

Петр Успенский

Психология человеческих возможностей

Подготовила Анна Бондарь

Тема: Психология

Все психологические учения системы и учения – как открыто существующие, так и тайные – делятся на 2 основные категории:

1-я: системы, которые изучают человека таким, *какой он есть, или таким, каким они его себе представляют или воображают*

(прим: современная «научная» психология);

2-я: системы, которые изучают человека с точки зрения того, *каким он может стать, т.е. с точки зрения возможностей его развития;*

1. Психология – это изучение принципов, законов и фактов возможностей развития человека.

2. Психология в действительности означает самопознание.

Основная идея:

1. Человек – существо незавершенное;
2. Просто так неразвитые качества и черты развиваться не могут;
3. Человек должен стать иным существом;

Истина:

Прежде, чем обрести какие-либо новые способности или силы, о которых не знаешь и не обладаешь, нужно сначала обрести такие способности и силы, которыми не обладаешь, но приписываешь себе и думаешь, что контролируешь их. Это и есть отсутствующая связь.



У человека множество заблуждений на свой счёт:

1. Человек – это машина, которая приводится в движение внешними влияниями и воздействиями;
2. Человек ничего не может, но приписывает себе такую способность;
3. Человек не способен действовать;
4. Всё случается без влияния человека (как идёт дождь или тает снег);
5. Человек не имеет постоянного и неизменного «Я» (эго)

(в большинстве случаев он верит последнему «Я», которое выразило себя до тех пор, пока следующее «Я», иногда совершенно не связанное с предыдущим, не заявит свое мнение или желание громче, чем первое);

Развитие не может основываться на самообмане!

Человек должен осознавать, что не обладает качествами, которые себе приписывает, *т. е. способностью действовать,*

индивидуальностью и внутренним единством, постоянным эго, а также сознанием и волей.



Что такое сознание?

В повседневном употреблении под сознанием подразумевается «интеллект», т. е. *умственная деятельность*.



В действительности же такое сознание есть определенного рода *осознание*, которое не зависит от умственной деятельности, это, прежде всего *осознание себя*, осознание того, кем человек является, а затем и того, что он знает.



Особенности сознания:

1. Оно либо есть, либо его нет;
2. Высшие моменты сознания остаются в *памяти*, другие моменты человек просто не фиксирует;
3. Сознание имеет степени: **1-я – продолжительность** (как долго человек *Был сознательным*), **2-я – частота проявления** (как часто человек становится *сознательным*), **3-я – объем и глубина** (что человек осознает);

Как изучать сознание?



*Возьмите часы и посмотрите на секундную стрелку, пытаясь **осознавать** себя, сосредоточившись на мысли:*

«Я Дмитрий, сейчас я нахожусь здесь».

Парайте не думать ни о чем другом, просто следите за стрелкой и

сознавайте себя, своё имя, своё существование и место, где вы

находитесь, отбросьте все прочие мысли.

*То время, до которого вам удастся продержаться, будет **пределом***

вашего сознания.

Вывод: человек себя не осознает

Состояния сознания:

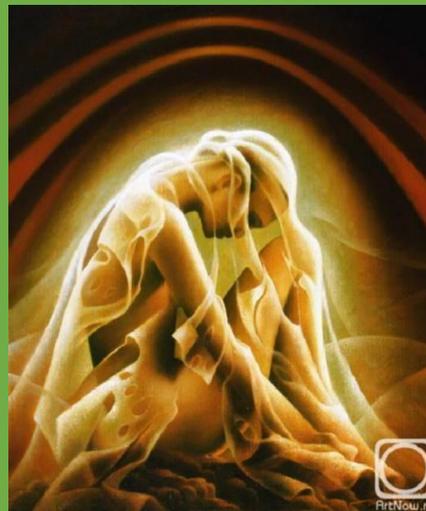
Сон



Бодрствование



Самосознание



Объективное сознание



Люди

Функции человеческой машины:

1. Мышление (интеллект).
2. Чувство (эмоции).
3. Инстинктивная функция (вся внутренняя работа организма).
4. Двигательная функция (вся внешняя работа организма, движение в пространстве и так далее).
5. Половая функция (функции двух принципов, мужского и женского, во всех проявлениях).
6. Высшая эмоциональная функция (проявляется в состоянии самосознания).
7. Высшая умственная функция (проявляется в состоянии объективного сознания).

Интеллектуальная	Эмоциональная	Инстинктивная	Двигательная
Осознание впечатлений, формирование представлений и понятий, рассуждение, сравнение, утверждение, отрицание, формирование слов, речь, воображение.	Чувства или эмоции: радость, горе, страх, изумление и т.д.	Физиология: пищеварение, дыхание, кровообращение, работа внутр. Органов и т.д. Пять чувств: зрение, слух, обоняние, вкус, осязание, а также чувство тяжести, сухости и т.д. Физические эмоции (ощущения), которые приятны и неприятны: чув-во боли, неприятный вкус и т.д. Все рефлексy: смех, зевота; физич. память: память о вкусе, запахе,	Ходьба, речь, письмо, еда и память о них, а также машинальнo подхватывание падающего объекта.



Тема: Изучение человека (продолжение)

Первое состояние сознания (это?) не исчезает при наступлении второго состояния (после пробуждения человека). К этому лишь добавляются более критическое отношение к своим впечатлениям, более связные мысли, более дисциплинированные действия.

2. «Сон наяву» или «Относительное сознание»

- *Человек уже различает «Я» и «не-Я»*
- *Отделяет свое тело от других объектов*
- *До определенного предела ориентируется среди вещей, знает их положение и качества*
- *Нельзя сказать, что бодрствует*
- *Находится под сильным влиянием сновидений*

*Как только мы поймём, что люди действуют во сне, не понимая, что они спят, нам станут понятны **все абсурдности и противоречия людей.***

Самая известная из доктрин – Христианство, идея которой состоит в том, что человек может жить во сне и прежде всего должен пробудиться, положена в основу человеческой жизни.

Как человеку проснуться?

- Человек не может проснуться, пока не осознает, что спит;
- Человек может сознавать себя, если захочет;

Самосознание – это состояние, в котором человек занимает объективную позицию по отношению к себе;

Объективное сознание – это состояние, в котором человек соприкасается с реальным или объективным миром, который прежде был скрыт от него чувствами, мечтами и субъективными состояниями сознания;

1-е состояние	2-е состояние	3-е состояние	4-е состояние
<ul style="list-style-type: none">• Мы ничего не знаем об истине;• Мы не отличаем сны от реальности, реальные чувства смешиваются с грёзами;• Возникают порой проблески 2-го состояния сознания;	<ul style="list-style-type: none">• Сон наяву, мы знаем только относительную истину;• «Относительное сознание»;	<ul style="list-style-type: none">• Обретаем истинное знание о самих себе;• Сознание и воля – два аспекта одного явления;	<ul style="list-style-type: none">• Обретаем истинное знание обо всем;• Познаем «вещи сами по себе», «мир, каким он есть»;• Далеко от нас;• Отблески могут появиться только при полностью развитом состоянии самосознания;

3. Обретение самосознания

- Обретение сознания, внутреннего единства, постоянного эго и воли;
- Определенные данные, которые мы получаем путем самонаблюдения (т.е. осознание отсутствия в нас многих сил и способностей, которые мы себе приписываем);
- Человек не может исследовать себя, будучи не способным различать воображаемое и действительное;

Что такое ложь?

В повседневном значении означает искажение (в некоторых случаях – сокрытие) истины или того, что люди таковой считают;



Лгать – это значит говорить о том, чего не знаешь и не можешь знать, так, будто можешь знать и знаешь. Люди притворяются, что знают многое: Бога, человека, эволюцию – в действительности они даже не знают самих себя.



Сущность и личность

- Это врожденное в человеке;
- То, что принадлежит человеку;
- Нельзя потерять, нельзя изменить или приобрести с такой же лёгкостью, как личность;
- Основа человеческого внешнего и внутреннего облика;
- Структура центров, возможности, сильные стороны и дефекты;



- Приобретенное;
- То, что не принадлежит человеку;
- Кардинально меняется вместе со сменой обстоятельств;
- Легко может быть потеряна или приобретена;
- Всё, что «сознательно» или «бессознательно» усвоено;
- Содержание центров, т.е. всё, что они приобретают;



Сущность опережает Личность

Личность опережает Сущность



=

Простые люди могут быть очень хорошими и даже умными, но они не способны развиваться так же, как люди с развитой личностью – Необразованные люди;



=

Происходит среди более образованных людей, и тогда сущность остаётся в незрелом недоразвитом состоянии;

- Единственный способ выйти из дисгармоничного состояния, к которому приводит неправильное соотношение позиций сущности и личности, – **самопознание**.
- Мы думаем, что *знать себя* значит знать свои особенности, желания, вкусы, способности и намерения, в то время как в действительности это значит **познать себя как машину, т.е. знать структуру своей машины, ее составные части, функции различных частей, условия, управляющие их работой, и так далее.**
- Изучение осуществляется путём самонаблюдения.

1. Нужно научиться наблюдать;
2. Человек замечает, что не способен наблюдать всё, что в себе находит, беспристрастно;
3. Человек начинает различать в себе полезные и вредные особенности;
4. Видит стороны, которые могут стать сознательными, и те, которые на это не способны и должны быть удалены;
5. Человек начинает находить в себе:

Первый признак:
Отождествление – необычное состояние, в котором человек отождествляет себя со всем, что он говорит, делает, чувствует и т.д. Такие проявления, как ложь, воображение, выражение отрицательных эмоций и непрерывная болтовня, нуждаются в отождествлении. **Они не могут без него существовать.**

Ложь
 Воображение
 Отрицательные эмоции
 Болтливость
 Отождествление
 Мнительность

Второй признак:
Мнительность – это отождествление с людьми. Это состояние, в котором человек постоянно озабочен тем, что о нём думают другие, отдают ли они ему должно, достаточно ли восхищаются им.

«Человек»

№1

№2

№3

№4

№5

№6

№7



Работа центров

- На пути самосознания и самонаблюдения нужно изучать и наблюдать не только правильный, но и неправильный ход работы центров.
- Невозможно знать себя, не зная своих дефектов и отрицательных особенностей.

Правильная работа центров

Работа наших центров

Центры взаимосвязаны

Цель: обеспечить согласованную работу центров и защиту от возможных перерывов в работе машины. Однако, это действительно для подготовленной и развитой машины.

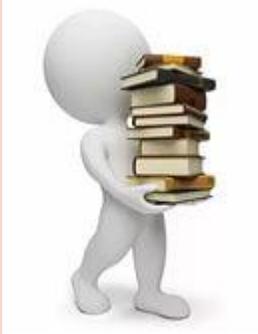
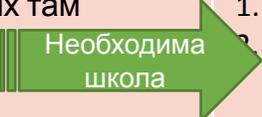


Каждый центр лишь изредка делает свою собственную работу. Почти ежеминутно тот или иной центр бросает свою работу, чтобы выполнить работу другого, который, в свою очередь выполняет работу третьего.



Что заставляет человека желать обрести новые знания и изменять себя?

АВС влияния

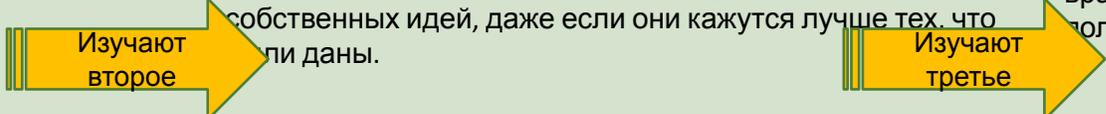
А-влияния	В-влияния	С-влияния
<p>Интересы и влечения, созданные самой человеческой жизнью:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Забота о здоровье • Забота о безопасности • Забота о богатстве • Удовольствия • Развлечения • Дела • Гордость • Репутация 	<p>Интересы, пробужденные идеями, которые не были созданы жизнью, а пришли из школ. Эти влияния достигают человека через философию, науку, религию и искусство.</p> 	<p>Передается только из уст в уста, при помощи инструкций, объяснений и действий</p> 
<p>С человеком ничего не происходит</p>	<p>Заставляют чувствовать и мыслить</p>	<p>В своем центре притяжения человек освобождается от случайностей</p>
<p>↓</p> <p>Возможность развития становится с каждым годом все менее вероятной</p>	<p>↓</p> <p>Влияния впечатлений объединяются</p>	<p>↓</p> <p>Идеи и учения школы сменяют магнитный центр</p>
<p>↓</p> <p>Человек умирает, физически продолжая жить</p> 	<p>↓</p> <p>Если прочны, то образуют центр притяжения, находящийся в личности</p>	<p>↓</p> <p>Медленно начинают проникать в различные части личности человека, а со временем и в его сущность</p>
	<p>↓</p> <p>Направляет интересы человека в определенную сторону и помогает удержать их там</p> 	<p>↓</p> <p>Три направления:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение себя, изучение системы или «языка» 2. Совместная работа с другими людьми в школе 3. Работа для школы

← Всегда смешиваются с А-влияниями, но очень мало напоминают то, что представляли собой изначально

→ Необходима школа

Три направления работы

1. Изучение себя, системы и «языка»	2. Совместная работа с другими людьми в школе	3. Работа для школы
<p>Это направление является работой на себя;</p> <p>Человек в основном занимается самопознанием и самонаблюдением, проявляя при этом по отношению к себе определенную инициативу.</p>	<p>Человек учится работать с людьми и для людей;</p> <p>Человек включается определенным образом в организованную работу: здесь он должен делать только то, что ему говорят. Инициатива не требуется и не признается, основной упор делается на дисциплину и точность исполнения указаний без привнесения собственных идей, даже если они кажутся лучше тех, что даны.</p>	<p>Ученик должен понимать работу школы, видеть ее нужды и потребности;</p> <p>Человек может проявлять больше инициативы, но он все время должен проверять себя и не позволять себе принимать решений, идущих вразрез с правилами и принципами или полученными указаниями.</p>



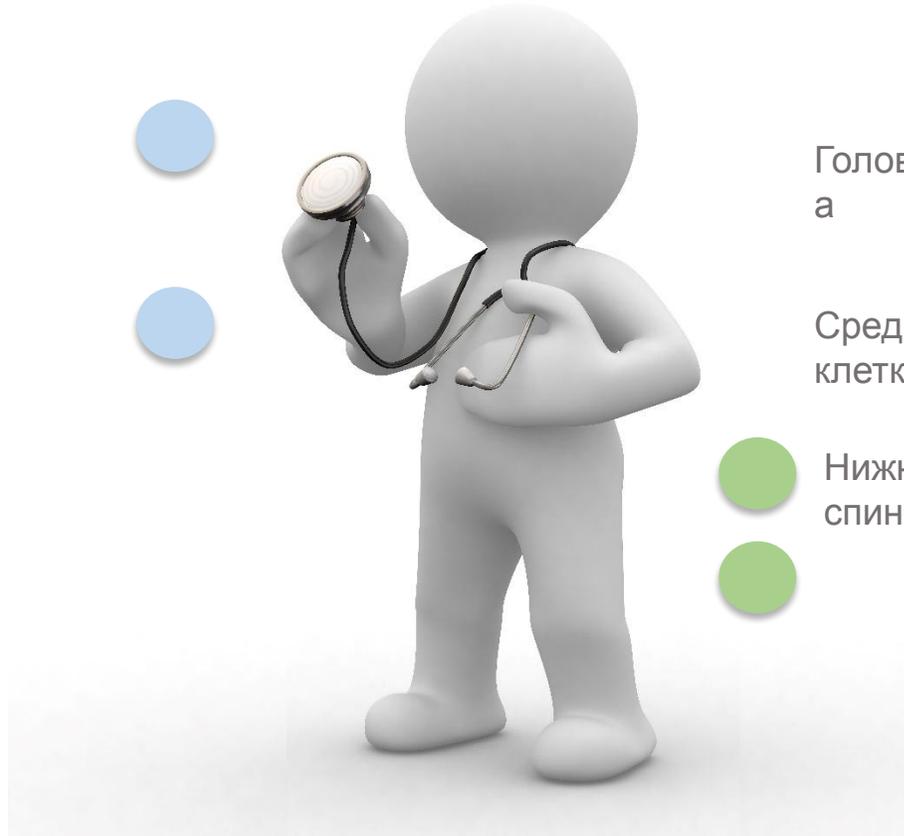
Три направления работы необходимы, прежде всего, затем, чтобы одно из них будило человека, когда он заснёт на другом

Подробное рассмотрение центров

Интеллектуальный
центр

Эмоциональный
центр

Двигательный и
инстинктивный
центры

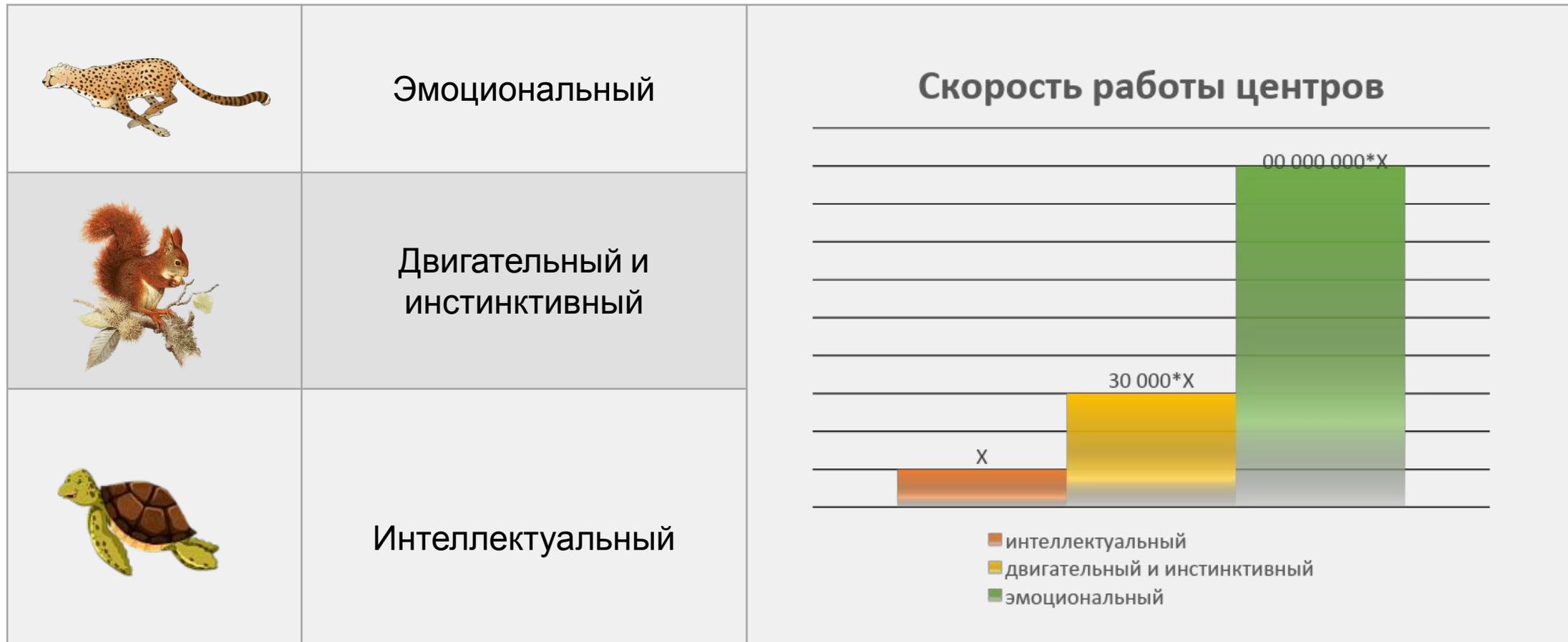


Голов
а

Средняя часть тела, грудная
клетка

Нижняя часть тела и
спина

Скорость центров

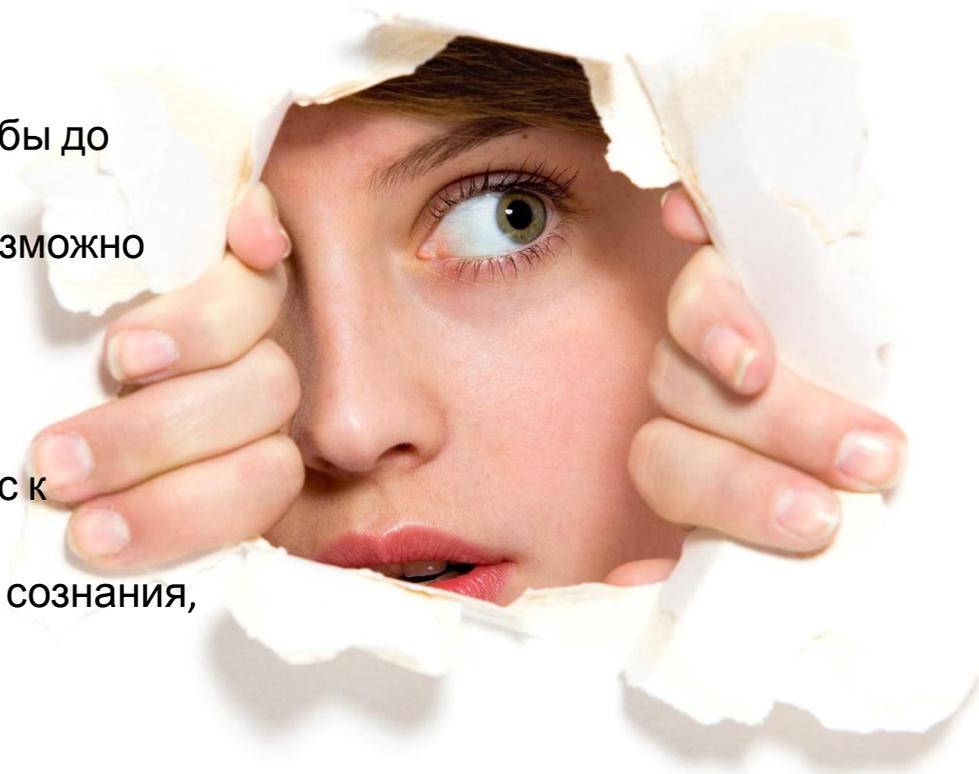


Разделение в центрах

Центры	Положительная часть 	Отрицательная часть 
Интеллектуальный	Утверждение	Отрицание
Ослабление одной части по отношению к другой, приводит к психическому расстройству		
Эмоциональный	<p>У нас нет положительных эмоций:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Любовь при страхе потери становится гневом и ненавистью; • Жажда познания при смешении с отождествлением - гордыней, тщеславием, эгоизмом; <p><i>Положительные эмоции – это те эмоции, которые не могут стать отрицательными;</i></p>	<p>У нас нет естественной отрицательной части:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Наши отрицательные эмоции искусственны, они основываются на инстинктивных эмоциях, измененных под действием отождествления и воображения;
Инстинктивный	<p>Приятная Благоприятные для жизни условия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Приятный вкус • Запах • Прикосновение • Тепло • Прохлада • Свежесть 	<p>Неприятная Условия, которые могут быть опасны;</p>
Двигательный	Движение противопоставляется покою	

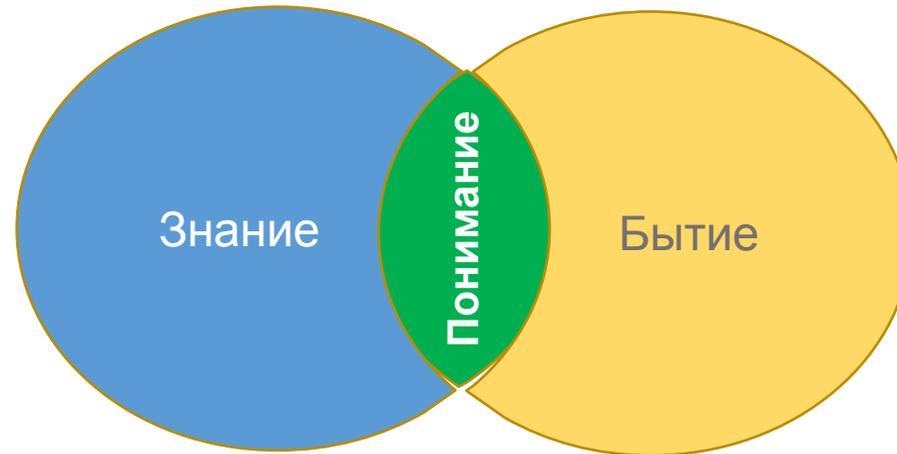
Каковы наши шансы?

- I. Мы должны обнаружить в себе функции и проявления, которые хотя бы до определенного предела способны контролировать.
- II. Затем следует упражняться в таком контроле, пытаясь, насколько возможно увеличить его.
 - обретение полного контроля над всеми возможными движениями;
 - контроль своих мыслей;
- I. Построить свое мышление таким образом, чтобы оно приблизило нас к сознательности.
- II. Придав мыслям то направление, которое они приобретают в момент сознания, мы способны вызвать сознание.
- III. Наблюдение за собой.
- IV. Осознание того, что мы не помним себя.
- V. Борьба с механистическими мыслями и воображением.
- VI. Получение результата после добросовестной и настойчивой работы над собой.



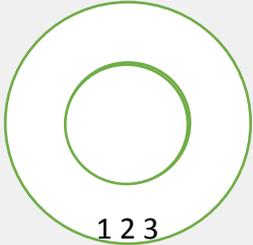
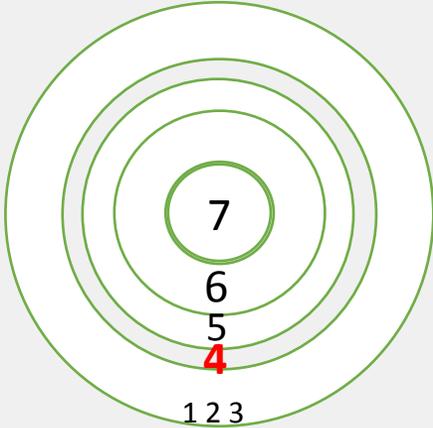
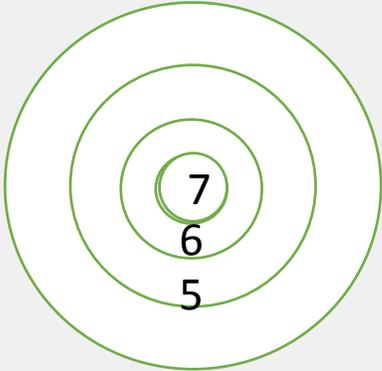
“Мысленная конструкция: осознание того, что мы не помним себя, что никто не помнит себя и того, что это значит, приведет нас к сознанию”

Изучение возможностей человека



- ❖ Если знание перерастает бытие или бытие перерастает знание, развитие всегда становится односторонним, а это не приводит к значимым результатам. В таком случае неизбежно наступают внутренние противоречия, и развитие останавливается.
- ❖ Бытие должно развиваться параллельно со знанием, но независимо от него.
- ❖ Понимание – это рассмотрение проблемы в контексте проблемы более широкой. Это среднеарифметическое между знанием и бытием.
- ❖ Мы не можем понимать друг друга и не соглашаться, это невозможно, если мы понимаем человека, мы с ним согласны, если мы с ним не согласны, мы его не понимаем.
- ❖ Люди, которые понимают друг друга, должны обладать не только равным знанием, но и равным бытием.
- ❖ Понимание не бывает различным. Путь к объективному пониманию лежит через школьные системы и изменение уровня бытия.
- ❖ Мы способны понять других людей лишь настолько, насколько понимаем себя, и только на уровне своего бытия.

Различие категорий людей

Внешний круг	Преддверье внутреннего круга	Внутренний круг
Люди №1, 2,3	Человек №4	Люди №5,6,7
<p>Для нас три внутренних круга образуют один внутренний круг. Внешний круг, в котором мы живем:</p> <ul style="list-style-type: none">• Механический• Круг смещения языков  <p>Здесь каждый всё понимает по-своему. Если люди внешнего круга осознают, что не понимают друг друга, но испытывают потребность в понимании, им следует попытаться проникнуть во внутренний круг, ибо понимание между людьми возможно только там.</p>	<p>Человек четвертого уровня находится в преддверье внутреннего круга или между двумя кругами.</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Центральный круг (№7)• Средний (№6)• Внешневнутренний (№5) 

Части центров

Интеллектуальный центр

Положительная часть

Механическая часть включает в себя двигательный и инстинктивный принципы (один из них может преобладать).

«Формирующий аппарат»

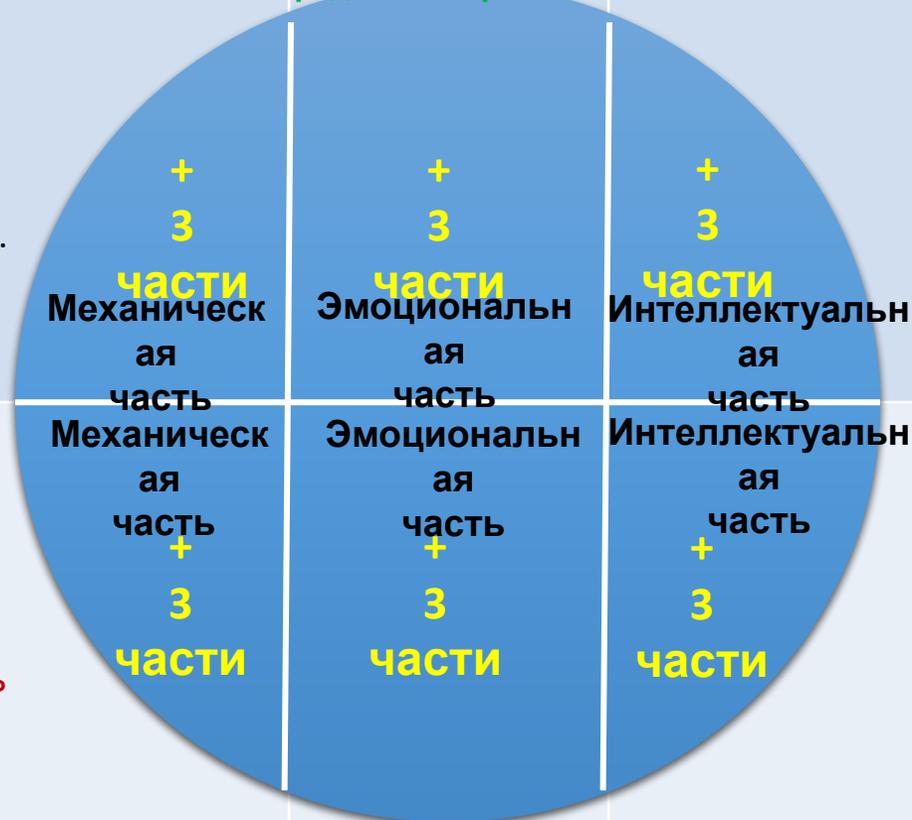
- Работает почти автоматически.
- Не требует никакого внимания.
- Формирующий центр все делит на двое.

Включает в себя всю работу по сохранению впечатлений, воспоминаний и ассоциаций.

Она никогда не должна отвечать на вопросы, адресованные всему центру, никогда не должна решать его проблемы и принимать какие-либо решения.

Без внимания или при рассеянном внимании мы находимся здесь.

Работа этой части требует всего внимания, но не требует усилий.
Интеллектуальные эмоции:
желание знать, понимать,
удовлетворение от знания,
радости открытий



Способность к творчеству, построению, изобретению и открытию.

Когда внимание контролируется и удерживается на объекте усилием воли, мы здесь.

Отождествление – «интерес», «энтузиазм», «страсть», «рвение»

Отрицательная часть

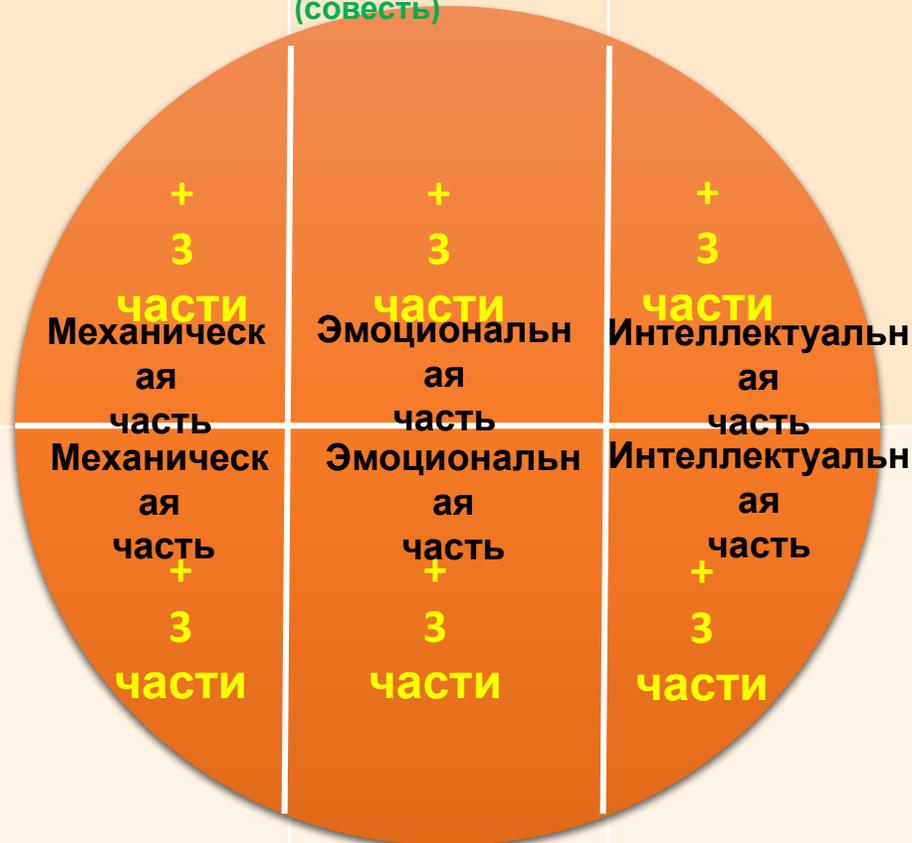
Эмоциональный центр

Чувство юмора и
комичного,
религиозные,
эстетические и
моральные эмоции
(совесть)

Механическая часть состоит из юмора самого низкого пошиба, любви к возбуждению, зрелищам, внешнему блеску, сентиментальности.

Растворение в низших полуживотных эмоциях:

- Жестокость
- Эгоизм
- Трусость
- Зависть
- ревность



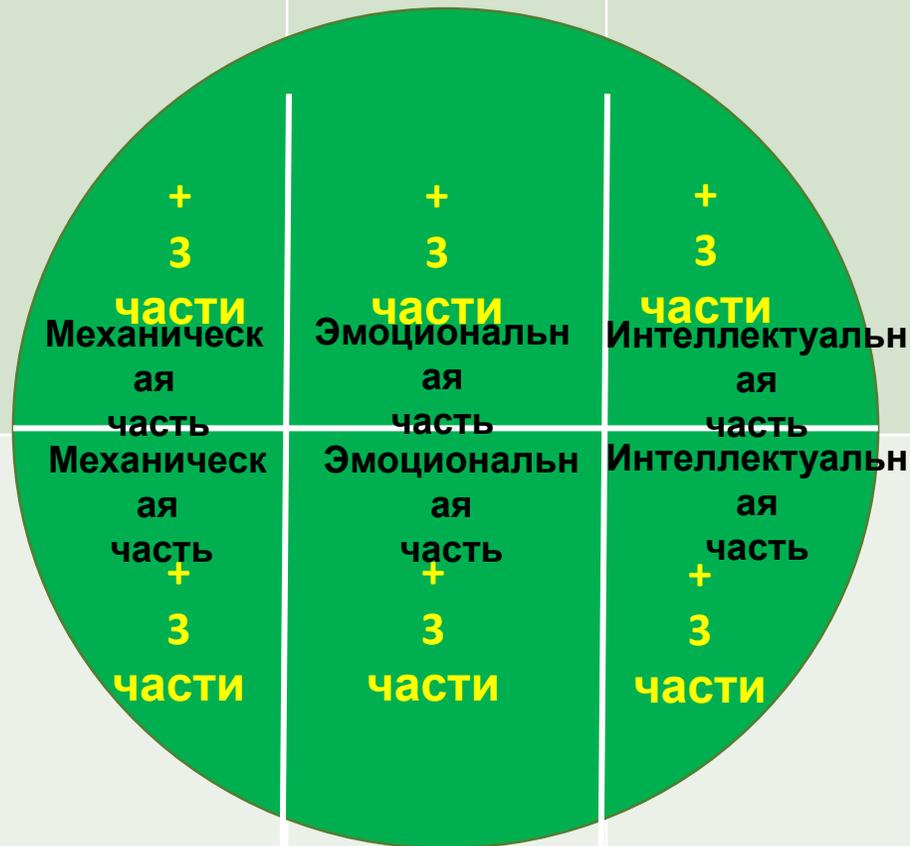
При содействии интеллектуальных частей двигательного и инстинктивного центров включает в себя силу художественного творчества. Если эти части не задействованы, она может проявить себя в сновидениях.

Является основным местоположением центра притяжения.

Отождествление – очень ироничная, саркастичная, насмешливая, жестокая, упрямая, ревнивая-только на менее примитивном уровне

Двигательный центр

Удовольствие от движения. В норме любовь к спорту и играм



Человеку приходится изобретать собственные методы для выполнения всего, что он делает:

- Сила произвольного подражания голосу
- Интонациям
- Жестам других людей

Механическая часть

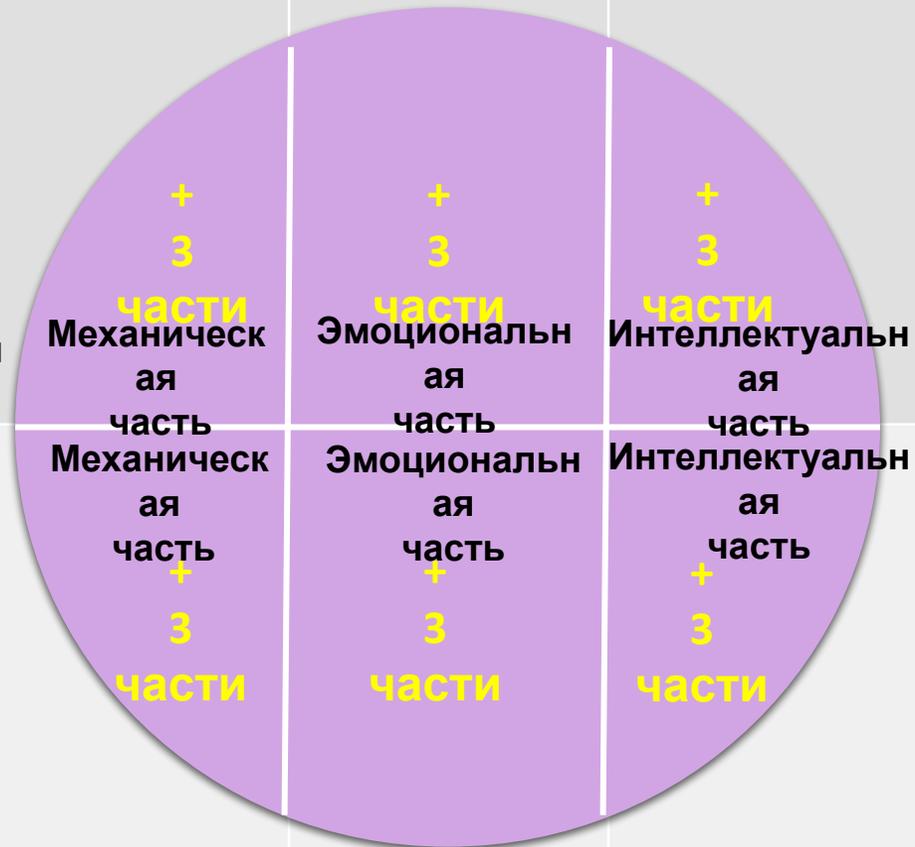
автоматична.

Все автоматические движения, которые на обычном языке называются «инстинктивными», также имитация и способность к имитации.

При смешивании с отождествлением, в большинстве случаев любовь к спорту находится в двигательных частях ИнтЦ или ЭЦ

Инстинктивный центр

Механическая часть включает в себя привычные ощущения, которых мы обычно не замечаем и инстинктивные движения (циркуляция крови, продвижение пищи в организме, внутренние и внешние рефлексy).



В состоянии самопознания или приближении к нему человек способен вступить в контакт с интеллектуальной частью ИнсЦ и многое узнать относительно функционирования машины и ее возможностей.
ИнтЧ ИнсЦ – это разум, стоящий за всей работой организма и отличный от интеллектуального разума.