²²⁹⁾ Таевский Д. А. Синкретические религии и секты. URL: https://lib.uni-dubna.ru/search/files/rel_sinkr-rel/rel_sinkr-rel.pdf; <http://www.arcto.ru/article/375>; <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-funktsionirovaniya-sinkreticheskikh-religioznyh-sistem-na-primere-kompensatornoy-funktsii>; https://www.kunstkamera.ru/files/lib/978-5-88431-211-1/978-5-88431-211-1_30.pdf; <https://www.ranepa.ru/docs/dissertation/dannenberga-n-dissertation.pdf>; <https://katab.asia/2016/10/25/umbanda/>; <http://www.rodon.org/relig-120229103634>; <http://cubansalsa.ru/post/santeria>; <http://www.vokrugsveta.ru/vs/article/6794/>;

²³⁰⁾ Неохристиянство в Україні: <https://www.religion.in.ua/main/analitica/8815-religioznaya-set-ukrainy-k-2011-godu-chast-ii-protestantizm-neoxristianstvo.html>; Рогатин В. Н. Участие неохристианских религиозных движений в современной политической жизни Украины. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/uchastie-neohristianskih-religioznyh-dvizheniy-v-sovremennoy-politicheskoy-zhizni-ukrainy>; <http://ukrsekta.info/static/coc.html>; про растафаріанство: http://www.jewukr.org/observer/jo08_27/p0901_r.html;

²³¹⁾ Див.: <https://integraltranslations.wordpress.com/2013/04/26/soznanie-posle-smerti/>; <http://www.skeptik.net/clinic/terminal.htm>;

²³²⁾ <http://www.wiki93.ru/index.php/Телема>; <https://castalia.ru/perewody/telema-perevody.html>; Стайн Д. Основы рейки. URL: <http://priya.com.ua/upload/literatura/books/dajana-stajn/dajana-stajnosnovi-rejki.pdf>; <http://www.lifexpert.ru/articles/reiki/>; <http://chaostarantula.narod.ru/SaL.html>; https://www.liveinternet.ru/users/maya_monahova/rubric/4582545/page1.html

²³³⁾ Запретная история. Внутри культа Сатаны (док. фільм). URL: <https://www.dailymotion.com/video/x3u85r3>; Бартон Б. Тайная жизнь

3. Неоорієнталізм²³⁴⁾. Нью-Ейдж і неошаманство²³⁵⁾.
4. Неоязичництво²³⁶⁾. Вікка²³⁷⁾, вуду²³⁸⁾, мольфарство.
5. Харизматичні культури²³⁹⁾.
6. Деструктивні культури²⁴⁰⁾.

сатаниста. Авторизованная биография Антона ЛаВея. URL:
<http://loveread.ec/contents.php?id=71078>;
<http://www.dslib.net/filosofia-religii/sovremennyj-satanizm.html#2083393>;
<https://www.bbc.com/russian/features-43752917>;
<https://psyfactor.org/satanism.htm>; <https://postnauka.ru/faq/58450>;
<http://www.altruism.ru/sengine.cgi/13/61/2/4>;

²³⁴⁾ Про неоорієнталізм:

<https://www.kharkovforum.com/showthread.php?s=ae8252cd4c7f93da49ebf0e968768499&t=218604>; <http://www.sektam.net/forum/topic/2220-y-vzay-kravchenko-ai/>; <http://www.dsnews.ua/society/prosvetlenie-ili-sharlatanstvo-chem-zaumetsya-fond-devida-17112017220000>;
<http://evolkov.net/cults/TM/germ.research.1980.rus.html>; <https://nlo-mir.ru/religia/7491-sluchaj-iz-transcendentalnoj-meditacii.html>;
<http://skepdic.ru/transcendentalnaya-meditaciya/>; http://www.kistine.ru/sects/brahma_kumaris/brahma_kumaris_about.htm;
<https://roeline.livejournal.com/15233.html>;

²³⁵⁾ Про неошаманство див.:

<http://ru.knowledgr.com/01034041/Neoshamanism>;

²³⁶⁾ Неоязичництво як феномен релігійної культури ХХ-ХХІ ст.
URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NznuoairD2009_2012_6_18;
<https://ru.wikipedia.org/wiki/Неоязычество>;
<http://www.religiopolis.org/religiovedenie/5730-rodnoverie.html>;
<http://hram.in.ua/biblioteka/apolohetyka/247-book247/2796-title3450>;
<https://tureligious.com.ua/formuly-substantsij-yazycheski-kontseptsiji/>;
<http://udmurt.info/library/napolskikh/neyaz.htm>;

²³⁷⁾ Про Вікку: <https://meilin.ucoz.ru/index/0-35>;

²³⁸⁾ Про Вуду: <https://www.pravda.ru/mysterious/38585-vooodoo/>;
Фальк Р., Брукс А. Когда зомби оживают... Призрачная магия Черного континента. URL: <http://loveread.ec/contents.php?id=74064>;

²³⁹⁾ Про харизматичний рух:
https://risu.org.ua/ua/index/reference/major_religions/33655/;
<http://argumentua.com/stati/khristiane-na-trope-voiny-sande-adeladzha-leonid-chernovetskii-i-novy-mirovoi-poryadok-dokum>

²⁴⁰⁾ Про деякі деструктивні секти:
<http://www.vokrugsveta.ru/article/301572/>;

Додаток 11. У чому психологічна привабливість сатанізму?

Зазвичай релігія дає людям щось корисне і навіть конче необхідне (згадаймо *функції релігії*), а вимагає від них хіба що «членських внесків» на релігійну організацію та порядності щодо інших людей (тобто адаптує людей у суспільстві). Іноді віруючих навіть критикують за те, що вони шукають в релігії той психологічний ресурс, який не можуть знайти всередині себе, і підозрюють релігію в якомусь свідомому обмані. А насправді надання такого ресурсу і є головною ознакою справжньої релігії, і у виконанні цієї функції вона нічим не гірша за будь-які інші джерела ресурсів.

Натомість культу, які називаються «новими», відрізняються якраз тим, що фактично нічого не дають своїм членам, а лише вимагають і отримують від них усі можливі психологічні, соціальні та матеріальні жертви. Постає питання: навіщо людям цей паразитизм культур, адже будь-яке шахрайство (а тут мова саме про нього) рано чи пізно викривається і стає неефективним, тоді як культу продовжують існувати, попри всі розвінчання? Імовірно, причиною є віктимність, тобто готовність бути жертвою і

<http://ansobor.ru/articles.php?id=154>; Бойл Дж. Секты-убийцы. URL: http://ukrsekta.info/2009/08/22/dzhejjms_dzh_bojil_sektyubijjcy.html; <https://fakty.ua/112996-600-sektantov-sovershili-samosozhzhzenie>; <http://www.furfur.me/furfur/culture/culture/178857-santa-muerte>; <http://bogdanclub.info/archive/index.php/t-5351.html>; <http://www.apologetika.ru/19-Новости+культуров/67-1832-+Нигерия+детей+мучают+и+убивают+по+указанию+пасторов+обвиняющ их+их+в+колдовстве>; http://www.spletnik.ru/blogs/pro_zvezd/156048_kratkaya-istoriya-nxivm; <https://www.drive2.ru/c/511132995134948310/>

карати себе за якісь гріхи²⁴¹). Іншою причиною є бажання віддатися якійсь справі повністю, щоб відчути себе корисним і важливим. Ось чому серед завзятих прибічників нових культів багато людей із вищою освітою, які в умовах дуже формалізованої роботи не знайшли застосування своїм креативним здібностям.

Втім, пробудження самовіддачі (а тим більше – креативності) не є свідомою метою культів, а стає випадковим, побічним наслідком їх закликів до розгальмування всіх внутрішніх зажимів і відкидання заборон. Нові культи тому і не є різновидом справжньої, повноцінної релігії, що вони націлені не на потреби своїх членів, а виключно на психологічні, соціальні та матеріальні вигоди лідера: його самоствердження за рахунок інших і задоволення від влади, а також – особисте збагачення. Крім того, нові культи насаджують фанатизм, який не є ні вищим проявом, ні будь-яким взагалі проявом релігії, адже не базується на розумінні ідей (зокрема моральних) та особливого ставлення до світу цієї релігії, а використовує їх лише як привід для примусу, покарання та інших насильницьких дій, які задовольняють єдину потребу фанатика – у помсті, в реалізації своєї злості та ненависті.

Власне в цих негативних почуттях і криється секрет неймовірного впливу лідерів нових культів (які за здібностями і «харизмою» є дуже посередніми, невиразними особистостями): вони скеровують ненависть психологічно травмованих осіб на всі об'єкти їх попередніх захоплень і прив'язаностей, звинувачуючи останніх у бідах своїх adeptів (чого легше добитись, аніж заспокоїти засмучених людей), а всі почуття прихильності та любові, які тепер вивільнилися, зосереджують на «культі особистості» лідера.

²⁴¹) Іноді це є прихованим від самого себе способом маніпулювання, який називається *мартіризація*. Див.: <http://www.psy-center.com.ua/ukr-dictionary-204/view-13074/martirizaciya.html>

1. Серед новітніх **синкретичних культів** варто розглянути кубинську Сантерію, в якій поєдналися політеїстичні африканські уявлення та християнські іпостасі і святі як доповнення пантеону. До цього ж типу належить і культ водної богині Марії Ліонси в «народному католицизмі» Венесуели, в якому обоюноється біла жінка і який водночас є містерією вшанування леопарда-барса. Схожими є культ Святої Смерті в Мексиці, та бразильські Умбанда, Макумба і Кандомбле. Однак є і більш парадоксальні синкретичні культури, наприклад, Хрислам, який прагне примирити й поєднати християнство з ісламом, і в нього це почасти вдається, причому не лише в Нігерії, а й у США та Німеччині²⁴²).

Що ж до **неохристиянства**, то варто згадати мормонів і розглянути Церкву Христа та растафаріанство, а також популярні квазінаукові дослідження **близькосмертних вражень**, тобто досвіду людей, які, переживаючи клінічну смерть, бачили райдужні вогні, що їх вабили, та відчували присутність бога. Варто, однак, згадати, що люди, які переходили у **змінені стани свідомості** інакшим чином, наприклад, вживаючи ЛСД, також описують радісні **зорові галюцинації** та відчуття **ейфорії**, розчинення свідомості у навколишньому світі та збагнення вищих тайн всесвіту (хоча вголос вони при цьому вимовляли якусь нісенітницю). А головне – кожен під дією ЛСД **бачив і відчував те, до чого був готовий і схильний**: веселі переживали радість, сердиті – злість, мислителям відкривались ідеї, художникам – образи, а спортсменам – рухи тіла. І так само, як уві сні наша психіка перетворює зовнішні сигнали у якісь картини, наближені до

²⁴²) Про Хрислам див.: <https://tureligious.com.ua/khryslam-myssyia-voly-bozhyey/>; <https://www.disput.az/topic/403736-хрислам-завоевывает-сша/>; <https://yuritikhonravov.livejournal.com/44719.html>; <https://pesreakzii.livejournal.com/387324.html>

індивідуального досвіду, подібним же чином сигнали, що отримує людина під час клінічної смерті, перетворюються у такі образи, до яких людина звикла у своїй світоглядній системі. Ось чому в Середні віки люди бачили демонів, а сьогодні – інопланетян і НЛО.

2. Говорячи про сучасний **окультизм**, необхідно згадати Телема (або Орден Східних Тамплієрів) А. Кроулі та Рейкі. **Сатанізм** нашого часу представлений насамперед Церквою Сатани Антона Шандора Ла-Вея. Шукаючи психологічні причини привабливості сатанізму, необхідно відрізнити його від явно контркультурної – за своєю природою – конфесії «Сатанинський храм» (про який варто почитати самостійно)²⁴³).

3. Нові орієнталістські культури (**неорієнталізм**) та їх доморошені автори, зазвичай, *не цікавляться докладним вивченням* справжнього буддизму або даосизму, але намагаються *змішувати залишкові знання* із різних (і часто суперечливих) релігійних систем, додаючи до них власні вигадки та гучні фрази із сучасної мотиваційної попсихології, створюючи із цього «салату» кормушку для власних амбіцій або меркантильності. Серед таких культів слід розглянути У-вей А. Кравченка, Трансцендентальну Медитацію (ТМ), Брахма Кумаріс та Сударшан Крія²⁴⁴). Варто також познайомитися з особливостями культів Нью-Ейдж та неошаманством (одного з представників якого – К. Кастанеду – ми згадували).

²⁴³) Див.: Дьяволиада по-американски. Как «Сатанинский храм» стал оплотом религиозной свободы в США. URL: <https://www.bbc.com/russian/features-49446477>; <https://www.bbc.com/russian/news-46149947>; <https://uk.etcetera.media/u-ssha-viyshov-dokumentalniy-film-pro-tserkvu-satanistiv-voni-veseli-i-zovsim-ne-strashni.html>

²⁴⁴) Про Сударшан Крія див.: <https://www.proza.ru/2015/06/01/1656>

4. Серед **неоязичницьких** організацій варто розглянути якусь із українських, зокрема – Рідна Віра, РУНВіра, Ладовіра, Ягновіра, Орантійці, та якісь іноземні, на кшталт однізму, друїдизму, Нового Акрополя²⁴⁵). Здебільшого вони підживлюють **інтерес** до підзабутих **історичних коренів своєї нації** (або самі живляться на цьому інтересі) і не претендують на роль справжньої релігії, але коли в цю напівгру **втручаються політики**, що намагаються сіяти націоналістичні та расистські упередження, то віра в ці вигадані «корені» набуває **фанатичної сили** та **жорстоких проявів**, як це, власне, і було з німецькими прихильниками арійства у часи Гітлера. А деякі з них мають уже чимало прихильників і зажили неоднозначної слави, з якою варто розібратися, щоб не пасти жертвою пропаганди та піару. Зокрема, необхідно познайомитися з такими неязичницькими рухами, як Вікка, Вуду та мольфарство.

5. **Харизматичні культу** вирізняє насамперед культ особистості лідера – **гуруїзм**²⁴⁶), **елітаризм** – своєрідна манія величі усіх членів, **алармізм**, тобто катастрофічно-апокліптичні погляди, **прозелітизм**, а також очікування чудес і знамень, часто **екзальтація** та **глосолалія**. Всі ці та інші особливості необхідно розглянути на прикладі неоп'ятидесятників²⁴⁷) та нігерійських проповідників-харизматів, зокрема варто познайомитися з діяльністю С. Аделаджі та В. Мунтяна²⁴⁸).

²⁴⁵) <https://www.liveinternet.ru/community/4927701/rubric/3165007/comments/friends/page12.html> (знайти на сторінці запис «Новый Акрополь» Легенды и мифы); <https://giharka.livejournal.com/4885.html>;

²⁴⁶) https://www.psychology.vuzlib.su/book_o275_page_9.html;

²⁴⁷) Каклюгин Н. Ресоциализация или индоктринация? URL: <https://rusk.ru/st.php?idar=155320>;

²⁴⁸) Про С. Аделаджу див.: Преступный синдикат «Посольства Божьего». URL: <http://ua3000.info/articles/4/2010-08-28232.html>;

6. **Деструктивні культу** відрізняються тим, що *не прагнуть* віддячити вірянам якоюсь *психологічною допомогою* за їх вірність (не виконують жодної функції релігії), а навпаки – (1) прагнуть усіма способами, зокрема – і шкідливими для здоров'я **експлуатувати цю відданість** через свої егоїстичні цілі. А щоб цей очевидний паразитизм не усвідомили члени культу, їх (2) піддають **фізичному виснаженню та моральному пригніченню**, а це, зрозуміло, негативно впливає на їх здоров'я. Для деструктивних культів характерний, зазвичай, (3) **фундаменталізм**, (4) **алармізм**, (5) **безпринципність** у методах боротьби та (6) **приховування справжніх цілей та методів**, (7) **екстремізм**, (8) випробування відданості членів **вимогами самопожертви**, навмисне (9) **стимулювання психопатологій**. Розгляд таких культів варто почати із старообрядців²⁴⁹⁾, що існують донині (зокрема згадати скопців), а також сект: Біле братство, Нове покоління О. Ледеяєва, Аум Сінрікьо, Діти бога²⁵⁰⁾, Ананда Марга²⁵¹⁾,

https://www.bbc.com/russian/society/2011/09/110831_gods_embassy_ukraine;

про В. Мунтяна див.: Секта проводить массовые сеансы экзорцизма в центре Киева. URL: <https://www.unian.net/kyiv/836968-sekta-provodit-massovyie-seansyi-ekzortsizma-v-tsentre-kieva-video.html>;

<https://tsn.ua/ukrayina/skandalna-sekta-vidrozhennya-pid-viviskoyu-religiyi-proshthovhuyetsya-v-politiku-na-groshi-viryana-741291.html>;

<https://tsn.ua/ru/ukrayina/narkotiki-seks-bez-soglasiya-izvrascheniya-v-chem-obvinyayut-skandalnogo-pastora-vladimira-muntyana-byvshie-blizhayshe-pomoschniki-1561581.html>;

²⁴⁹⁾ Про самоспалення старообрядців: <https://knife.media/self-immolation/>; <https://www.gumilev-center.ru/ognepalnoe-prichastie/>; http://ec-dejavu.ru/s/Self_burning.html; Грекулов Е. Ф. Православная инквизиция в России. URL: <http://bibliotekar.ru/2-9-9-inkviziciya-v-rossii/index.htm>;

²⁵⁰⁾ Про «Дітей Бога» див.: <https://biography.wikireading.ru/207742>;

²⁵¹⁾ Романова Ю. Маргинальность Ананда Марга как специфический вариант синкретизма новых религиозных объединений XX века. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/marginalnost-ananda-marga-kak-spetsificheskij-variant-sinkretizma-novyh-religioznyh-obedineniy-hh-veka>; <http://ukrsekta.info/992-marga.html>

Галузь Давида Д. Кореша²⁵²), «Храм народів» Дж. Джонса, «Сім'я» Ч. Менсона, «Орден Храма Сонця» Ді Мамбро²⁵³), «Небесна брама» М. Еплвайта, «Рух за відродження десяти заповідей Бога» К. Мверінди та інших, яких, на жаль, є чимало²⁵⁴).

Розглядаючи питання одинадцятої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. У чому полягає **синкретизм Сантерії, Умбанда і Кандомбле**, які психологічні методи приваблення і впливу вони застосовують і як саме?

2. Які **потреби** задовольняє створення новітніх конфесій **мормонів, Церкви Христа та растафаріанства**, і в чому особливості психологічних **методів впливу** кожної з них?

3. У чому полягає **психологічна привабливість Телеми А. Кроулі** і чому її прихильниками стали **високоосвічені люди** (на кшталт американського піонера ракетобудування Джона Парсонса)?

4. У чому полягає **психологічна привабливість Рейкі** та які **психологічні методи** ця система застосовує?

5. У чому полягає **психологічна привабливість Церкви Сатани та Сатанинського храму** і які **психологічні методи** вони застосовують?

6. У чому полягає **психологічна привабливість і шкідливість** культу **У-вей** А. Кравченка,

²⁵² Про Д. Кореша та Ч. Менсона див.:

<https://esquire.ru/articles/27912-david-koresh/#part0>;

²⁵³ Про «Орден Храма Сонця» див.: <http://ufonews.su/text5/769.htm>;

²⁵⁴ Перелік та опис деструктивних сект див.:

<https://batenka.ru/resource/suicide/religiya-massovogo-samounichtozheniya/>;

http://www.topnews.ru/photo_id_11796.html;

<https://history.wikireading.ru/77755>

Трансцендентальної Медитації (ТМ) та Брахма Кумаріс і чим неошаманство відрізняється від справжнього шаманства?

7. У чому полягає **психологічна привабливість** вчення **РУНВіри, Вікки та Вуду** і в чому їх психологічна **шкідливість**?

8. На яких **психологічних прийомах** базується успіх діяльності **С. Аделаджі та В. Мунтяна** і в чому їх психологічна **шкідливість**?

9. На яких **психологічних прийомах** базується успіх діяльності **Білого братства, Аум Сінрікьо та Галузі Давида Д. Кореша** і в чому їх психологічна **шкідливість**?

10. На яких **психологічних прийомах** базується успіх діяльності **«Нового покоління» О. Ледяєва, «Дітей бога» Д. Берга та Ананда Марги** і в чому їх психологічна **шкідливість**?

* * *

Додаток 11. У чому психологічна привабливість сатанізму?

Поклоніння злим силам існувало в усіх країнах і в усі віки водночас було хоч і маргінальним і не масовим, але й не поодиноким явищем. І приписати його лише на рахунок психопатів і шизофреніків не можна: останні якщо і підкоряються «голосам», яких ототожнюють із дияволом, але не радіють цьому і не мають любові до того, хто з ними це «робить». А психопати, хоча і вчиняють «диявольські» речі, але не вважають це чимось особливим і не схильні за це комусь дякувати, не кажучи вже про те, що вони зазвичай прикидаються «нормальними» і не шокують оточуючих поклонінням сатані.

Тоді як серед «сатаністів» (які в історії по-різному себе називали) завжди переважали ті, хто якраз і прагнув шокувати. Ці люди кидали **виклик пануючій культурі** через

різні причини – наприклад, нерідко вони були національною або соціальною меншістю, яку надто агресивно принижували та гнобили представники більшості; і щоб якось реабілітувати себе хоча б у власних очах і пояснити зневагу до себе своєю вищістю, такі меншини створювали (1) **контркультурну релігію**, взявши за об'єкт почитання якраз ті **сили, котрі офіційна релігія відкидала** так само, як і їх.

Такими здавна були **езиди**, які й досі поклоняються «світлоносному ангелу», скинутому з небес за пихатість (він є аналогом Люцифера у християн та Ібліса у мусульман і явно запозичений в останніх)²⁵⁵). Втім, езиди демонструють не лише першу причину цього явища, а також і другу: намагання (2) **вийти за межі однобоких суджень про добро і зло**. Якщо згадати далекосхідні релігії – конфуціанство, даосизм, а також буддизм та індуїзм, то можна побачити, що їх сприйняття світу більш діалектичне й гармонічне, тобто вони не протиставляють добро і зло непоєднуваним чином, а вважають, що в усьому є і те, і інше.

Цей, явно мудріший підхід розвинули і езиди, говорячи, що **ангели** (зокрема і світлоносний Шайтан) **несуть у світ добро, зворотним боком якого є зло**: подібно до вогню, що дає світло, але за необережного поводження може обпалити. Доповненням виходу за межі однобоких суджень можна вважати і таку причину привабливості сатанізму, як (3) **розвиток толерантності шляхом долання упереджень**. Насправді розвиток культури завжди йде в напрямку все більшої терпимості до інакших людей та інакших ідей, хоча кожен крок на цьому шляху вимагає чимало жертв.

Ще якихось півстоліття тому великий вчений А. Тюрінг був засуджений в Англії за гомосексуальність, а нині його обличчя має з'явитися на англійських банкнотах, і подібні зміни відбуваються в усьому світі і щодо багатьох речей, які

²⁵⁵) Див. у цьому посібнику Тему 5. Психологічні особливості середньоазіатських релігій.

раніше засуджувалися. Щоправда конспірологи часто стверджують, що це вияв розпаду моралі під дією підступної пропаганди за методикою «вікон Овертона»²⁵⁶); мовляв, людство все більше дозволяє собі те, що раніше заборонялось, і це неухильно веде його до вседозволеності та деградації. Однак насправді поряд із розширенням меж дозволеного, в ході історії збільшується число того, з чим перестають миритися, і таким чином мова не йде про зникнення меж взагалі.

У межах цього процесу помітною і знаковою є діяльність секти «Сатанинський храм», яка всупереч «моторошній» назві більше схожа на громадянський активізм. Вони добивалися через суд, щоб в тих американських містах, де біля адміністративних будівель стояв хрест як символ однієї релігії, встановити статую Бафомета як символ іншої, їхньої релігії, оскільки за Конституцією жодній релігії не можуть надаватися привілеї²⁵⁷). Ця діяльність спонукає, по-перше, не миритися із застарілими привілеями християнської церкви та справді відокремити її від держави, а по-друге, – сприймати релігійні питання без середньовічної запеклості.

Ще однією причиною привабливості «сатанізму» в широкому сенсі цього слова є (4) **прагнення відновити давні історичні традиції**, пригнічені монополізмом християнства. Почнемо з того, що образ диявола був «списаний» із грецького козлоногого бога лісів Пана, який зовсім не був якоюсь демонічною постаттю і лише коли хтось порушував його спокій, він сердився і насилав на людей жах (звідки і слово «паніка»). Його **демонізували заради того, щоб знищити конкурентів християнства**, і разом з ним –

²⁵⁶) Див.: «Окно Овертона» как инструмент конспирологических теорий. URL: <https://knife.media/club/overton/>;

²⁵⁷) Див. документальний фільм про «Сатанинський храм»: <https://rezka.ag/films/documentary/31527-vo-slavu-tmy-2019.html>

усіх попередніх богів, яких не змогли замістити якимось власним святим (як-от слов'янський Велес був замінений св. Власієм, Перун – пророком Іллею, а Купала – Іваном Хрестителем, при тому, що дні їх вшанування припадали саме на дні язичницьких свят їх попередників).

Навіть слово «демон» у грецькій міфології було позитивним або нейтральним, а нинішній сенс набуло завдяки нетерпимості християнства. Подібне сталося і з «**відьмами**» – як із самим словом (що від початку означало «та, що відає» і було синонімом знахарки), так і з цілим розрядом народних цілителів. Ось чому в усіх християнських країнах сьогодні шириться мода на чаклунів, друїдів, гадалок, яка подеколи набуває форму релігії. Наприклад, у багатьох країнах і найбільше – у Британії поширена **Вікка** – неоязичницьке поклоніння природі та жіночому началу (яке ще називається Witchcraft, від слова «witch» – «відьма»).

Така сама негативна трансформація сталася і зі словом «**чорнокнижник**», адже завдяки християнству в Середні віки як у католицьких, так і в православних країнах насаджувалась і панувала суцільна неграмотність, а тому люди, що читали книги, викликали найгірші підозри, причому – на офіційному церковному рівні. А «чорними» книгами вважалися всі, крім церковних, та й вони були недоступні більшості до початку книгодрукування і перекладу Біблії на національні мови. Недарма ж попи не радили пастві читати взагалі й особливо переконували, що той, хто прочитає Біблію з початку і до кінця – збожеволіє.

Нарешті, є і така причина привабливості сатанізму, як можливість завдяки ньому (5) **звільнитися від прихованих табу, комплексів і психотравм**. Фактично так бувало ще в ті ж Середні віки, коли всі насельники якогось монастиря (переважно жіночого – через більшу вразливість жінок) неочікувано і разом починали виявляти ознаки **одержимості дияволом**: біснувато сіпалися, робили непристойні рухи,

говорили демонічними голосами незрозумілі речі, а головне – стверджували, що літали до нього на шабаш. Зрозуміло, що це були індуковане марення та масова істерія²⁵⁸⁾, але вони виникли не на рівному місці, а базувалися на панічному жаху згрішити²⁵⁹⁾ та надмірному контролі за цим, втома від якого неминуче призводила до кидання в іншу крайність. Проте саме ця, друга крайність і звільняла «одержимих» від надмірного страху та самоконтролю, що було «нормальним виходом із ненормальної ситуації».

Подібна «одержимість» зустрічається і в наші дні, надаючи привід так званим **екзорцистам** знущатися над психічно хворими людьми. Порівняно нещодавно, у 1980-х роках у США і ще деяких країнах набула масштабу психічної епідемії масова істерія щодо існування глобальної сатанинської змови²⁶⁰⁾. А у Чечні в 2005 році конверсійна істерія утворилася на фоні посттравматичних стресових

²⁵⁸⁾ Див.:

https://ru.wikipedia.org/wiki/Индукцированное_бредовое_расстройство;
https://ru.wikipedia.org/wiki/Массовый_психоз; 5 диких масових істерій.
URL: <https://ukr.media/medicine/330460/>;

²⁵⁹⁾ Страх був реальним, адже це були часи терору Інквізиції, існували посібники на кшталт «Молоту відьом» з детальним описом того, як укладаються договори з дияволом і проводяться шабаші. Див.: Шпренгер Я. Молот ведьм. М. 1990. 212 с. URL: <http://loveread.ec/contents.php?id=4787>; Прочко Ю. В. Договір з дияволом: західна і східна традиції // Український медієвістичний журнал. Львів, 2016. Вип. 2. Українське та європейське середньовіччя. 179 с. С. 65–76. URL: <https://lvivmedievalclub.files.wordpress.com/2016/09/d0b7d0b1d196d180d0bd0b8d0ba-v-2-01.pdf>; Одержимість дияволом. URL: <http://ibl.pp.ua/3/040173.html>; Горелов Н. Бич и Молот. Охота на ведьм в XVI – XVIII веках. URL: <https://www.e-reading-lib.com/book.php?book=36>; Мюшембле Р. Очерки по истории дьявола: XII–XX вв. URL: <http://fibusta.site/b/389549>; Орлов М. История сношений человека с дьяволом. URL:

https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/History/Orlov/_Index.php;

²⁶⁰⁾ Див.: https://ru.wikipedia.org/wiki/Сатанинская_паника

розладів від тягот війни²⁶¹). Взагалі з 1974 року по 2004 рік у світі було зафіксовано понад 70 випадків масового конверсійного (психогенного) розладу в таких країнах, як Франція, США, Японія, Англія, Йорданія, Іспанія²⁶²). І хоча ці розлади часто відбуваються на фоні, скажімо, страху перед щепленнями, але по суті вони теж засновані на вірі в ці нав'язані фобії.

Натомість сатанізм, наприклад – в інтерпретації Алістера Кроулі дає можливість кожному пережити свого роду «сексуальну революцію» і **звільнитися від внутрішніх зажимів і страхів** у цій сфері (принаймні поки справжня «сексуальна революція» не звільнила всіх). Ось чому винахідник першого ракетного двигуна в Америці, Джек Парсонс був відданим адептом того ж А. Кроулі, поєднуючи нібито несумісні речі – раціональну науку та ірраціональне вірування²⁶³).

Попередні п'ять причин відображали цілком «здорові» потреби людей і тому надавали можливість різним формам «сатанізму» (в широкому сенсі цього слова) виконувати корисні функції для суспільства або індивіда. Натомість ще одна причина спонукає швидше до патологічних проявів особистості, адже підтримує (6) **аутоагресивну віктимність**, тобто готовність бути жертвою і карати себе за якісь гріхи

²⁶¹) Див. : Китаев-Смык Л. А. Конверсионное заболевание женщин в Чечне: «эпидемия» индуцированных болезней или массовая истерия?

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/konversionnoe-zabolevanie-zhenschin-v-chechne-epidemiya-indutsirovannyh-bolezney-ili-massovaya-isteriya>;

²⁶²) Див.: Молчанова Е. С., Жолдасова Ж. А. Массовое диссоциативное расстройство в Жанаозене: предпосылки и механизмы формирования. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/massovoe-dissotsiativnoe-rasstroystvo-v-zhanaozene-predposylki-i-mehanizmy-formirovaniya>;

²⁶³) Див. про Дж. Парсонса: [https://ru.qwe.wiki/wiki/Jack_Parsons_\(rocket_engineer\)](https://ru.qwe.wiki/wiki/Jack_Parsons_(rocket_engineer)), а також – американський серіал «Странный ангел». URL: <https://rezka.ag/series/drama/27909-strannyu-angel-2018.html>

(котрі найчастіше є продуктом нав'язаних уявлень про вірцеву поведінку, яка на практиці є недосяжною, а ці уявлення насаджуються для формування почуття провини і маніпулювання людиною на основі цього почуття²⁶⁴).

Нарешті ще одна нездорова причина схильності до сатанізму потурає (б) патологічному **песимізму щодо власної неефективності та вірі в необхідність егоїзму і заподіяння зла для досягнення успіху**. Те, що в усіх перспективах, крім найближчої егоїзм і заподіяння зла є невігідні, доведено математично, так само, як і песимізм із навченою безпорадністю. Але цей висновок у більшості людей закладений на рівні традицій та індивідуальної підсвідомості, тож суперечити йому наважуються лише люди із зруйнованою чи патологічною особистістю.

Віра в сатанізм у цьому разі найбільше відповідає суті поклоніння дияволу і є, з точки зору психології, **містично-песимістичною**: по-перше, вона **базується на глибокому почутті безсилля та безпорадності**, - настільки глибокому, що людина просто відмовляється пробувати чогось досягати і щось міняти у житті своїми силами, мовляв, «мені не може так повезти» (тобто людина навіть у випадковий виграш не вірить, хоча це характерна риса всіх невдах). По-друге, людина покладає надії на темні сили, тому що не вірить і в допомогу інших людей (а навпаки – вірить, що її будуть обманювати й чинити їй зло). А тому, по-третє, їй залишається лише вірити в якісь містичні сили, причому обов'язково негативні, ті, що вимагатимуть від неї чималих жертв і страшних ритуалів, адже «їй не може так повезти», щоб її підтримали світлі сили і безкоштовно (саме тому віра в люблячого Ісуса її не переконує).

²⁶⁴ Див. про нав'язані правила, що породжують почуття провини: Уэйс Дж. Наши негласные правила. Почему мы делаем то, что делаем. URL: <http://www.rulit.me/books/nashi-neglasnye-pravila-pochemu-my-delaem-to-chto-delaem-read-276219-4.html>

Така віра провокує формування **розгальмованого, соціопатичного характеру** і приваблює людей, схильних до **зляканої агресії**, до помсти всім без розбору, які, до того ж, не вмюють і не хочуть стримувати ці потяги. Щоправда, таких людей якраз абсолютна меншість у складі населення (максимум 1–2%²⁶⁵) і тому цей варіант схильності до сатанізму найменш чисельний.

Тема 12. Психологія псевдо-релігійних систем

1. Комерційні²⁶⁶ та квазінаукові культу. Психокульту
2. Квазірелігія²⁶⁷ художніх «всесвітів», шопінгу²⁶⁸, спорту, фітнесу і ЗСЖ²⁶⁹, виживальників²⁷⁰ та дауншифтерів²⁷¹.

²⁶⁵ Див.: Бушковська Н. 1% населення – психопати. Які ключові риси психопатії. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2019/11/11/238869/>; але питома вага психопатів більша серед керівників вищих рангів. Див.: Салькова А. Босс-тиран – мечта психопата. URL: https://www.gazeta.ru/science/2018/01/24_a_11623705.shtml; Психопатия на рабочем месте. URL: https://ru.qwe.wiki/wiki/Psychopathy_in_the_workplace#Careers_with_highest_proportion_of_psychopaths;

²⁶⁶ Про комерційні культу див.: <https://psyfactor.org/mr-cults.htm>; <https://vc.ru/story/17131-herbalife-story>; <http://skepdic.ru/amvej-amway/>; <https://www.favor.com.ua/blogs/505.html>; <http://www.sektam.net/forum/topic/1161-статья-психологический-механизм-контроля-сознания-в-коммерческих-культурах-на-примере-корпорации-«amway»/>; <http://www.zerkalov.kiev.ua/node/273>; <https://cyberleninka.ru/article/n/mnogourovnevyy-dag.pdf>; <http://euroru.net/m/articles/view/Осторожно-МЛМ>; <http://www.kistine.ru/mlm/mlm.htm>;

²⁶⁷ Див.: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Квазирелигия>; Колкунова К. А. Современные концепции квазирелигий. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-kontseptsii-kvazireligiy>; а ще бувають: Любовь как квазирелигия. URL: <https://blackbastet.livejournal.com/256387.html>; про пародійні релігії – Джедаїзм, Пастафаріанство, Місіонерську церкву копімізму, Дискордіанство – див.: https://uk.wikipedia.org/wiki/Пародійна_релігійність

3. Ідеологічна псевдо-релігійність²⁷²⁾.
4. Тоталітарні секти.
5. Цілі та методи насадження фанатизму²⁷³⁾.
Депрограмування²⁷⁴⁾ та дебрифінг²⁷⁵⁾.

²⁶⁸⁾ Див.: Мировая религия – шопинг. URL:

<http://newzz.in.ua/main/1148856475-mirovaya-religiya-shopping.html>;

Посыпанова О. С. Экономическая психология: психологические аспекты поведения потребителей. URL: http://www.aup.ru/books/m245/7_1.htm;

²⁶⁹⁾ Мальцев И. ЗОЖ – это секта. URL:

<https://vz.ru/opinions/2021/1/23/1079407.html>;

²⁷⁰⁾ Ідеологія та психологія виживальників:

<https://posmotre.li/Выживальщик>; <https://lastday.club/prereps-and-survivalists/>; <https://snob.ru/profile/9682/blog/86305>;

[https://www.novayagazeta.ru/articles/2016/04/15/68219-v-ozhidanii-bolshogo-pesta](https://www.novayagazeta.ru/articles/2016/04/15/68219-v-ozhidanii-bolshogo-pesta;);

²⁷¹⁾ Про дауншифтинг див.:

<https://mir24.tv/articles/16274508/daunshifting-za-i-protiv>;

<https://psymod.ru/typy-lyudey/2356-daunshifter-kto-eto.html>;

https://zn.ua/SOCIETY/daunshifting_epidemiya_hhi_veka_ili_barskaya_bolez_n.html;

²⁷²⁾ Аронсон Э., Пратканис Э. Р. Эпоха пропаганды: Механизмы

убеждения, повседневное использование и злоупотребление. URL:

<https://www.e-reading.club/book.php?book=91968>; Хоффер Э.

Истинноверующий. Мысли о природе массовых движений. URL:

<http://evolkov.net/cults/books/Hoffer.E/>; Лифтон Р. Дж. Технология

«промывки мозгов». Психология тоталитаризма. URL: [http://ec-](http://ec-dejavu.ru/w/Washing_brain.html)

http://ec-dejavu.ru/w/Washing_brain.html; Почепцов Г. Контроль за разумом: від минулого до сьогодні. URL:

https://ms.detector.media/ethics/manipulation/kontrol_za_rozumom_vid_minulogo_do_sogodennya/;

Русский коммунизм. URL:

http://www.1260.org/Mary/Communism/Communism_Quasireligion_Totalitarian_sect_in_Russia_Berdyayev_ru.htm;

http://psyjournals.ru/sociosphere/2010/n4/35826_full.shtml;

²⁷³⁾ Павленко В. П. Фанатизм: історичні та соціальні корені:

монографія. Суми: СумДУ, 2008. 184 с. URL:

<http://rcrs.sumdu.edu.ua/images/pic/fanat.PDF>; Хассен С. Освобождение от психологического насилия. URL: [https://www.e-](https://www.e-reading.club/book.php?book=96526)

https://pidruchniki.com/88495/religiyeznavstvo/komertsiyni_kulti

6. Релігійно-політичний тероризм²⁷⁶⁾.

Додаток 12. Політична релігія

1. Як і всі інші псевдо-релігійні системи, **комерційні культу** створюються навколо цілком бізнесових або оздоровчих, на перший погляд, організацій, які, тим не менш, використовують відпрацьовані в межах релігії способи фанатизації своїх працівників та клієнтів, і хоча вони обурюються, коли їх називають культом, і працюють із суто економічними (точніше – меркантильними) цілями, але культове «програмування» особистості здійснюють абсолютно свідомо і тому можуть і навіть повинні

²⁷⁴⁾ Дуброу-Айхель Стив К. Депрограммирование: исследование одного случая. URL: <http://evolkov.net/cults/books/Dubrow-Eichel/index.html>; Грановская Р. М., Никольская И. М. Защита личности: психологические механизмы. Санкт-Петербург: Знание, 1999. 352 с. (Гл. 5). URL: <https://my.b-ok2.org/book/2881804/f76fb5>; http://ukrsekta.info/2009/01/02/proflaktika_psihologchnogo_nasilstva__manp_uljuvannja_svdomstju_ta_rozvitok_kritichnogo_mislennja_v_molodzhnomu_se_redovishh.html;

²⁷⁵⁾ Про дебрифінг: <http://iqholding.com.ua/articles/debrifing-za-dzh-mitchelom-yak-metod-roboti-z-voinami-uchasnikami-ato>; <https://texts.news/ekstremalnaya-psihologiya-knigi/125-psihologicheskij-debrifing-30647.html>;

²⁷⁶⁾ Эмануилов М., Яшлавский А. Террор во имя веры. Религия и политическое насилие. URL: <http://flibusta.site/b/380293>; Яхьяев М. Я. К вопросу об экстремизме в исламе. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-ob-ekstremizme-v-islame>; Курбанов Х. Т. Коран, джихад и «исламский экстремизм». URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/koran-dzhihad-i-islamskij-ekstremizm>; Муртазин М. Ф. Ислам и исламизм: пример трансформации религиозности в политику. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/islam-i-islamizm-primer-transformatsii-religioznosti-v-politiku>; <https://ru.euronews.com/tag/boko-haram>; https://uk.wikipedia.org/wiki/Релігійні_війни_в_Нігерії; <https://republic.ru/posts/62307>; <https://republic.ru/posts/62706>; https://life.ru/t/история/1123671/dzhikhad_kannibalov_kak_terroristy_boko_k_haram_navodiat_uzhas_na_afriku

оцінюватися саме як псевдо-релігійні культу. До таких культур належать компанії **прямих продажів** та **МЛМ**²⁷⁷, організації **комерційної йоги** (яка у своїх авторських «школах» далеко відійшла від оригіналу і лише користується «розкрученим» брендом цілковито «піратським» способом), **комерційні психотренінги** (які базувалися не стільки на відкритті якоїсь оригінальної техніки, скільки на незвичній формі проведення та якійсь екзотичній ідеї, яка «освячувала» таку форму й обіцяла непересічні результати застосування) тощо²⁷⁸. Серед мережевого маркетингу (МЛМ) варто познайомитись із фірмами Гербалайф, Amway, Тяньші²⁷⁹, Faberlic²⁸⁰, які доволі часто використовують ідеологію (бо це не зовсім психологія) Р. Кійосакі²⁸¹. Методи комерційної йоги легко зрозуміти, ознайомившись, наприклад, із журналом Yoga²⁸², що не має жодного відношення ні до релігії (чи філософії) йоги, ні до науки про неї, але кидається в очі категоричність нав'язуваних ним ідей, більшість із яких передбачають витрату грошей читачами. А серед комерційних психотренінгів потрібно знати такі відомі, як

²⁷⁷ Про МЛМ: https://new-retail.ru/marketing/popast_v_seti_7_samykh_izvestnykh_mlm_kompaniy3746/ https://pikabu.ru/story/setevoy_marketing_sekta_svideteley_roberta_kiyosaki_chno_i_kak_prodayut_chast_pervaya_4108271;

²⁷⁸ Про історію комерційних психотренінгів див.: <https://subscribe.ru/archive/psychology.zavisimost/thread/612510>; <http://angaraido.livejournal.com/55012.html>; <http://www.ansobor.ru/articles.php?id=116>;

²⁷⁹ Про Тяньші див.: <https://www.novayagazeta.ru/articles/2014/08/27/60882-kak-iz-menya-delali-zombi>;

²⁸⁰ Про Faberlic див.: <https://www.liveinternet.ru/community/4927701/rubric/3165007/comments/friends/page12.html> (знайти на сторінці запис «Босиком по углям вперед к продажам»);

²⁸¹ <http://www.sektam.net/forum/topic/1141-книги-р-кийосаки/>;

²⁸² Журнал Yoga див.: <https://www.journal-off.info/journal-health/34172-yoga-journal-5-6-2019.html>

Метод Сільва²⁸³), ЕСТ (Ерхарда семінар-тренінг)²⁸⁴) або Лайфспрінг²⁸⁵).

Квазінаукові культури – це **спіритизм, парапсихологія та екстрасенсорика, УФОлогія і телегонія** тощо. А організації – це Раеліти²⁸⁶), культури Крайона, П. Іванова, Г. Грабового, Анастасії, О. Асауляк, а також наукові фріки на кшталт «космічних комуністів»²⁸⁷) та трансгуманістичної конфесії «Терасем»²⁸⁸). **Психокультури**²⁸⁹) ретельно маскуються під психологічну науку, але використовують переважно дилетантські й доволі химерні вигадки, створюючи навколо них організацію, що практикує психологічний тренінг або психотерапію з метою максимального підкорення особистості учасників аж до перетворення їх на фанатиків цієї організації, або, принаймні, для формування їх психологічної залежності від себе, а відтак і для отримання комерційного прибутку від регулярної продажі їм своєї продукції та використання їх добровільної допомоги у поширенні цієї продукції та залученні нових членів до організації. Серед таких (крім згаданого Рейкі) слід ознайомитися із Саєнтологією американського

²⁸³) Про прийоми, пропонувані Х. Сільвою і розвиток екстрасенсорних здібностей див.: <https://olegdimitrov.ru/метод-сильва/>;

²⁸⁴) Про ЕСТ див.: <http://psyberia.ru/work/verner>;

²⁸⁵) Див.: <http://ostorojno-treningi.ru/lifespring>;
<http://evolkov.net/cults/LGAT/Volkov.E.Vershinin.M.Illusions.parasites.html>;

²⁸⁶) Див.: <https://ru.rael.org/rael>;

²⁸⁷) Про космічних комуністів див.: <https://science-freaks.livejournal.com/1213527.html>; <http://skazanie.info/news/kosmicheskie-kommunisty>; <https://dletopic.ru/blog/43533641521/Kosmicheskie-kommunistyi-90-h>;

²⁸⁸) Про релігію трансгуманізму див.: <https://theoryandpractice.ru/posts/13046-it-church>;

²⁸⁹) Про ознаки психокультури див.: https://www.b17.ru/blog/how_to_identified_lifespring/; Сафронов А. Г. «Психологические» культуры в системе современной религиозной культуры. URL: <http://www.countries.ru/library/religio/cults.htm>

письменника-фантаста і члена Телеми Рона Л. Хаббарда, із вченням і послідовниками Порфирія Іванова, М. Норбекова²⁹⁰), «Турбо-сусликом»²⁹¹) Дм. Льюшкіна, а також «Синтоном» Миколи Козлова²⁹²).

Важливо розуміти порядок роботи щодо пропаганди подібних культів: насамперед у них обов'язково *говориться, що це не секта і не культ*. Далі довго йде мова про *неймовірну користь*, яку можна отримати в цій «не-секті», причому розповідь неодмінно супроводжується цифрами та графіками досліджень цієї користі, – правдивість і науковість яких ніхто не перевіряє. Обіцяють успіхи у здоров'ї, особистому житті та навіть у бізнесі. Але *замість* того, щоб *розповідати про свої методи*, що гарантують ці успіхи, представники культів *наполягають на відвіданні групової зустрічі*, на якій, мовляв, ви обов'язково все зрозумієте. І вони не випадково *остерігаються видавати вам свої «секрети»* завчасно: перебуваючи у тверезому розумі, ви обов'язково зауважите *банальність їх методів*, із якими ви могли зустрічатися у різних інших поп-психологів і тому знаєте, що вони працюють не так феноменально. Крім того,

²⁹⁰) Норбеков М. Опыт дурака. URL:

http://lib.ru/DPEOPLE/norbekow.txt_with-big-pictures.html#18; про М. Норбекова див.:

<http://www.universalinternetlibrary.ru/book/fotina/4.shtml#12>; http://www.kistine.ru/psychocults/psychocults_norbekov-01.htm;

²⁹¹) Критика «турбо-суслика»:

<http://www.sektam.net/forum/topic/3662-retsenziya-na-sistemu-turbo-suslik-razvenchivanie-mifa/>; реклама його та інших:

<https://psychosearch.ru/practice/deprogrammirovanie/266-deprogrammirovanie-novoe-napravlenie-v-prakticheskoy-psikhologii>; <http://free-psycho.ru>; <http://becmology.ru/blog/general/self-program.htm>;

²⁹²) Про придушення спротиву на синтон-курсах див.: http://www.kistine.ru/psychocults/psychocults_sinton-15.htm; про примус у доланні сором'язливості на синтон-курсах див.:

<https://unotices.com/book.php?id=50219&page=5>; наукову критику діяльності М. Козлова див.: <http://evolkov.net/discuss/Synton/index.html>

це здебільшого загальні фрази, які не уточнюють реальних технологій і не прояснюють психологічні причини та механізми дії.

А потрапивши на запропоновану зустріч, ви побачите стільки захоплених і **щасливих облич, що мимохіть почнете заражатися** таким настроєм. Часто вони просять потенційних адептів «очистити карму», **розповівши про себе те, чого ви соромитесь**, і якщо це їм вдається, то ця **надмірна відвертість** вибиває вас із «зони комфорту» і **робить емоційно вразливим** і нездатним опиратися агресивному впливу. Якщо тактика швидкого штурму їм не вдається, вони будуть **постійно нагадувати про себе**: чекатимуть після роботи і в місцях відпочинку, вмовлятимуть вас зайти на півгодини, хоча на ділі ви опинитеся на тривалій зустрічі, навчальному занятті або змушені будете вести довгу розмову. І вони продовжать **тиснути на вас**, інакше ви можете вислизнути з **контролюючого ваш мозок оточення**, в яке вас так наполегливо намагаються втягнути. Ця нав'язливість нібито має відштовхувати людей, але насправді **об'єкту тиску стає незручно відмовити**, адже через нього, мовляв, так сильно старалися, а сходити разок нібито й не важко...

А ще вони намагаються використати **рекомендації друзів та родичів**: членів сект просять привести колегу по роботі або члена сім'ї на спеціальну ознайомчу зустріч або святкову церемонію. Іноді ця вимога стає «священним обов'язком», що визначає статус в організації або дає фінансові привілеї під час оплати різних етапів «посвячення», покупці літератури тощо. Зрештою секти набирають аж 85 % своїх членів саме через сім'ї.

2. **Квазірелігія художніх «всесвітів»** не описана в науковій літературі, але може бути самостійно розглянута на прикладах фанів Marvel, DC, «Зоряних війн», Дж. Р. Толкіна,

Джоан Ролінг та інших. Тут варто згадати зроблене вже раніше визначення: **квазірелігією** можна вважати найрізноманітнішу діяльність, якщо вона має такі ознаки: (1) **обожнювання** одних об'єктів і **демонізація** інших (що є водночас і **емоційним** компонентом релігії, оскільки виражає надто афективне ставлення до цих об'єктів, і **когнітивним**, адже містить пояснення, а швидше виправдання того, чому одні об'єкти кращі за інших), (2) **виконання певного переліку дій**, які потрібно здійснити для вшанування одних об'єктів і ненависті до інших (що є аналогом культових ритуалів, адже практичної користі для людини вони майже не несуть, але виступають **поведінковим** компонентом релігії), (3) нічим **не обґрунтована віра** в якісь **особисті вигоди**, котрі ексклюзивно надають вірянами усі ці дії, почуття та уявлення (тобто ця квазірелігія).

Шопінг теж стає не захопленням чи необхідністю, а психологічною залежністю, яка, після набуття масової та ідейної підтримки однодумців, у багатих країнах перетворюється на свого роду релігію з усіма її атрибутами. **Квазірелігія спорту** базується на міфології «давніх рахунків» між командами, образ і відплата за них у ході дербі, на почитанні героїв – легенд клубу, та й узагалі – на спорті як шоу (адже суто змагальний елемент у спорті, особливо – популярному, все більше відходить на задній план перед елементом розважальним, і в цьому процесі реальні пристрасті все більше замінюються вигаданими, сформованими псевдо-релігійними методами). Можна говорити і про **квазірелігію фітнесу**, яка має міфологію неймовірних можливостей йоги, «етичного харчування» та «палеодіет», героїв фітнес-досягнень, а також – ритуали Пілатеса, Тай-бо чи Каларі-пайатту. Існує і **квазірелігія виживальників** та **дауншифтерів** (яку можна охарактеризувати самотійно).

3. **Ідеологічна псевдорелігійність** містить у собі **культ вождів**²⁹³, **конспірологію**²⁹⁴, створювану піаром залученість та **відданість** своїй організації із обов'язковою **ворожістю** до конкурентів, **ритуали** політичних свят тощо²⁹⁵).

4. **Тоталітарні секти** використовують випробуваний у диктаторських режимах тотальний контроль за думками із заохоченням доносительства, культ вождя, жорстоке, залякуюче насадження та підтримання дисципліни (на основі психології «стокгольмського синдрому»²⁹⁶), тривалу й усебічну індоктринацію та ізоляцію від будь-якої інформації, що суперечить або відволікає (утворення монополії на істину). Про них написано багато, тож у цьому питанні можна розібратися самостійно (важливо лише мати на увазі явну заангажованість православних сайтів та їх псевдонаукового «рупора» Олександра Дворкіна, які часто заносять у список тоталітарних сект будь-яких своїх конкурентів, зокрема і цілком мирні організації). Серед тоталітарних сект необхідно знати «наше» Біле братство та Віссаріонівців (Церква останнього завіту) із Росії.

5. Якщо не брати політику, то **метою насадження фанатизму** сьогодні є виключно **збагачення** завдяки

²⁹³ Про культ особистості див.: Антонян Ю. Возвращение героя: новые культы «древней» религии. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozvrashchenie-geroya-novye-kulty-drevney-religii>

²⁹⁴ Приклади конспірології: <https://prezidentpress.ru/news/5095-zhestkaya-konspirologiya-zakulisa-fulforda-i-myagkaya-kabbala.html>; <https://michael101063.livejournal.com/591228.html>

²⁹⁵ Про ознаки релігійності в партії США див.: <http://religiondispatches.org/republican-ty-the-gop-transformation-is-nearly-complete/>

²⁹⁶ Про стокгольмський синдром див.: https://ilive.com.ua/health/stokgolmskiy-sindrom_109500i15956.html

використанню добровільної, старанної і мало оплачуваної праці засліплених прибічників. Що ж до методів насадження, то вони достатньо прості. Більше того, за допомогою вельми примітивних методів, як виявляється, можна будь-яку, цілком освічену й тверезо мислячу людину зробити фанатиком і для цього знадобиться, в середньому, два-три тижні. Метод, яким можна цього досягти, називається в літературі (щоправда – не науковій²⁹⁷⁾) **«промиванням мізків»**²⁹⁸⁾ і складається з трьох етапів: (1) потенційну жертву потрібно спершу **«діагностувати» за ознакою стійкої розгубленості та привабити в громаду увагою та турботливістю, імпровізаційним проведенням зібрань, а головне – вкладенням якихось зусиль з її боку** (адже якщо вона буде принаймні до неї ходити, то буде сама себе переконувати, що це не дарма і що її цікавлять саме ідеї, а якщо вона ще й зробить щось серйозне для цієї громади, то почне себе з нею ідентифікувати; це т. зв. **техніка «ноги в дверях»**²⁹⁹⁾).

Після того, як її змусили прив'язатися до громади та ідей фанатиків, (2) потенційну жертву **ізолюють від усього соціального та культурного оточення**, крім нових товаришів, зібрань, спілкування з ними та виконання інших обов'язків та ритуалів. Це може робитися під приводом випробування (**ініціації**, про яку згадували в п'ятій темі) або

²⁹⁷⁾ Річ у тому, що термін «промивання мізків» скомпрометовано некомпетентними людьми, які використовували його як назву невідомого таємничого впливу – нездоланного гіпнозу або навіть «психотронної зброї». Однак незалежно від назви, на ділі цей метод використовують сьогодні всі: від HR-ів, що нав'язують «корпоративну культуру» до піарників, що працюють із прихильниками політичних, спортивних чи зірок естради;

²⁹⁸⁾ Промивка мізків чи добровільний вибір. Як приєднуються до новітніх релігій: <https://www.radiosvoboda.org/a/960444.html>;

²⁹⁹⁾ Про техніку «ноги в дверях» див.: <http://psyfactor.org/lib/freedman2.htm>; http://pedlib.ru/Books/1/0443/1_0443-124.shtml

вивчення ідей, проте головна мета – **відірвати неофіта від усіх його попередніх інтересів та людей**, які могли б відволікти від віри або й похитнути її. Ефект цієї, двотижневої максимум ізоляції (яку, в ідеалі, роблять, навіть фізично замикаючи людину в якомусь імпровізованому монастирі, наприклад, у квартирі, де нема ні ТБ чи Інтернету, ні телефону, ні сторонніх людей) такий, що **людина і справді втрачає інтерес до всього, чим раніше жила, навіть до рідних** (щодо яких даються додаткові інструкції – залучити їх до громади або відректися від них).

А третім етапом стає (3) **індоктринація**, тобто **інтенсивне «накачування» спустошеної інтелектуально та емоційно людини новими ідеями**; і якими б безглуздими чи бездоказовими вони не були, в такому її стані вони сприймаються не просто довірливо, а й із захватом та ентузіазмом неофіта. **Сприяє некритичності режим дня**: надто ранній підйом, недосипання, малокалорійна їжа, втомлююча праця на землі або за книгами, а головне – безперервне читання, слухання та обговорення ідей цієї громади, яке займає до 14 або й 16 годин на день. Зазвичай вистачає і одного тижня такого ідеологічного оброблення, щоб людина, яка вже на другому етапі відчула, що **ідеї громади є для неї вищою цінністю** (адже всі інші цінності просто відпали), тепер стала **фанатично віруючою**, тобто **засліпленою своїми ідеями** (про що У. Черчілль сказав: «Фанатик – це людина, яка не здатна змінити свою думку і не хоче змінити тему») і **готовою ради них на будь-які жертви – свої чи інших людей**³⁰⁰.

³⁰⁰ Див. також:

http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/mayers/07.php (параграф «Примеры исследований в области убеждающего воздействия: как секты вербуют сторонников»); <http://rcrs.sumdu.edu.ua/images/pic/fanat.PDF> (с.145-154)

Депрограмування – це здебільшого **примусове виведення** членів культу з-під впливу їх харизматичних лідерів, і саме примусовість робить цей метод неефективним як із наукової, так і з практичної точки зору³⁰¹). Тому замість депрограмування варто проводити **кризовий дебрифінг** із подальшою **емоційною декомпресією**³⁰²). Втім, навіть якщо декомпресія – через дихальні вправи та когнітивно-поведінкову терапію – виявиться вдалою, це ще не означатиме повного звільнення від влади культу, адже людині **потрібно запропонувати щось в обмін на фанатизм**, якого її позбавили. Проблема тут така сама, як і у наркоманів чи алкоголіків: ця залежність заповнювала їх життя, давала і щастя, і страждання (і приковувала до себе як першим, так і другим), - а коли її забрали, намітився **смыслжиттєвий вакуум** (як це називав В. Франкл), який потрібно чимось заповнити. Ось чому на дві останні категорії залежних добре впливає робота священників, котрі залучають їх до цілодобової самовідданої праці і надають їй вищий, безумовний смисл.

Проте **психолог** (як уже говорилося в першій темі) має навчитися **заміняти священника своєю роботою**, тим більше, що адепти культів не захочуть мати справу із священниками. Для бувших членів культу напевно підійде **групова терапія** на кшталт системи «**Анонімних алкоголіків**», але важливо також і працювати з ними індивідуально, для чого потрібно розуміти, які **емоційні та інтелектуальні проблеми привели їх у культ**, які методи утримували в ньому, від яких елементів культу у них склалася **психологічна залежність** і чим можна цю

³⁰¹) Про депрограмування: Баркер А. Новые религиозные движения.
URL: http://yakov.works/history/20/1990/berker_09.htm;

³⁰²) Декомпресія:
<https://www.facebook.com/kommander.nord/photos/a.504425629738240/1113972732116857/?type=1&theater>

залежність замінити і витіснити³⁰³). На всі ці питання і потрібно відповісти під час підготовки до теми.

6. Релігійно-політичний тероризм – це застосування до політики та політичних цілей **готовності людей до фанатизму та діяльності організацій щодо формування та підтримання фанатизму**. Фанатизм – це **енергія накопиченої злості та ненависті, яка лише чекає достойної за значенням мети**, на яку її скерують. Саме тому фанатик легко погоджується принести в жертву себе чи будь-яких інших людей у ході «священного» терористичного акту або якогось іншого «покарання грішників». Прикладами, з якими потрібно познайомитися, є угандійська «Господня армія опору» Джозефа Коні та нігерійська «Боко Харам». Психологія тероризму³⁰⁴) має свої відмінності, порівняно із психологією релігійного фанатизму чи фанатичного вболівання за якісь організації чи персони, і з нею потрібно познайомитися самостійно.

Розглядаючи питання дванадцятої теми, студентам необхідно опрацювати список наукової літератури (користуючись посиланнями, наданими у плані цієї теми або іншими) та пояснити психологічно такі питання для усної чи письмової відповіді:

1. На яких психологічних **прийомах** базується успіх діяльності **Faberlic** та **Методу Сільва** і в чому їх **шкідливість**?

³⁰³) Про психологію адептів культу див.:

http://yakov.works/history/20/1990/berker_07.htm;

³⁰⁴) Про психологію тероризму див.:

<http://psyfactor.org/lib/pochebut.htm>; Ольшанский Д. Психология тероризма. URL: <https://www.klex.ru/6iv>; Антонян Ю.М.

Этнорелигиозный терроризм. URL: <http://scienceport.ru/files/etno-rekig-terror.pdf>; Резник С. В., Кутоманов С. А., Мизаев В. Н. Исламский терроризм как транскультурный проект. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/v/islamskiy-terrorizm-kak-transkulturnyy-proekt>

2. На яких психологічних **прийомах** базується успіх діяльності **Раелітів** та культу **Крайона** і в чому їх **шкідливість**?

3. У чому полягає **психологічна привабливість** **Саєнтології** Р. Л. Хаббарда і чому її адептами стали **відомі й освічені люди** (на кшталт американських акторів Тома Круза та Джона Траволти)?

4. У чому полягає **психологічна привабливість** вчення **Порфирія Іванова** і які **неправильні** психологічні **методи** застосовує «**Синтон**» Миколи Козлова?

5. Які **ознаки релігії** наявні у **фанів Marvel** (або інших художніх «всесвітів») та у **спортивних уболівальників**?

6. Які **ознаки релігії** наявні у **завзятих комуністів** та у **прибічників В. Путіна**?

7. У чому полягає **психологічна привабливість** вчення **Білого братства** та **Віссаріонівців** (Церква останнього завіту) і в чому їх **шкідливість**?

8. Поясніть, якими **психологічними прийомами** здійснюється «**промиванням мізків**» та в чому його **шкідливість**?

9. Покажіть **на прикладі студентів** нашого вишу, **як** можна виконати **техніку «ноги в дверях»** та **індоктринації** і як їх **відданості** вишу може **допомогти** більш складна **ініціація**?

10. Чим відрізняються психотехніки **депрограмування**, **дебрифінгу** та **декомпресії** і як та чим можна заповнити **смісловиттєвий вакуум** психологічно **залежних від культу** людей?

* * *

Додаток 12. Політична релігія

Повертаючись до сказаного в додатку до теми 1, віра – це не лише віра в бога і не лише наслідок несамостійності та потреби в зовнішній допомозі і захисті. Віра – це вияв

когнітивної потреби в життєвих аксіомах (про чоловіків, про жінок, статус роботи у житті і значення власних бажань, оцінку себе і своїх перспектив тощо) та **емоційної потреби** у сильних почуттях і афектах (без яких життя стає депресивним), а крім того – потреби у регулярних ритуалах, що «наносять розмітку» на буденне життя і заспокоюють стреси та хвилювання.

І задоволення всіх цих потреб виходить далеко за межі звичайної, церковної релігії, адже навіть найрозвиненіша з них – християнство, – що пропонує безліч напрямків і варіацій на всі смаки та прагнення, не може вдовольнити всі названі потреби у повному обсязі: не відповідає на якісь вічні і, навпаки, сиюхвилинні питання людей, небагато дає сильних почуттів і давно вже не регламентує буденне життя. Тож вона повинна бути доповнена і насправді доповнюється кількома іншими «вірами».

Насамперед це віра в обрані політичні ідеали (яку ми називаємо *ідеологічною псевдо-релігійністю*), *відданість брендам* окремих фірм, *вболівання за якусь спортивну команду, любов до зірок* шоу-бізнесу і «*фанатіння*» щодо популярних серіалів чи блокбастерів із сіквелами та спін-офами. Буває ще *віра в оздоровчі та дієтичні системи, психологічні теорії*, а також (рідше) – в якісь менш масштабні *науково-філософські ідеї*.

І сучасна людина має практично всі ці «віри»; відмінність між людьми лише в тому, з **якою силою** вона вірить в ту чи іншу з них і, отже, **яке місце** ця віра займає у її світогляді та поведінці. Тому для розуміння поведінки людини практичному психологу важливо розібратися у (1) **співвідношенні цих вір** в ментальності клієнта, а також – у (2) **ступені розвинутої та благородності** основних його «вір» чи, навпаки, їх примітивності та ницості.

Скажімо, домінування ідеологічної віри над справжньою, релігійною (як це було у комуністів і нацистів у

першій половині минулого століття) неминуче вело цих людей до нелюдяної безпринципності та аморальності у рішеннях і діях, причому як на низовому, так і на верховному рівні. І це зрозуміло: **ідеали** цих політичних доктрин (їх когнітивні аксіоми) були **короткозорі й виключно деструктивні** – мовляв, потрібно знищити певних ворогів (соціальних або національних), і буде щастя!

Причому біда цих ідеологій була не в їх утопічності, адже християнський ідеал моральної досконалості людей і їх земного раю був аж ніяк не реалістичнішим. Біда, а точніше їх ідейна примітивність була в тому, що ці доктрини **передбачали чиясь винуватість** у бідах своїх прибічників, - а це не лише моральне уродство, а й самообман, тобто вроджений і непоправний недолік їх плану. Як казав Талейран: «Це гірше, ніж злочин, це – помилка!»

Проте вони мали і переваги над християнством: обидві давали прибічникам бурю різних почуттів – від гордості до ненависті, від обурення щодо гибелі «героїв-мучеників» до ейфорії помсти, від благоговіння перед вождем до величної жертвовності для «загального блага». Саме через цю їх емоційну силу вони і приваблювали до себе мільйони неофітів, а головне – робили віру останніх набагато більш інтенсивною, ніж у традиційних християн.

Втім, ця перевага була тимчасовою, адже емоційна палітра комуністів і нацистів залишалася вкрай бідною: здебільшого **негативні або зловтішні почуття** (образа, заздрість, ненависть, поштива приниженість, мстивість, жертвовність), за відсутності важливих позитивних емоцій: астенічного, проте глибокого співчуття, естетичного задоволення від життя (адже запал боротьби не залишає місця для естетики), радості від мирних досягнень і незаздрісного подиву щодо успіхів інших.

Неможливо перелічити всіх позитивних емоцій, яких органічно бракувало тоталітарним ідеологіям (оскільки

позитивних емоцій в принципі більше, ніж негативних, і їх кількість не обмежена), а наслідком цієї нестачі стало швидке *стомлювання від емоційної односторонності* створеного ними суспільства, – не кажучи вже про те, що в ньому насаджувалися і куди більш огидні емоції: страху, істерії, підозрливості, жорстокості.

У сфері ж ритуалів нацисти й комуністи перебували, мабуть, на одному рівні з християнською церквою, в якій вони, вочевидь, і скопіювали більшість із них: «хресні ходи» демонстрацій, вшанування «героїв» і «мучеників», вивчення «святих книг». Відставали вони хіба що у відсутності якоїсь подоби храмів і обрядів у них, але їх заміняли музеї власних вождів і героїв та регулярні збори і мітинги (хоча заміняли вельми неповноцінно).

Але то вже порівняно далека історія, і інші ідеології, можливо, є більш розвиненими та благородними? Не роблячи ретельного аналізу всіх ідеологій, можна, тим не менше, сказати, що так: ліберальні ідеї прямо-таки сконцентровані на позитивній емоції співчуття та на поширенні ейфорії від свободи самовияву, а, наприклад, соціалістичні – закликають до братерства і взаємодопомоги.

І все ж замінити собою якусь із розвинутих релігій навіть кращі політичні ідеології не зможуть: набір емоцій у них недостатньо широкий і збалансований (гордість за належність до своєї спільноти і зневажання інших), когнітивні аксіоми односторонні і не дають відповідей на більшість життєвих питань (хіба що соціальні орієнтири та критерії ідентифікації), а ритуальна практика часто зводиться до святкових і передвиборних маніфестацій (не регламентуючи щоденне життя).

Ось чому таку важливу роль у сучасній політиці починає відігравати **піар**, тобто мистецтво знаходити з людьми спільну мову, дізнаватись їх інтереси і скеровувати діяльність у бік, вигідний і владі, і людям (а не просто

нав'язувати їм свої ідеї та волю). Ця більша чутливість і людяність можуть зробити політиків і їх ідеї більш мудрими та привабливими, а діяльність – через залучення до неї людей – більш ефективною.

А відтак, піар може збільшити щиру і цілком «здорову» (не засліплену агітацією) віру людей у політику і політиків, і цим зменшити їх відставання від релігії у рівні розвитку віри (але для цього їм все одно потрібно вивчати її досвід).

Важливим висновком із розгляду **політичної релігійності** (ідеології) є те, що в ній (як і у справжньої, традиційної) є **два крайні прояви**: (1) «**здоровий**», тобто миролюбний і доброзичливий, та (2) **патологічний**, який виявляється у ненависницькому *фанатизмі*. Останній майже позбавлений когнітивних аксіом (крім конспірологічних ідей) та розмаїття емоцій (крім підозріливості та мстивості), і не дуже цікавиться ритуалізацією життя (адже зосереджений на смерті).

Отже, якщо *релігія* сьогодні відповідає на моральні, переважно, питання, а *політична ідеологія* – на соціальні та національні, то *відданість брендам* скеровує смаки і забезпечує соціальне визнання, *вболівання* за спортивну команду ламає правила соціального схвалення та привносить азарт і пристрасті, *віра в оздоровчі та психологічні системи* роз'яснює, до чого і як потрібно прагнути в реальному світі, тоді як *любов до зірок, серіалів і блокбастерів* створює додатковий, альтернативний світ, кращий за реальний. І всі ці «віри» потрібні людині водночас.

Електронне навчальне видання

Павленко Володимир Петрович

ПСИХОЛОГІЯ РЕЛІГІЇ

Конспект лекцій
для студентів спеціальності
053 «Психологія»
денної та заочної форм навчання

Відповідальний за випуск Н. Д. Світайло
Редактор Н. М. Мажуга
Комп'ютерне верстання В. П. Павленка

Формат 60×84/16. Ум. друк. арк. 18,6. Обл.-вид. арк. 19,2.

Видавець і виготовлювач
Сумський державний університет,
вул. Римського-Корсакова, 2, м. Суми, 40007
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3062 від 17.12.2007.