Я БУДУ ГОВОРИТЬ ОБ ИЗУЧЕНИИ ПСИХОЛОГИИ, но должен предупредить, что подразумеваемая мной психология весьма отличается от той, что вам известна под этим названием.

Прежде всего я должен отметить, что, пожалуй, еще никогда психология не находилась на таком *низком уровне*, как в наши дни. Она утратила всякую связь со своими корнями и смыслом, так что сейчас трудно даже дать определение термину «психология», то есть сказать, что она есть и что изучает. И это при том, что никогда прежде не существовало такого множества психологических теорий и трудов.

Психологию иногда называют новой наукой. Это совершенно неверно. Психология — это, пожалуй, *древнейшая*, но, к сожалению, во многом *забытая наука*.

Для того чтобы понять, как определить психологию, необходимо осознать, что она (за исключением новейшего времени) никогда не существовала под своим собственным именем. По тем или иным причинам психологии всегда приписывались дурные или разрушительные стремления религиозного, политического и морального характера, и поэтому ей приходилось скрываться, принимая различные обличья.

Тысячи лет психология существовала под именем философии. В Индии все формы *йоги*, являющейся, по сути, психологией, относились к одной из шести философских систем. *Учения суфиев* — также в основном психологические — считаются отчасти религиозными, отчасти метафизическими. В Европе еще совсем недавно, в конце XIX века, многие работы по психологии относили к философии. И несмотря на то, что почти все разделы философии (логика, теория познания, этика, эстетика) напрямую связаны с работой человеческого ума и чувств, считалось, что психология стоит ниже философии и занимается менее важными или низшими сторонами человеческой природы.

Существуя под именем философии, психология одновременно (и даже с еще более давних времен) присутствовала в рамках различных религий. Это не означает, что религия и психология когда-либо были одним или что связь между ними получала признание. Но нет сомнений в том, что почти все известные религии (разумеется, я имею в виду не современные фальшивые религии) создавали то или иное психологическое учение, нередко связанное с определенной практикой, поэтому изучение религии зачастую включало в себя и изучение психологии.

В весьма ортодоксальной религиозной литературе разных времен и народов есть много прекрасных работ по психологии. Например,

существует раннехристианское собрание книг различных авторов под общим названием «Добротолюбие», в наше время используемое православной церковью в основном для наставления монахов.

Пока психология была связана с философией и религией, она существовала также и в форме искусства. Поэзия, театр, скульптура, танец и даже архитектура служили средствами для передачи психологического знания. Готические соборы, например, в первую очередь были «психологическими» произведениями.

В древности, до того как философия, религия и искусство разделились и приняли привычную нам форму, психология существовала в форме *мистерий* (к примеру, египетских и древнегреческих).

Позднее, после исчезновения мистерий, психология стала *символическими учениями* (астрологией, алхимией, магией и более современными масонством, оккультизмом и теософией), которые иногда были связаны с религией того времени.

Необходимо отметить, что все психологические системы и учения — как открыто существующие, так и тайные — могут быть разделены на две основные категории.

Первая: системы, которые изучают человека таким, *какой он есть, или таким, каким они его себе представляют или воображают*. Современная «научная» психология (или то, что нам известно под этим именем) относится к этой категории.

Вторая: системы, которые изучают человека не с точки зрения того, какой он есть или каким он им представляется, а с точки зрения того, каким он может стать, то есть с точки зрения *возможностей его развития*.

Эти последние и являются собственно психологическими или, во всяком случае, древнейшими психологическими системами, и только они могут нам объяснить позабытые корни и смысл психологии.

Когда мы поймем важность изучения человека с точки зрения возможностей его развития, то осознаем, что на вопрос: «Что такое психология?» следовало бы отвечать прежде всего так: психология — это изучение принципов, законов и фактов возможностей развития человека.

В своих лекциях я буду говорить только с этой позиции.

Сперва мы попробуем разобраться в том, что такое эволюция человека, а затем выясним, существуют ли какие-то особые необходимые для нее условия.

В отношении привычных современных взглядов на происхождение человека и его эволюцию я сразу хочу заявить, что их принимать нельзя. Мы должны осознать, что ничего не знаем о происхождении человека и не обладаем никакими доказательствами физической или психической его эволюции.

Если же мы, напротив, обратимся к историческому человечеству, то есть человечеству на протяжении десяти или пятнадцати тысяч лет, мы обнаружим неоспоримые признаки существования человека высшего типа: его присутствие доказывают древние монументы и памятники, которые современное человечество не может повторить.

Что касается доисторического человека или созданий, его напоминающих и в то же время отличающихся от него, чьи кости иногда обнаруживаются в породе ледникового или доледникового периода, мы можем принять точку зрения, согласно которой эти кости принадлежат существам, весьма отличным от людей и давным-давно вымершим.

Отрицая предшествующую эволюцию человека, мы должны отрицать и любую возможность будущей механистичной эволюции; то есть такой, которая происходит сама по себе в соответствии с законами наследственности и естественного отбора, без сознательных усилий человека и его понимания собственного развития.

Наша основная идея будет состоять в том, что человек, каким мы его знаем, — это *существо незавершенное*. Природа развивает его лишь до определенного момента, а затем останавливается, давая ему возможность либо развиваться собственными силами и средствами, либо жить и умирать таким, каким он родился, либо же вырождаться и терять способность к развитию.

Эволюция человека, в таком случае, будет означать развитие определенных *внутренних* качеств и черт, которые обычно остаются неразвитыми и *развиваться сами собой не могут*.

Опыт и наблюдения показывают, что это развитие возможно только при определенных условиях, при наличии усилий со стороны самого человека и при достаточной помощи со стороны тех, кто начал подобную работу прежде и уже достиг определенного уровня развития или, по крайней мере, обрел знание определенных методов.

Мы начнем с того, что без усилий (как и без внешней помощи) эволюция невозможна.

Затем нам следует осознать, что в ходе развития человек должен стать *иным существом.* Необходимо понять, в каком смысле и в каком отношении это должно произойти, то есть что означает «иное существо».

И наконец, нужно понять, что не *все люди* могут развиться и стать иными существами. Эволюция зависит от личных усилий и в масштабах человечества является лишь редким исключением. Это может показаться странным, но мы должны понять, что эволюция не просто редка, *она наблюдается все реже и реже*.

Все приведенные выше утверждения, естественно, вызывают много вопросов.

Что означает, что в ходе эволюции человек должен стать иным существом?
Что такое «иное существо?»
Какие внутренние качества можно развить в человеке и как это сделать?
Почему не все люди могут развиваться и становиться иными существами?
Откуда такая несправедливость?

Я попытаюсь ответить на все эти вопросы и начну с последнего.

Итак, почему не все люди способны развиваться и становиться иными существами?

Ответ очень прост. *Потому что они этого не хотят.* Потому что они ничего об этом не знают и без долгой подготовки не поймут, что это значит, даже если им объяснят.

Основная идея заключается в следующем: чтобы стать иным существом, человек должен очень этого хотеть в течение долгого времени. Преходящее или смутное желание, основанное на неудовлетворенности внешними условиями, не даст достаточного импульса.

Развитие человека зависит от его понимания того, что он может получить и что он должен ради этого отдать.

Если человек не хочет этого или хочет недостаточно сильно и не прилагает необходимых усилий, он никогда не разовьется. Поэтому никакой несправедливости в этом нет. Почему человек должен иметь то, чего он не хочет? Вот если бы человека, довольного тем, кто он есть, силой заставляли стать иным существом, это действительно было бы несправедливо.

Теперь мы должны спросить себя, что такое «иное существо». Если мы рассмотрим все доступные материалы по данному вопросу, то обнаружим, что в результате преображения человек обретает множество таких качеств и сил, которыми он в настоящее время не обладает. Это утверждение мы находим во всех системах, признающих идею психологического или внутреннего роста человека.

Но этого недостаточно. Даже самые подробные описания таких новых сил не помогут нам понять, как эти силы появляются и откуда возникают.

Эта связь упускается в широко известных учениях, даже тех из них, которые основаны на идее возможности человеческого развития.

Истина заключается в том, что прежде, чем обрести какие-либо *новые* способности или силы, которыми человек в своем настоящем состоянии не обладает и о которых ничего не знает, он должен обрести такие способности и силы, которыми *он также не обладает*, но приписывает себе, то есть думает, что они ему известны и он способен их контролировать и пользоваться ими.

Это и есть отсутствующая связь, и это самое важное.

На пути развития, как описано выше, пути, основанном на усилии и помощи, человек должен обрести качества, наличие которых уже приписывает себе в настоящий момент, но ошибается в этом.

Чтобы лучше понять это и выяснить, какие именно способности и силы способен обрести человек (как новые, неожиданные, так и те, которыми он якобы уже обладает), мы должны обратиться к тому, что человек вообще о себе знает.

И тут мы подходим к очень важному факту.

Человек себя не знает.

Ему неизвестны свои границы и возможности. Ему неведомо даже то, насколько он себя не знает.

Человек изобрел много механизмов и понимает, что сложный механизм иногда необходимо изучать годами, прежде чем придет умение управления и контроля. Но к себе он это знание не применяет, хотя сам является машиной гораздо более сложной, чем любая из тех, которые он изобрел.

У человека множество заблуждений на свой счет. И первое состоит в том, что он *не считает себя машиной*.

Что значит быть машиной?

Это означает невозможность совершения независимых действий ни внутри себя, ни вовне. Человек — это машина, которая приводится в движение *внешними влияниями и воздействиями*. Все его движения, действия, слова, идеи, эмоции, настроения и мысли порождаются внешними воздействиями. Сам по себе он просто автомат с определенным запасом энергии и некоторым количеством воспоминаний о прошлом опыте.

Мы должны понять, что человек ничего не может.

Но он не понимает этого и приписывает себе *такую способность*. Это первое, что человек себе приписывает.

Это необходимо окончательно для себя уяснить. *Человек не способен действовать.* Все, что, по его мнению, он делает, в действительности *случается* (подобно тому, как идет дождь или тает снег).

Мы говорим, что человек думает, читает, пишет, любит, ненавидит, развязывает войны, борется и так далее. В действительности же все это *случается*.

Человек не способен самостоятельно двигаться, думать и говорить. Он марионетка, чьи движения определяются невидимыми нитями. Если он поймет это, он узнает о себе больше, и тогда, возможно, для него что-то начнет меняться. Но если он не осознает и не понимает свою полную *механистичность* (или не желает принять ее как факт), он ничего не узнает, и для него ничего не изменится.

Человек — это машина, но очень своеобразная машина. Это машина, которая при соответствующих обстоятельствах и отношении способна *осознать себя машиной*, а полностью осознав это, может найти способ перестать таковою быть.

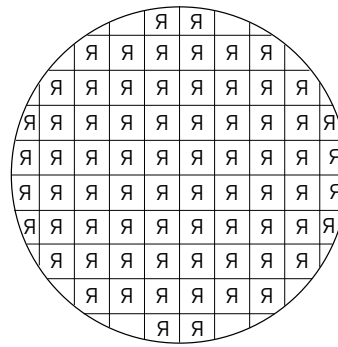
Первое, что человек должен знать: он не один, его много. Он не имеет постоянного или неизменного «Я» (эго). Он всегда разный. В один

момент он — один, в другой — другой, в третий — третий и так далее, почти до бесконечности.

Иллюзия единства или целостности создается в человеке ощущением собственного физического тела, именем, которое в большинстве случаев не меняется на протяжении жизни, и определенным набором механичных привычек, привитых обучением или приобретенных путем имитации. Ощущая одно и то же физическое тело, слыша одно и то же имя, замечая в себе одни и те же привычки и склонности, человек полагает, что он всегда одинаков.

В действительности же в человеке нет единства и нет управляющего центра, постоянного «Я» (эго).

Вот общее изображение человека:



Все наши мысли, чувства, ощущения, желания, симпатии и антипатии — это «Я». Эти «Я» не связаны между собой и никоим образом не координируются. Все они зависят от изменения внешних обстоятельств и смены впечатлений.

Некоторые из них механически следуют за другими, иные же всегда появляются в сопровождении других. Но в них нет упорядоченности и системы.

Существуют определенные группы «Я», которые связаны естественным образом. Мы поговорим о них позднее. Сейчас стоит постараться понять, что есть такие группы «Я», которые объединены лишь случайными связями, воспоминаниями или воображаемым сходством.

Каждое из этих «Я» в тот или иной момент времени представляет собой очень незначительную часть «мозга», «ума» или «интеллекта», но все они воображают, будто являются целым. Когда человек говорит «Я», кажется, что он имеет в виду всего себя; но даже в том случае, когда он

действительно думает, что имеет это в виду, это не более чем преходящая мысль, настроение или желание. Через час он способен полностью забыть об этом и с той же убежденностью выражать противоположное мнение, взгляд, интересы. Самое плохое заключается в том, что человек этого не помнит. 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.

Теперь вернемся к двум другим вопросам.

Что такое развитие? И что значит, что человек способен стать другим? Или, иными словами, какого рода изменение *возможно* в человеке, и *как* и *когда* оно начинается?

Как уже было сказано, изменение начинается с тех сил и способностей, которые человек *приписывает себе*, но которыми в действительности не обладает.

Это означает, что прежде, чем приобрести какие-то новые силы и способности, он должен развить в себе те качества, которыми, по его мнению, уже обладает (и в этом отношении глубоко заблуждается).

Развитие не может основываться на самообмане. Человеку следует знать, что он имеет и чего не имеет. Это значит, что он должен осознавать, что не обладает качествами, которые себе приписывает, то есть *способностью действовать, индивидуальностью и внутренним единством, постоянным эго, а также сознанием и волей*.

Человеку необходимо знать это, ибо до тех пор, пока он считает, что обладает этими качествами, он не предпримет надлежащих усилий для их обретения — подобно тому, как человек не купит дорогих вещей, заплатив за них большую цену, если думает, что они у него уже есть.

Самым важным и самым коварным из этих качеств является *сознание*. Изменение в человеке начинается с трансформации понимания *значения сознания*, за чем следует постепенное им овладение.

Что такое сознание?

Как правило, в повседневном употреблении под сознанием подразумевается «интеллект» (то есть *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, чего не знает и так далее.

Только сам человек может знать, «сознателен» он в данный момент или нет. В рамках определенного подхода в европейской психологии давно доказано, что только сам человек способен обладать определенными знаниями о себе.

Применительно к вопросу сознания это означает, что только сам человек может знать, присутствует его сознание в настоящий момент или нет.

Это значит, что наличие или отсутствие сознания в человеке не доказуемо путем наблюдения за его действиями. Как я уже сказал, этот факт был установлен очень давно, но его важность никогда не оценивалась должным образом, поскольку его всегда связывали с пониманием сознания как психического процесса или умственной активности. Если человек осознает, что до этого момента он не был сознателен, а затем забывает или даже запоминает это, то сознание здесь ни при чем. Это всего лишь воспоминание о неком важном событии.

Теперь я хочу обратить ваше внимание на другой факт, оставленный без внимания всеми современными психологическими школами.

Этот факт заключается в том, что сознание человека, что бы ни скрывалось под этим понятием, никогда не пребывает в одном состоянии. Оно либо есть, либо его нет. Высшие моменты сознания остаются в *памяти*. Других моментов человек просто не фиксирует. Это сильнее чего бы то ни было создает в человеке иллюзию непрерывности сознания или осознания.

Некоторые современные психологические школы отрицают даже необходимость такого понятия, но это всего лишь заблуждение. Другие школы (если они могут быть названы таковыми) говорят об *уровнях сознания*, имея в виду мысли, чувства, двигательные импульсы и ощущения. Это представление основывается на фундаментальной ошибке смешения сознания с психическими функциями. Об этом мы поговорим позже.

В действительности современное мышление все еще полагается на старое выражение, что *сознание не имеет степени*. Всеобщее, хоть и неявное принятие этой идеи, которой, однако, противоречат многие последние открытия, предотвратило многие возможные наблюдения изменений сознания.

Дело в том, что сознание имеет достаточно различимые и наблюдаемые степени, *определенно видимые и заметные*.

Во-первых, существует продолжительность: *как долго* человек был сознательным.

Во-вторых, частота проявления: *как часто* человек становится сознательным.

В-третьих, объем и глубина: *что* человек осознает (и это может в значительной степени меняться в зависимости от возраста).

Уже первые два положения позволяют нам понять идею возможностей развития сознания. Эта идея связана с крайне важным фактом, хорошо известным психологическим школам прошлого, подобно, например, авторам «Добротолюбия», но совершенно позабытым европейской философией и психологией последних двух-трех столетий.

Этот факт заключается в том, что сознание способно стать непрерывным и контролируемым при помощи особых усилий и изучения.

Я попробую объяснить, как можно изучать сознание. Возьмите часы и посмотрите на секундную стрелку, пытаясь *осознавать себя*, сосредоточившись на мысли: «Я Петр Успенский, сейчас я нахожусь здесь». Старайтесь не думать ни о чем другом, просто следите за движением секундной стрелки и сознавайте себя, свое имя, свое существование и место, где вы находитесь. Отбросьте все прочие мысли.

Если вы проявите достаточную настойчивость, то сумеете выполнять это в течение *двух минут*. Таков *предел вашего сознания*. А когда попробуете повторить данный эксперимент вторично, то заметите, что вам сложнее, чем в первый раз.

Этот эксперимент показывает, что человек в своем естественном состоянии с огромным усилием способен осознавать *один объект* (самого себя) лишь в течение двух минут или меньше.

Самый важный вывод, который можно сделать в результате правильного проведения этого эксперимента, заключается в том, что *человек себя не сознает.* Иллюзия самосознания создается памятью и процессами мышления.

Например, человек идет в театр. Если он привык к этому, то не сознает своего пребывания в театре, хотя видит происходящее и наблюдает, наслаждается представлением или испытывает отвращение; он может запомнить его, запомнить встреченных людей и так далее.

Когда человек возвращается домой, он помнит, что посетил театр, и определенно полагает, что был при этом сознательным. Поэтому он не сомневается в своем сознании и не понимает, что оно может полностью отсутствовать, пока он разумно действует, думает, наблюдает.

В целом существуют четыре состояния сознания. Они таковы: *сон, бодрствование, самосознание* и *объективное сознание*.

Но хотя у человека есть возможность этих четырех состояний сознания, в действительности он живет только в *двух*: одна часть его жизни проходит во сне, а другая — в том, что называется бодрствованием, хотя в действительности последнее мало чем отличается от сна.

В обычной жизни человек ничего не знает об объективном сознании, и никакие эксперименты в этом направлении невозможны. Третье состояние (самосознание) человек себе приписывает, то есть он полагает, что им обладает, хотя в действительности он сознает себя только в очень редкие мгновения, и даже тогда не всегда отдает себе в этом отчет, поскольку не понимает, каково обладание этим состоянием. Эти вспышки сознания приходят, как правило, в исключительных ситуациях, в состояниях эмоционального напряжения, в моменты опасности, в новых и неожиданных обстоятельствах, а иногда в обычной обстановке, когда ничего особенного не происходит. Но в привычном или «нормальном» состоянии человек не может им управлять.

Что касается содержания нашей памяти, мы *помним* только моменты осознания, хотя этого и не понимаем.

Что означает память в техническом смысле, и какими видами памяти мы обладаем, я объясню позднее. Сейчас я просто хочу обратить внимание на наблюдения, касающиеся вашей собственной памяти. Вы заметите, что помните события в различной степени. Некоторые — очень ярко, другие — смутно, а иных не помните вовсе. *Вы знаете только то, что они случились*.

Вы будете очень удивлены, когда обнаружите, как мало вы в действительности помните. Это связано с тем, что *вы помните только те моменты, когда были сознательными.*

Поэтому в отношении *третьего состояния сознания* можно сказать, что моменты самосознания для человека редки, они оставляют яркие воспоминания об обстоятельствах, им сопутствующих, но сам человек над ними не властен. Они приходят и уходят сами собой, будучи обусловлены внешними обстоятельствами, случайными связями или воспоминаниями об эмоциях.

Возникает вопрос: можно ли обрести контроль над этими преходящими мгновениями сознания? Вызывать их чаще, сохранять дольше и даже сделать их постоянными? Другими словами: *можно ли стать сознательным?*

Это чрезвычайно важный вопрос. Для начала необходимо понять, что этот вопрос даже в виде теории был оставлен без внимания всеми современными психологическими школами *без исключения*.

Только после того, как этот момент понят, становится возможным серьезное изучение психологии.

Таковое изучение должно начинаться с исследования ограничений собственного сознания, потому что сознание может начать развиваться лишь тогда, когда хотя бы некоторые из них будут устранены.

В последующих лекциях я буду говорить об этих ограничениях, главными из которых являются *наше незнание себя* и ошибочное убеждение в том, что мы (во всяком случае, в некоторой степени) знаем себя, тогда как в действительности мы себя совершенно не знаем и *ни в чем* не можем быть уверены.

Мы должны понять, что *психология в действительности означает самопознание*. Это второе определение психологии.

Нельзя изучать психологию так же, как астрономию, то есть в отрыве от самого себя.

Вместе с тем к самопознанию следует подходить так, как если бы речь шла об изучении новой сложной машины. Человек должен знать составляющие ее части, главные функции, условия правильной работы, причины неправильной работы и многое другое, что сложно описать, не используя специальный язык, который также необходимо знать для того, чтобы изучать эту машину.

У человеческой машины имеются семь разных функций.

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 (функция двух принципов, мужского и женского, во всех проявлениях).

Кроме упомянутых пяти существуют еще *две функции*, для которых нет названия в обычном языке. Они появляются только в высших состояниях сознания. Первая — *высшая эмоциональная функция*, которая проявляется в состоянии самосознания; вторая — *высшая умственная функция*, которая проявляется в состоянии объективного сознания. Поскольку мы не находимся в этих состояниях сознания, мы не можем изучать эти функции или экспериментировать с ними; мы узнаем о них только благодаря тем, кто достиг или испытал их.

В религиозной и ранней философской литературе разных народов есть много упоминаний о высших состояниях сознания и высших функциях. Дополнительные сложности в понимании этих упоминаний появляются из-за недостаточного разделения высших состояний сознания. То, что называется *самадхи*, *экстаз*, *просветление* или (в работах последнего времени) космическое сознание, может относиться к одному или другому: иногда — к переживаниям самосознания, а иногда — к переживаниям объективного сознания. Это может показаться странным, но в нашем распоряжении есть гораздо больше данных о наивысшем состоянии, то есть *объективном сознании*, чем о промежуточном состоянии *самосознания*, хотя первое способно прийти только за вторым.

Самопознание должно начинаться с изучения первых четырех функций: мышления, чувства, инстинктивной и двигательной функций. К изучению половой функции следует приступать значительно позднее, лишь после того, как будут достаточно хорошо изучены первые четыре. В противоположность некоторым современным теориям, половая функция на самом деле формируется позднее, уже после того, как полностью проявлены первые четыре. Поэтому изучение половой функции имеет смысл только тогда, когда первые четыре функции присутствуют во всех своих проявлениях. В то же время необходимо понимать, что любое серьезное нарушение или отклонение половой функции делает невозможным саморазвитие и даже *самопознание*.

Теперь мы попытаемся понять четыре главные функции.

Я полагаю, вам ясно, что я подразумеваю под *интеллектуальной* или *мыслительной функцией*. К ней относятся все умственные процессы: осо-

знание впечатлений, формирование представлений и понятий, рассуждение, сравнение, утверждение, отрицание, формирование слов, речь, воображение и так далее.

Вторая функция — это чувства или эмоции: радость, горе, страх, изумление и так далее. Если вы уверены, что вам ясно, как и чем эмоции отличаются от мыслей, то я все же посоветовал бы вам проверить свои представления. В обыденном мышлении и повседневной речи мы смешиваем мысли и чувства, но для того, чтобы начать самопознание, необходимо ясно их различать.

Для понимания следующих двух функций — инстинктивной и двигательной — потребуется гораздо больше времени, потому что ни в одной из обычных систем психологии вы не найдете их правильного описания и разделения.

Слова «инстинкт» и «инстинктивный» обычно употребляются в неверном смысле, а нередко и вообще безо всякого смысла. В частности, к инстинктивным обычно относят внешние функции, которые в действительности являются двигательными, а иногда — эмоциональными.

Инстинктивная функция человека включает в себя четыре различных класса функций.

1. Вся внутренняя работа организма, вся физиология (пищеварение и усвоение пищи, дыхание, кровообращение, работа всех внутренних органов, образование новых клеток, удаление отработанных веществ, работа желез внутренней секреции и так далее).
2. Так называемые пять чувств (зрение, слух, обоняние, вкус, осязание) и все прочие чувства (чувство тяжести, температуры, сухости, влажности и так далее), то есть различные ощущения, которые сами по себе не являются ни приятными, ни неприятными.
3. Все физические эмоции, то есть все физические ощущения, которые приятны или неприятны. Чувство боли, все виды неприятных ощущений (неприятный вкус или запах), а также все виды физических удовольствий (приятный вкус, запах и так далее).
4. Все рефлексы, даже самые сложные (смех, зевота); все виды физической памяти (память о вкусе, запахе, боли), которые на самом деле являются внутренними рефлексами.

Двигательная функция включает в себя все внешние движения (ходьба, речь, письмо, еда) и память о них. К этой функции относятся и те движения, которые в обычном словоупотреблении именуются «инстинктивными», такие как машинальное подхватывание падающего объекта.

Различие между инстинктивной и двигательной функциями весьма отчетливо и может быть легко обнаружено, если попросту запомнить, что все инстинктивные функции без исключения являются врожденными и их не нужно осваивать для того, чтобы использовать; тогда как ни одна из

двигательных функций врожденной не является, и их необходимо осваивать подобно тому, как ребенок учится ходить, говорить или рисовать.

Кроме нормальных двигательных функций существуют и странные, которые представляют бесполезную работу человеческой машины. Природа их не предполагала, но они занимают очень значительное место в человеческой жизни и расходуют огромное количество энергии. Речь идет о мечтаниях, воображении, грезах, беседах с собой, всех разговорах ради разговоров и, в целом, обо всех *неконтролируемых проявлениях*.

Прежде всего необходимо понять все проявления четырех главных функций (интеллектуальной, эмоциональной, инстинктивной и двигательной), а затем наблюдать эти проявления в себе самом. Такое самонаблюдение, опирающееся на понимание состояний сознания и различных функций, создает основу для самопознания и представляет собой *начало психологии*.

Важно помнить, что в ходе наблюдения за различными функциями полезно наблюдать их связь с различными состояниями сознания.

Возьмем три состояния сознания — сон, состояние бодрствования и возможные вспышки самосознания, а также четыре функции — мышление, чувство, инстинктивную и двигательную функции. Все четыре функции могут проявляться во сне, но такие их проявления беспорядочны и ненадежны, ими невозможно пользоваться, они совершенно неуправляемы. В состоянии бодрствования или относительной сознательности они в некоторой степени способны служить для ориентирования. Их результаты поддаются сравнению, проверке и исправлению. Хотя они могут порождать разнообразные иллюзии, в обычном состоянии бодрствования нам не остается ничего иного, как пользоваться ими, насколько это возможно. Если бы мы знали, сколько неверных наблюдений, теорий, выводов и заключений было сделано в этом состоянии, нам пришлось бы немедленно перестать себе доверять. Но люди не знают, какими обманчивыми бывают их наблюдения и теории, и продолжают в них верить. Именно это мешает человеку замечать те редкие моменты, когда его функции проявляют себя во взаимосвязи с проблесками третьего состояния сознания — самосознания.

Таким образом, каждая из четырех функций может проявлять себя в каждом из трех состояний сознания. Но результаты их проявлений при этом совершенно различны. Когда мы обретем способность наблюдать эти результаты и их различие, то поймем взаимоотношения между функциями человека и состояниями его сознания.

Но прежде чем приступить к рассмотрению различий функционирования в зависимости от состояния сознания, необходимо понять, что сознание человека и его функции представляют собой феномены, имеющие различную природу и причины. Также следует осознать, что одно способно существовать без другого. *Функции могут существовать без сознания, а сознание может существовать без функций.*