

**Рубен Апресян\* рассказывает о XXXIII конференции  
«Ум и жизнь», своем понимании «Светской этики»  
Далай-ламы и концепции «социально-эмоционального  
научения»  
(комментарий к комментариям)**

*Розин В. М.,*  
доктор философских наук,  
[rozinvm@gmail.com](mailto:rozinvm@gmail.com)

**Аннотация:** В статье изложены основные идеи выступления Рубена Апресяна в Институте философии РАН в 2018 г. Автор комментирует эти идеи, используя результаты своих исследований эзотерических учений, истории философии и эмоций. В частности, выдвигает предположение, что Далай-лама, желая помочь человечеству и понимая, что люди скорее поверят науке и обычной этике (понятиям добра, понимания, помощи, сочувствия и др.), чем буддизму, считает, что путь Будды непосильный для обычного, среднего человека. Вместо деконструкции реальности, ведущей, по Будде, к страданиям, он предлагает культивировать (формировать) средствами образования и антропотехники хорошее бытие и общество, причем навигатором и мотором этого процесса, утверждает Далай-лама, является правильное мышление (ум).

**Ключевые слова:** сознание, ум, этика, добро, учение, идеи, реализация, индивид, социальность, буддизм.

Думаю, имеет смысл вернуться к докладу Апресяна, прочитанному в апреле 2018 году в Институте философии РАН, в котором обсуждались перечисленные в заглавии сюжеты<sup>1</sup>. Апресян в качестве наблюдателя присутствовал в Дхарамсале, в главном тибетском храме рядом с резиденцией Его Святейшества Далай-ламы XIV, где и прошла конференция «Ум и жизнь» (12–16 марта того же года), названная на этот раз «Новый взгляд на процветание человечества». На совместном заседании секторов этики и восточной философии Института философии Апресян рассказал не только о своих впечатлениях от конференции, но и о том, каким образом он понимает «Светскую этику» и концепцию «социально-эмоционального научения». Мне хотелось бы отнестись к высказанным Апресяном идеям, которые мне представляются достаточно важными и актуальными.

---

\* Признан Министерством юстиции РФ иностранным агентом.

<sup>1</sup> Апресян Р. Г. К итогам XXXIII конференции «Ум и жизнь»: Диалоги с Далай-ламой. URL: <https://yandex.ru/video/preview/2693389093987651881> (дата обращения: 10.02.2023).

Почему бы просто не рассказать о прошедшей конференции, зачем начинать разговор с понимания «Светской этики»? А все дело в том, ясно говорит Апрусян, что эти конференции инициированы работами и учением Далай-ламы, проходят при его непосредственном покровительстве, главные докладчики и разработчики идей — это не только буддистские последователи его учения, но и западные ученые (например, Ричард Дэвидсон, Энн Харрингтон, Дэн Гоулман), поставившие своей целью не только познакомить западное общество с учением Далай-ламы, но и научно обосновать его идеи. Заинтересован в адекватном понимании этого учения и сам Апрусян, ведь он наряду с А. А. Гусейновым один из главных российских философов, осмысляющих и разрабатывающих этические идеи. Поэтому он не может не относиться к учению, претендующему на современное понимание этики, которое, по сути, обещает спасение человечества. Чего стоят даже название работ Далай-ламы: «Этика для нового тысячелетия» (1999), «Больше чем религия: Этика для всего мира» (2001). Понятно поэтому и сожаление Апрусяна в конце его доклада по поводу того, что на конференциях «Ум и жизнь» присутствует все же мало западных философов и ученых.

С точки зрения докладчика, «Светская этика» Далай-ламы представляет собой гибридное учение, хотя и основанное на религиозных догматах, тем не менее, адресованное всем жителям Земли, в том числе и неверующим. Чтобы преодолеть изолированность отдельных религий и подключить к правильной жизни более миллиарда жителей, не идентифицирующих себя ни с одной из религиозных конфессий, чтобы обеспечить мир, взаимопонимание и благотворное общежитие, Далай-лама предлагает ориентироваться на общечеловеческие, универсальные ценности — добро, сострадание, счастье, признание и понимание Других. Отсюда, заключает Апрусян, светская этика — это этика глобальная, адресованная всему миру, этика эвдемонистическая (ориентирующая на такой смысл жизни, как счастье и правильное бытие, Аристотель), этика сострадания, альтруистическая этика.

При этом, говорит Апрусян, Далай-лама и его последователи пытаются обосновать данные представления научно. Как правило, они основываются на нескольких научных направлениях: физиологии и когнитивистике (прежде всего, на современных знаниях о мозге), антропологии и педагогике, психологии, причем все научные дискурсы понимают очень своеобразно, так сказать, под углом зрения «Светской этики». В этом пункте я заметил некоторое недоумение или сомнение докладчика. С одной стороны, Апрусян вроде бы одобряет и понимает необходимость научного обоснования идей учения Далай-ламы (заметим, в основе своей учения религиозного или эзотерического), с другой — видит проблематичность подобного обоснования. Например, разбирает отношение, которое ученые, последователи «Светской этики» устанавливают между мозгом и сознанием. Так, Дэвидсон в ранних работах утверждает, что изменение ума (путем его тренировки с целью выработки добродетельного общения) ведет к изменению сознания, позднее же, наоборот, говорит, что изменение сознания ведет к изменению мозга. Для Апрусяна здесь что-то вроде противоречия, во всяком случае, он признается в непонимании этих положений (особенно второго), если они берутся вместе.

Со своей стороны я здесь вспомнил высказывания известного буддистского эзотерика Шри Ауробиндо Гхош. «В предыдущих стадиях эволюции, — пишет он в книге «Жизнь Божественная», — первые и главные заботы и усилия Природы были направлены на перемену физической организации, потому что только таким образом могла произойти

перемена в сознании. Это было необходимо из-за недостаточности силы существующего Сознания, производящего перемену в теле.

Но в человеке обратное движение возможно и даже неизбежно. Эволюция может быть выполнена только посредством человеческого Сознания и его трансмутации, а не посредством нового телесного организма.

В сущности, перемена в Сознании всегда была главным фактором, и эволюция всегда имела духовное значение, тогда как физическая перемена была только ее средством.

Это соотношение духовных и физических сил было скрыто благодаря ненормальному балансу этих сил: внешнее Бессознательное перевешивало и затемняло духовный элемент.

Но как только равновесие было восстановлено, изменение тела уже не должно было предшествовать изменению Сознания.

Теперь мутация Сознания сама произведет нужную мутацию тела»<sup>2</sup>.

Еще один пример. Апресян разбирает экспериментальное обоснование, приводимое последователями Далай-ламы в подтверждение того, что человек от природы скорее добр, чем зол, что уже маленькие дети, которым не больше полгода от рождения, выбирают те события и ситуации, которые маркированы добрыми отношениями. Апресян не отрицает эти эксперименты, но указывает на недостаточную строгость их постановки, а также на то, что младенцы уже включены в процесс социализации (Л. С. Выготский называл целое, складывающееся в ходе этого процесса, «Пра-Мы», подчеркивая единство дитя с родителями), поэтому невозможно понять, какие качества души детям свойственны «по природе». Если природа человека уже включает процессы социализации и воспитания, то можно ли утверждать, что добро и благо — неотъемлемые его свойства?

«Первоначальный детский опыт индивида, — пишет Апресян, — при нормальных условиях его развития и общения содержит определенную нравственную составляющую. Она своеобразна, поскольку связана с удовлетворением потребностей ребенка, которое обеспечивается взрослыми, в первую очередь матерью. Заботливое отношение матери (и других взрослых) к ребенку естественно, инициативно, безусловно, принципиально, самоценно. Ребенок при этом относительно пассивен, рецептивен; он — всего лишь объект чужой активности. Но это активность, в которой непосредственным образом утверждаются моральные ценности: в отношении к ребенку это ценности заботы, помощи, поддержки, участия и т. п. Они впечатываются в изначальный субъективный опыт ребенка (пусть и неосознаваемый), они программируют его установки в отношении других и создают почву для тех потребностей и ожиданий, ответом на которые впоследствии становится мораль...

Мораль начинается с осознания недостаточности, неполноты, «противоестественности», ущербности человеческих отношений. Отношение матери, взрослых к ребенку выступает образцом его собственного отношения к *самому себе*»<sup>3</sup>.

В докладе Апресяна ставился вопрос о природе основного дискурса участников конференции. Свет на этот вопрос частично мог бы пролить анализ понятий, которые использовали его участники. Некоторые из этих понятий были явно европейские

---

<sup>2</sup> Шри Ауробиндо Гхош. Жизнь Божественная. — М., 1999. URL: <https://www.booksite.ru/fulltext/1/001/001/153/index.htm> (дата обращения: 10.02.2023); Розин В. М. Путешествие в страну эзотерической реальности: Избранные эзотерические учения. — М: URSS, 1998. — С. 91–92.

<sup>3</sup> Апресян Р. Г. Концепция социально-эмоционального обучения и задачи морального воспитания // Вопросы психологии. — 2019. № 1. — С. 36.

(«сознание», «рефлексия», «саморегуляция», «навыки взаимоотношений» и пр.), что в общем понятно, учитывая присутствие на конференции европейских ученых. Другие — скорее гибридные, т. е. по происхождению буддистские, как у Далай-ламы, но адаптированные применительно к западному пониманию. К сожалению, Апресян только отмечал необходимость разобраться в гибридных понятиях. Вслед за большинством участников конференции он пользовался понятиями основного дискурса так, как это принято в рамках мирового философского мейнстрима («сознание» — ну примерно так, как его понимают современные психологи, «ум» — почти по Декарту и Локку). Попробуем все же за Апресяна разобраться с гибридными понятиями на примере двух центральных — «сострадание» и «ум». В обсуждении доклада приняла участие молодая женщина, очевидно, работающая в каком-то российско-буддистском фонде. Она сказала, что понятие «сострадание» нельзя понимать по-европейски, как простое сочувствие. В буддизме страдание (круг Сансары) — основная реальность человека, которая должна быть отброшена и размонтирована, чтобы на ее место встала Нирвана. И «со-страдание» нужно понимать в этом же ключе как поддержку тому, кто тоже встал на путь спасения, путь Будды. А европейское сочувствие не предполагает буддистское мировоззрение. Теперь о понятии «ум».

У Николая Кузанского ум — это божественная, но переданная человеку инстанция, направляющая его умственную активность и деятельность. «Ум, — пишет он, — есть живая субстанция, которая, как мы знаем по опыту, внутренне говорит в нас и судит и которая больше любой другой способности из всех ощущаемых нами в себе духовных способностей уподобляется бесконечной субстанции и абсолютной форме»<sup>4</sup>. Декарт считает, что правильный ум, направляемый ясным сознанием и методом, позволяет не только получать истинные знания о природе, но и доказывает само существование Бога (С. Неретина), поэтому главной наукой, убежден он, является наука о правильном уме.

Для буддизма ум скорее негативная инстанция, поскольку он заставляет человека желать и ввергает в разнообразные страдания. Недаром Будда говорил, что «ум — это не Я». А Кришнамурти, пытающийся преодолеть буддизм, но безуспешно, вообще считал ум источником всех бед человека. Он утверждает: все, что человек воспринимает как объективное, реальное, существующее, на самом деле таковым не является. Все это — порождение ума, памяти, деления и разделения мыслящего сознания. «Ну и что, — может спросить его оппонент, — что в этом плохого? Если ум и сознание адекватно отражают реальность, то все в порядке». На это Кришнамурти отвечает: «Ваша реальность — это культура со всеми ее пороками, а мысль — плод от дерева этой реальности. Как законное дитя культуры, мысль изменчива, непостоянна, противоречива, поэтому она вносит не успокоение, а конфликт, создает не гармонию, а разлад, ведет не к вечному, непреходящему, а к изменчивому, призрачному»<sup>5</sup>. «Не требуете ли вы невозможного? — продолжает спрашивать оппонент. — Не требуете ли вы чуда? Как могу я выйти за пределы всего этого без помощи мысли? Мысль есть все мое существо». «Вот в этом все дело, — отвечает Кришнамурти. — Та сущность, которая является мыслью, должна перестать существовать.

---

<sup>4</sup> Кузанский Н. Простец об уме // Кузанский Н. Собрание сочинений: в 2-х т. Т. 2. — М.: Мысль, 1980. — С. 400–401.

<sup>5</sup> Кришнамурти Дж. Единственная революция. — М.: Разум, 1997. — 224 с. URL: [http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya\\_revolyutsiya.html](http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya_revolyutsiya.html) (дата обращения: 11.01.23).

Эгоцентризм как таковой со всеми его проявлениями должен легко и естественно умереть. Только с приходом этой смерти начинается новая, истинно религиозная жизнь»<sup>6</sup>.

Хотя Кришнамурти нередко говорит о культуре, но понимает он ее не по-европейски. Для него культура — это тот же продукт ума, та же Майя. В данном случае Кришнамурти мыслит как Будда: мысль (знание) — это бытие, бытие — это мысль. Однако если Будда говорит: ложная мысль — ложное бытие, истинная мысль — истинное бытие (Нирвана), то Кришнамурти формулирует несколько иначе: всякая мысль — ложная, любое бытие, заданное мыслью, — ложное (ведет к страданиям, конфликтам, обману). Ум, по Кришнамурти, напоминает демиурга, самостоятельно творящего противоречивый, конфликтный, неустроенный мир<sup>7</sup>.

Кажется, что Далай-лама ближе к Будде, поскольку считает, что хороший ум (ориентированный на добро и благо, на понимание, общение и взаимопомощь) должны породить хорошее общество и бытие. Но ведь Будда утверждал, что *любое* бытие, связанное с желаниями и различениями форм, ведет к страданиям, что, только отбросив желания, человек выйдет из круга Сансары. Объясняя, как человек может освободиться от страданий, Будда формулирует знаменитый «узел причинности»:

«Из незнания возникают формы (санкара); из форм возникает распознавание (виннана); из распознавания возникают имя и телесность; из имени и телесности возникают шесть областей (области шести чувств) и их объекты (к пяти известным чувствам индусы прибавляют и мышление — мано); из шести областей возникает соприкосновение между чувствами и их объектами; из соприкосновения возникают ощущения; из ощущений возникает жажда; из жажды возникает выбор (существования: упадана); из выбора возникает создание; из создания возникает рождение; из рождения возникают старость и смерть, страдание и жалоба, скорбь, печаль и отчаяние. Таково происхождение всего царства страдания.

Но когда прекратилось незнание среди полного уничтожения желания, то это влечет за собой уничтожение форм; уничтожением форм уничтожается распознавание; уничтожением распознавания уничтожаются имя и телесность; уничтожением имени и телесности уничтожаются шесть областей; уничтожением шести областей уничтожается соприкосновение (между чувствами и их объектами); уничтожением соприкосновения уничтожается ощущение; уничтожением ощущения уничтожается жажда; уничтожением жажды уничтожается выбор (существования); уничтожением выбора уничтожается создание; уничтожением создания уничтожается рождение; уничтожением рождения уничтожаются старость и смерть, страдание и жалоба, скорбь, печаль и отчаяние. Таково прекращение всего царства страдания»<sup>8</sup>.

Далай-лама, желая помочь человечеству и понимая, что люди скорее поверят науке и обычной этике (понятиям добра, понимания, помощи, сочувствия и др.), чем буддизму, вероятно, считает, что путь Будды непосильный для обычного, среднего человека. Вместо деконструкции реальности, ведущей, по Будде, к страданиям, он предлагает культивировать (формировать) средствами образования и антропотехники хорошее бытие и общество,

---

<sup>6</sup> Там же.

<sup>7</sup> Розин В. М. Сущность эзотеризма: Эзотерическая личность. Реконструкция эзотерических учений. — М.: ЛЕНАНД, 2021. — С. 223.

<sup>8</sup> Ольденберг Г. Будда. Его жизнь, учение и община. — М.: Изд Д. П. Ефимова, 1905. — С. 300–301.

причем навигатором и мотором этого процесса, утверждает Далай-лама, является правильный ум. Обосновывая эти положения, Дэвидсон в самом начале конференции говорит, что подобно тому, как мы должны чистить зубы несколько раз в день для поддержания личной телесной гигиены, настало время задуматься о личной психической [mental] гигиене; гигиене ума следует уделять не меньше времени, чем гигиене тела; и тогда мир изменится.

Кроме того, Далай-лама явно встал на позицию социальности, поскольку считает, что и образование, и антропотехника должны способствовать взаимопониманию людей в обществе, общительности, благожелательному отношению друг к другу. Ведь подобное образование и антропотехнику вряд ли возможно организовать без поддержки государства и других социальных институтов. С точки же зрения последовательных буддистов, спасти себя может только сам человек. Нет смысла улучшать социальность, это только добавит новые проблемы и страдания. В результате же изменения индивида должен измениться и мир социальности. Но не наоборот.

«Успех, — размышляет Кришнамурти, — это жестокость. Любой вид успеха — политический и религиозный, в искусстве, в делах. Добиться успеха можно только беспощадностью. Власть — одна из форм зла. Человек, проявляющий власть, никогда не откроет дверь, ведущую в Реальность. Праведная жизнь — не следование требованиям социальной морали, она свободна от зависти, жадности, стремления к власти, ибо эти свойства порождают враждебность.

Вы должны увидеть весь этот путь жизни с ее абсурдными верованиями и разделениями, увидеть крайнюю бессмысленность жизни, которая проходит в конторе или на фабрике. А в конце всего этого приходит смерть.

Внутри узких стен современной культуры нет свободы, а так как нет свободы, то господствует хаос. Живя в этом хаосе, человек ищет свободу в идеологиях, в теориях, в том, что он называет Богом. Такой уход от жизни не есть свобода. Это опять-таки тот метр тюрьмы, который отделяет людей друг от друга.

Общество, которое создали люди, — гнилое, извращенное, аморальное. Его-то и необходимо изменить, но это возможно тогда, когда человек, создавший общество, изменится сам»<sup>9</sup>.

В своей философской автобиографии Н. Бердяев пишет: «Я — человек, восставший против общества... Я вообще не люблю общества... Род всегда представлялся мне врагом и поработителем личности. «Род» есть порядок необходимости, а не свободы... Я скорее преуменьшил, чем преувеличил степень моего разрыва с миром социальной обыденности. Я с детства находился в состоянии восстания против «иерархического» порядка природы и общества... Я принадлежу к тому типу людей и к той небольшой части поколения конца XIX и начала XX века, в которой достиг необычной остроты конфликт личности, неповторимой индивидуальности с общим и родовым... Я не чувствовал себя по-настоящему и глубоко гражданином мира, членом общества, государства, семьи, профессии или какой-либо группировки, связанный с ними единством судьбы. Я соглашался признать себя лишь гражданином царства свободы. В этом я не своевременный человек. Я принужден жить

---

<sup>9</sup> Кришнамурти Дж. Единственная революция. — М: Разум, 1997. URL: [http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya\\_revolyutsiya.html](http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya_revolyutsiya.html) (дата обращения: 11.01.23).

в эпоху, в которой торжествует сила, враждебная пафосу личности, ненавидящая индивидуальность, желающая подчинить человека безраздельной власти общего, коллективной реальности, государству, нации. Но в то же время я очень остро и часто мучительно переживал основной парадокс личности. Я стремился не к изоляции своей личности, не к ее замыканию в себе и не к самоутверждению, а к размыканию в универсум, к наполнению универсальным содержанием, к общению со всеми...

Я думаю, трудно найти человека, у которого было бы не только отсутствие, но и глубокое противление всякому иерархическому порядку. Я никогда не мог вынести, чтобы отношения людей определялись по иерархическим чинам. Во мне вызывало отвращение, когда говорили, что кто-нибудь занял положение в обществе. Я совершенно не выносил, когда меня рассматривали как хозяина дома, главу семьи, редактора журнала, председателя религиозно-философской академии и т. п. Все иерархические чины этого мира всегда представлялись мне лишь маскарадом, лишь внешней одеждой, которую я охотно содрал бы. Мне всегда думалось, что подлинные качества и достоинства людей не имеют никакого отношения к их иерархическому положению в обществе и даже противоположны ему. Гении не занимали никакого иерархического положения в обществе и не были иерархическими чинами, как и пророки и святые. И когда Бог стал человеком, то занял самое последнее положение в обществе. Мессия должен быть распят. Мне неприятен всякий мундир, всякий орден, всякий условный знак почитания людей в обществе. Чины академические, общественные или революционные мне так же мало импонируют, как и чины церковные, государственные, консервативные»<sup>10</sup>.

Но вернемся к Далай-ламе. Не является ли в таком случае программа спасения Далай-ламы противоположной буддийской? Его буддистское Святейшество преодолевает буддистское учение ради спасения человечества — не правда ли, круто, как говорят наши дети? Это предположение делает, конечно, автор, а Рубен Апресян — не знаю, согласится ли он с моими размышлениями на этот счет?

Признавая недостаточную научную обоснованность концепции социально-эмоционального научения, Апресян, тем не менее, всячески поддерживает ее. Интересно, почему? Для меня эта концепция очень расплывчатая, неопределенная: например, что здесь понимается под эмоциями, похоже, только биологический план. «Даже с самой строгой научной точки зрения, — читаем мы в книге «Больше чем религия: Этика для всего мира», — бескорыстие и забота о других не только отвечают нашим собственным интересам, но даже, в определенном смысле, присущи биологической природе человека»<sup>11</sup>. «Медицинские эксперименты, — отмечает Ричард Хайнберг, — убедительно продемонстрировали, что психологические установки и эмоциональные состояния оказывают значительное воздействие на здоровье. Эмоциональные состояния, связанные с эгоистическим обособлением, — злость, обвинение и чувства изоляции, — приводят к понижению уровней содержания в теле химических соединений, служащих для повышения порога боли (эндорфины) и поддержания иммунитета к инфекциям (иммуноглобулины). Эмоциональные состояния, связанные с выходом за рамки эго, — например, сопереживание,

---

<sup>10</sup> Бердяев Н. Самопознание. Опыт философской автобиографии. — СПб.: Азбука: Азбука-Аттикус, 2015. — С. 53–69, 378–379, 381–382.

<sup>11</sup> Далай-лама. Больше, чем религия. Этика для всего мира. — М.: Фонд «Сохраним Тибет», 2016. — С. 20.

прощение и забота, — вырабатывают более высокие уровни этих жизненно важных химических соединений тела»<sup>12</sup>.

Не признается ли социальная составляющая подобного научения только формально? Если нет, то каким образом связаны между собой биологические, психологические и социальные аспекты научения и что может представлять собой само это научение? Сделаю отступление и поговорю о природе эмоций.

Начать анализ можно с одного предположения. Выраженные, яркие эмоции (смех, страх, гнев, горе и т. д.) вызываются определенными ситуациями, именно теми, где поведение человека перестает быть однозначным, где, так сказать, сталкиваются (налезают друг на друга, перебивают друг друга) различные или даже противоположные мотивы, реальности, установки человека. Другими словами, поведение становится парадоксальным: оно реализуется как два или больше разных поведения. Здесь важно то, что человеку в данных условиях не удастся интегрировать эти разные или противоположные мотивы, реальности и установки в целостном поведении. Каждое из них требует от человека своих действий, событий, переживаний, и они разные. Простой пример — многие анекдоты построены по следующей несложной схеме: человека погружают в определенную реальность, где он ожидает очередных событий, и неожиданно очередные события происходят не по логике данной реальности, а по какой-то другой (человек сел на стул, а сел на шляпу или на торт и т. п.). По той же незамысловатой схеме перебивки или перепутывания реальностей построены многие смешные детские истории К. И. Чуковского, например:

Мыши кошку изловили,  
В мышеловку посадили.  
Рыбы по полю гуляют,  
Жабы по небу летают,  
А лисички взяли спички,  
К морю синему пошли,  
Море синее зажгли...

Если происходит столкновение или перебивка двух реальностей (мотивов, установок и т. д.), и если контекст и условия не позволяют человеку интегрировать эти реальности, сделав их событиями некоторой третьей реальности, то, вероятно, однозначное поведение (т. е. в той или другой реальности) становится затруднительным. И действительно, наблюдения подтверждают это: в зависимости от характера реальностей и особенностей их столкновения (здесь важна скорость разворачивания событий) наступают или ступор, или колебания (в отношении разных реальностей), или срыв (в поведении защитного характера) и т. д. Одновременно возникают эмоции.

Говоря «возникают», я, с одной стороны, констатирую факт, но с другой — провоцирую естественно-научную трактовку эмоций. Необходимо говорить иначе: в ситуациях столкновения или перебивки разных реальностей человек открывает

---

<sup>12</sup> Heinberg R. Memories and Visions of Paradise. URL: <http://elena-v-kuzmina.blogspot.ru/2010/06/sound-body-sound-mind.html> (дата обращения: 10.02.2023).



(изобретает) определенные телесные гештальты, в данном случае эмоции; открывает, ориентируясь на культурные образы (концепции), осваивая новую технику и взаимоотношения.

Но что собой представляют эти телесные гештальты? Во-первых, эмоции позволяют человеку временно приостановить или затормозить текущую жизнедеятельность, они изолируют от этой жизнедеятельности, забирают энергию, переключают на себя. Во-вторых, эмоции являются самостоятельной реальностью (мотивом, установкой), события этой реальности задают те или иные отношения к происходящему; эти отношения в культуре обычно рефлексированы в категориях «страх», «радость», «гнев», «печаль» и т. п. В-третьих, эмоции — это некоторый процесс, например, циклический (смех) или имеющий другой «профиль» — максимум и минимум, увеличение или падение силы (горе) и т. д. В-четвертых, эмоция как телесный гештальт — это определенная форма, пластический образ, выражение (для его построения приходится осваивать определенную технику — учиться смеяться, горевать, негодовать и т. д.). Эти качества телесного гештальта эмоций позволяют человеку *прервать или затормозить текущую жизнедеятельность* (определяемую противоположными и несовпадающими мотивами); *перейти в особый режим* (его можно назвать «эмоциональным состоянием», именно здесь эмоции выступают как значащие выражения, символы; последние не только указывают на определенные эмоциональные состояния человека — радость, горе, печаль и т. д., — но и отчасти образуют эти состояния, помогают им состояться, выявиться в коммуникации); *перестроиться, «найти» новую реальность* (сформировать новый мотив, установку), отчасти интегрирующую, снимающую предыдущие. В этом отношении эмоции действительно выполняют интегрирующую роль; так, горе позволяет нам не только забыть, но и пережить неприятные события и нащупать новые стимулы к жизни.

Наблюдение за детьми и подростками показывает, что они не сразу открывают эмоции как телесный гештальт и реальность. Часто в ответ на смешную ситуацию ребенок или просто не реагирует, или смеется невпопад, или же не так, как принято в данной культуре или сообществе (слишком громко, ненатурально, не в тех местах и т. п.). Взрослые и своим примером, и косвенно (своим недоумением) подталкивают детей к правильному усвоению значения эмоции, а также к освоению (открытию) ее правильной телесной и символической формы.

Исключительную роль здесь играет искусство, особенно музыка. По сути, это настоящая выставка «телесных гештальтов» (эмоций) и ситуаций их реализации. Уже жанр произведения (смешная, радостная история, стихотворение или пьеса, печальная, грустная история, мелодия и т. д.) настраивает ребенка на определенные ситуации и переживания. Само произведение хорошего детского писателя сделано так, что погружает маленького читателя (слушателя) в эстетические ситуации, построенные (причем для ребенка обнаженно, наглядно), например, по принципу перебивки или столкновения противоположных реальностей. Произведение искусства и реакция взрослых «подсказывают» ребенку тип телесного гештальта. Но только подсказывают, вначале это чисто внешняя конструкция, которой ребенок подражает, которой он заражается, не более того. Однако эстетическая реальность произведения, а также игровой характер ее постижения (детское переживание произведения своего рода бесконечная, пока не надоест, игра в мире художественной реальности) помогают освоиться в новой технике, открыть

телесный гештальт. В этом смысле ребенок сначала учится печалиться сказочным событиям (например, как волк съел козлят, Красную Шапочку и ее бабушку), а затем уже переходит к реальным событиям.

В сказке ребенок, с одной стороны, защищен, ведь сказочные события условны, с другой стороны, может вновь и вновь с интересом, а затем и страхом, подсказанным сюжетом и взрослым, ожидать появления страшного, коварного волка, его кошмарных, ужасных поступков по отношению к Красной Шапочке, ее бабушке или козлятам. Конечно, и жизнь учит эмоциям; в частности, исключительно важны опыт общения с другими людьми, страдания, радости жизни и т. п. Но и здесь, чтобы обогатить эмоциональную палитру, человек должен еще специально представить, отрефлексировать свой жизненный опыт, например, в схемах и образах искусства или какой-нибудь другой духовной реальности — религиозных, эстетических размышлениях и т. д.

Как известно, многие искусствоведы утверждают, что произведение искусства выражает эмоциональную жизнь и переживания человека. Однако сами эмоции при этом описывают на основе категорий, сходных с искусствоведческими. В чем же дело? Все становится на свои места, если мы учтем, что именно искусство является психотехникой для развития эмоциональной жизни, что искусство специализируется на том, что может быть названо «эмоциональной подготовкой и психологией». Но в то же время художники постоянно эксплуатируют двойственность своего предмета: произведение искусства — это и «эстетический предмет», и одновременно «эмоциональный опыт» (эмоциональные ситуации). В этом смысле всякий хороший художник должен быть и неплохим психологом и педагогом (конечно, не в профессиональном смысле).

Можно предположить, что эмоции разворачиваются как бы на двух уровнях. С одной стороны, это процессы претерпевания, то есть *естественные, произвольные реакции психики и организма на самые разные другие процессы — кристаллизацию желаний, их разрешение в определенных реальностях, перебивка реальностей, выход из реальности и прочее*. С другой — это *культурное выражение процессов претерпевания в языке и поведении*. Последнее, что понятно, обязательно предполагает работу сознания человека. Следовательно, в эмоциях можно различить неосознаваемые и осознаваемые составляющие<sup>13</sup>.

Я вовсе не претендую, что лучше, чем европейские последователи Далай-ламы, раскрыл природу эмоций, но, думаю, наметил (как программу исследований) связь эмоций с психикой, социальностью и образованием, на чем как раз настаивает концепция социально-эмоционального научения.

Заканчивая свой доклад, Апресян отметил один, с его точки зрения, серьезный недостаток исследований социально-эмоционального научения, а именно — полное отсутствие или достаточно слабый анализ социальности. Отмечая недостатки выступлений на конференции, Апресян был предельно тактичен. Тем не менее он пару раз задал вопрос: а что нового мы узнали из докладов? Вроде бы многие высказанные докладчиками положения уже давно известны в европейской науке или философии, правда, сформулированы они на другом языке.

---

<sup>13</sup> Розин В. М. Эмоции в искусстве, искусство — психотехника эмоций // Мир психологии. 2002. № 4 С. 71–85.

Апресян не говорил открыто, но, думаю, для него не секрет: в европейской философии и науке уже давно идет обсуждение проблем и следствий, проистекающих из таких положений. И взаимосвязь социальности и индивидуальности на европейской почве лучше проработана. Действительно, уже учение Платона содержит оба указанных плана. С одной стороны, Платон говорит об индивидуальном спасении, предполагающем припоминание мира идей, неба и богов («Такой человек, — писал Платон о себе в третьем лице в “Послезаконии”, — даже восполнив смертью удел своей жизни, на смертном одре не будет, как теперь, иметь множества ощущений, но достигнет единого удела, из множественности станет единством, будет счастлив, чрезвычайно мудр и вместе блажен»<sup>14</sup>), с другой стороны, из «Государства» следует, что необходимое условие этого — социальные изменения.

«Общаясь с божественным и упорядоченным, философ также становится упорядоченным и божественным, насколько это в человеческих силах... Так вот, если у философа возникнет необходимость позаботиться о том, чтобы внести в частный и общественный быт людей то, что он усматривает наверху, и не ограничиваться собственным совершенствованием, думаешь ли ты, что из него выйдет плохой мастер по части рассудительности, справедливости и всей вообще добродетели, полезной народу?..

А когда им будет пятьдесят, то тех из них, кто уцелел и всячески отличился — как на деле, так и в познаниях, — пора будет привести к окончательной цели — заставить их устремить ввысь свой духовный взор и взглянуть на то самое, что всему дает свет, а увидев благо само по себе, взять его за образец и упорядочить и государство, и частных лиц, а также самих себя — каждого в свой черед — на весь остаток своей жизни»<sup>15</sup>.

С точки зрения европейской философии и науки, воззрения Далай-ламы могут выглядеть наивными и утопическими, поскольку непонятно, как их можно реализовать в нашем сложном мире. Однако в ситуации пробуждения и нашествия темных сил «Светская этика» выполняет свое назначение, работая на благо и жизнь человечества.

## Литература

1. Апресян Р. Г. К итогам XXXIII конференции «Ум и жизнь»: Диалоги с Далай-ламой. URL: <https://yandex.ru/video/preview/2693389093987651881> (дата обращения: 10.02.2023).
2. Апресян Р. Г. Концепция социально-эмоционального обучения и задачи морального воспитания // Вопросы психологии. — 2019. № 1. — С. 29–39.
3. Бердяев Н. Самопознание. Опыт философской автобиографии. — СПб.: Азбука: Азбука-Аттикус, 2015. — 416 с.
4. Далай-лама. Больше, чем религия. Этика для всего мира. — М.: Фонд «Сохраним Тибет», 2016. — 224 с.

---

<sup>14</sup> Платон. Послезаконие // Платон. Собр. соч.: в 4 т. Т. 4. — М.: Мысль, 1994. — С. 458.

<sup>15</sup> Платон. Государство. Книги 6 и 7. URL: <http://lib.ru/POEEAST/PLATO/gosudarstvo.txt> (дата обращения: 10.02.2023).

5. Кришнамурти Дж. Единственная революция. — М: Разум, 1997. — 224 с. URL: [http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya\\_revolyutsiya.html](http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya_revolyutsiya.html) (дата обращения: 11.01.2023).
6. Кузанский Н. Простец об уме // Кузанский Н. Собрание сочинений: в 2-х т. Т. 2. — М.: Мысль, 1980. — С. 385–443.
7. Ольденберг Г. Будда. Его жизнь, учение и община. — М.: Изд. Д. П. Ефимова, 1905. — 512 с.
8. Платон. Государство. Книги 6 и 7. URL: <http://lib.ru/POEEAST/PLATO/gosudarstvo.txt> (дата обращения: 10.02.2023).
9. Платон. Послезаконие // Платон. Собрание сочинений: в 4-х т. Т. 4. — М.: Мысль, 1994. — С. 438–460.
10. Розин В. М. Путешествие в страну эзотерической реальности: Избранные эзотерические учения. — М: URSS, 1998. — 373 с.
11. Розин В. М. Сущность эзотеризма: Эзотерическая личность. Реконструкция эзотерических учений. — М.: ЛЕНАНД, 2021. — 264 с.
12. Розин В. М. Эмоции в искусстве, искусство — психотехника эмоций // Мир психологии. — 2002. № 4. — С. 71–85.
13. Шри Ауробиндо Гхош. Жизнь Божественная. — М., 1999. URL: <https://www.booksite.ru/fulltext/1/001/001/153/index.htm> (дата обращения: 10.02.2023).
14. Heinberg R. Memories and Visions of Paradise. URL: <http://elena-v-kuzmina.blogspot.ru/2010/06/sound-body-sound-mind.html> (дата обращения: 10.02.2023).

## References

1. Apressyan R. G. *K itogam HXXIII konferencii «Um i zhizn'»: Dialogi s Dalaj-Lamoj* [Towards the results of the XXIII conference "Mind and Life": Dialogues with the Dalai Lama]. URL: [<https://yandex.ru/video/preview/2693389093987651881>, accessed on 10.02.2023]. (In Russian.)
2. Apressyan R. G. *Koncepciya social'no-emocional'nogo obucheniya i zadachi moral'nogo vospitaniya* [The concept of socio-emotional learning and the tasks of moral education]. Questions of Psychology, 2019, no. 1, pp. 29–39. (In Russian.)
3. Berdyaev N. *Samopoznanie. Opyt filosofskoj avtobiografii* [Self-knowledge. Experience of philosophical autobiography]. St. Petersburg: Azbuka: Azbuka-Atticus, 2015. 416 p. (In Russian.)
4. Cusanus N. “Prostec ob уме” [Simple about the mind], in: Cusanus N. *Sobranie sochinenij: v 2 t.* [Collected works in 2 vols.], Vol. 2. Moscow: Mysl', 1980. 471 p. (In Russian.)
5. Dalai-Lama. *Bol'she chem religiya. Etika dlya vsego mira* [More than religion. Ethics for the whole world]. Moscow: Save Tibet Foundation, 2016. 224 p. (In Russian.)
6. Heinberg R. Memories and Visions of Paradise. URL: [<http://elena-v-kuzmina.blogspot.ru/2010/06/sound-body-sound-mind.html>, accessed on 10.02.2023].
7. Krishnamurti Dzh. *Edinstvennaya revolyuciya* [The only revolution]. Moscow: Razum, 1997. 224 p. URL: [[http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya\\_revolyutsiya.html](http://otkrovenia.narod.ru/edinstvennaya_revolyutsiya.html), accessed on 10.02.2023]. (In Russian.)

8. Oldenberg H. *Budda. Ego zhizn', uchenie i obshchina* [Buddha. His life, teaching and community]. Moscow: Izd D. P. Efimova, 1905. 512 p. (In Russian.)
9. Plato. "Poslezakonie" [Afterlaw], in: Plato. *Sobranie soch. v 4 t.* [Collected works in 4 vols.], Vol. 4. Moscow: Mysl', 1994. Pp. 438–460. (In Russian.)
10. Plato. *Gosudarstvo* [State]. Book 6 and 7. URL: [<http://lib.ru/POEEAST/PLATO/gosudarstvo.txt>, accessed on 10.02.2023]. (In Russian.)
11. Rozin V. M. *Emocii v iskusstve, iskusstvo — psihotekhnika emocij* [Emotions in art, art - psychotechnics of emotions]. World of psychology, 2002, no. 4, pp. 71–85. (In Russian.)
12. Rozin V. M. *Puteshestvie v stranu ezotericheskoy real'nosti: Izbrannye ezotericheskie ucheniya* [Journey to the Land of Esoteric Reality: Selected Esoteric Teachings]. Moscow: URSS, 1998. 373 p. (In Russian.)
13. Rozin V. M. *Sushchnost' ezoterizma: Ezotericheskaya lichnost'. Rekonstrukciya ezotericheskikh uchenij* [Essence of esotericism: Esoteric personality. Reconstruction of esoteric teachings]. Moscow: LENAND, 2021. 264 p. (In Russian.)
14. Sri Aurobindo. *ZHizn' Bozhestvennaya* [Divine Life]. Moscow, 1999. URL: [<https://www.booksite.ru/fulltext/1/001/001/153/index.htm>, accessed on 10.02.2023]. (In Russian.)

## **Ruben Apressyan talks about the XXXIII Mind and Life Conference, his understanding of the Dalai Lama's "Secular Ethics" and the concept of "socio-emotional learning" (comment to comments)**

*Rozin V. M.,*  
doctor of philosophical science,  
[rozinvm@gmail.com](mailto:rozinvm@gmail.com)

**Abstract:** The article outlines the main ideas of Ruben Apressyan's speech at the Institute of Philosophy of the Russian Academy of Sciences in 2018. The author comments on these ideas using the results of his research on esoteric teachings, the history of philosophy and emotions. In particular, he suggests that the Dalai Lama, wishing to help humanity and realizing that people would rather believe science and ordinary ethics (the concepts of kindness, understanding, help, sympathy, etc.) than Buddhism, believes that the path of the Buddha is unbearable for ordinary, the average person. Instead of deconstructing the reality that leads to suffering according to the Buddha, he proposes to cultivate (form) by means of education and anthropotechnics a good being and society, and the navigator and engine of this process, the Dalai Lama claims, is the right thinking (mind).

**Keywords:** consciousness, mind, ethics, goodness, teaching, ideas, realization, individual, sociality, Buddhism.