

ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ԳԻՏԱԿՑՈՒԹՅԱՆ ՉԱՐԳԱՑՈՒՄ. ՄԱՀՄԱՆԱՓԱԿԻՑ ԴԵՊՒ ԱՆՄԱՀՄԱՆԸ

ԱՐՄԵՆՈՒՀԻ ԳԱԼՍՑԱՆ

Գիտակցությունը մասնակիորեն շոշափելի է դառնում որևէ բովանդակության միջոցով, և միայն անբովանդակ գիտակցությունն է դրսևորվում իր անսահմանությամբ և անպարփակությամբ: Գիտակցությունն անքակտելի է ենթագիտակցականից և անգիտակցականից: Մեր վարքը դրդվում է նյութականով, կենսաբանականով, մարմնականով, բայց մարդը գործառու է նաև հոգևոր և ոգեղեն մղումներով, ուստի գիտակցությունը հոգու հատկությունն է: Այն մարմնում է, բայց և մարմնից դուրս է: Մարմնում գիտակցությունը տեսանելի է վարքային ակտիվության միջոցով, մարմնից դուրս հասանելի է ոգեղեն, վերանձնային փորձով: Մարմնական կամ անձնային գիտակցությամբ մարդը գործում է արտաքին ու ներքին գործոններով ստեղծված սահմանափակության պայմաններում, վերանձնային գիտակցությունը հասանելի է դարձնում իսկական կամ աստվածային էությունը և թաքնված հնարավորություններն ու դրանց անսահմանությունը: Անձնային գիտակցությունը կարող է շեղել մարդուն զարգացման արդյունավետ ուղուց, վերանձնային գիտակցությունը հնարավորություն է տալիս վերահսկել նորմալ և արդյունավետ զարգացման ընթացքը՝ անձնային գիտակցության բովանդակությունը կառավարելով և վերանձնային փորձն օգտագործելով: Անձնային գիտակցությունը զարգանում է վերանձնային գիտակցության ներգործությամբ: Վերգիտակցության կամ գիտակցության վերին շերտերի բովանդակության հետ հաղորդակցվելով՝ կարողանում ենք կառավարել ստորին շերտերի բովանդակությունը, ոչ միայն նույնանալ դրանց հետ, այլ նաև ապանույնանալ, ոչ միայն օգտագործել դրանք, այլ նաև ազատագրվել դրանցից:

Դեպի վերգիտակցական մեզ առաջնորդողը ինքնադիտարկումն է, սեփական ներաշխարհը ճանաչելն ու իմանալն է: Գիտակցության ամեն շերտում կառուցվում է ուրույն իրականություն այդտեղ առկա նյութից: Կարևոր է հասկանալ, թե մեր միտքը, վարքը ինչից են և ինչպես են ստեղծված: Արտաքին իրականությունը գոյություն ունի իր նյութի բազմազանությամբ: Գործառելով փոխազդեցություն ենք հաստատում արտաքին ու ներքին իրականությունների, դրանց նյութերի միջև: Այդ գործընթացում կարևոր է հասկանալ՝ ինչն է դրսից եկել ու

մեր մեջ հաստատվել, որն է մեր սեփականը, որն է նորը, առաջացածը: Հաճախ մարդը ներքնայնացնում է «դրսինը», իր ներսի բովանդակությամբ էլ ստեղծում է արտաքին իրականությունը: Բովանդակությունների խառնաշփոթի, իրականությունների բախումների պայմաններում կարծես արգելափակվում է շարժը դեպի գիտակցության վերին շերտեր: Մեզ որպես ավելի լավը տեսնելու կամ ավելի լավը դառնալու ցանկությունից դրդված անաչառ ինքնադիտարկումը հնարավորություն է տալիս գնահատելու ներքին իրականության առկա դրությունը, տարբեր իրականությունները, ներքինն ու արտաքինը, եղածը, ստեղծվածն ու ներմուծվածը զատելու, կարգուկանոն հաստատելու մեր հնարավորությունները և ունենալ մեր բարձրագույն էությանը հասնելու ներքին աշխատանքի ծրագիրը:

Մարդն իրականությանը հաղորդակից է գիտակցության միջոցով: Եվ գիտակցության շերտի բովանդակությամբ պայմանավորված՝ տեսնում և արտացոլում է դրան համապատասխանող իրականությունը:

Հոգեվնասվածքային իրավիճակին համանման իրավիճակները որքան շատ են կրկնվում, այդքան ուժգնանում են հոգեվնասվածքով պայմանավորված ապրումները: Դրանց հետ փոխազդեցությունը ստեղծում է անձի կուռ պաշտպանություն, ցավազրկող մտքերից, հույզերից, գործողություններից կախվածություն՝ պահպանելով նրան ստատիկ վիճակում գիտակցության այդ մակարդակում: Նա վախենում է փոխվել, գիտակցության այլ մակարդակներ տեղափոխվել, որովհետև «այստեղ գիտի՝ ինչ անել վտանգավոր իրավիճակների դեպքում»: Սակայն այդպիսի իմացությունն ավելի հաճախ անարդյունավետ է, կործանարար: Գիտակցության այլ վերին մակարդակում հայտնվելու համար այս մարդկանց պետք է հույս, հավատ, վստահություն իրենց ներուժի ու կարողության հանդեպ, որոնք կարող են համոզել ու դուրս բերել նրանց ստատիկությունից՝ տանելով այնտեղ, որտեղ հնարավոր է ոգեղենության փորձը, որտեղ աստիճանական ինքնահրաժարումը կօգնի համարձակորեն վեր բարձրանալ, բացահայտել թաքնված հնարավորությունները և աստվածային էությունը:

Ոգեղենության փորձը բացահայտում է գիտակցության ավելի բարձր շերտեր կամ մակարդակներ, որոնք հնարավորություն են տալիս ապրելու անձի սահմաններից դուրս գտնվող կյանք: Գիտակցության բարձր շերտերում մարդը գտնում է երանելի ու զարմանահրաշ այլ իրականություն: Գիտակցության մակարդակներով վեր բարձրացող մարդը կարող է վերադառնալ առօրեականություն, լինել առօրեականության մեջ՝ չընդհատելով իր անդրանձնային ճամփորդությունը դեպի ընդլայնություն և անսահմանություն: Մինչդեռ հոգեբանական խնդիր ունեցող մարդիկ կամ հոգեկան հիվանդությամբ տառապողները, հայտնվելով գիտակցության ինչ-որ վիճակում, արգելափակվում են այդտեղ, ոչ մի կերպ չկարողանալով դուրս պրծնել սկսում են ապրել

այդ վիճակում, որը հետզհետե դառնում է սովորական, հարագատ կացարան, որը լքել չեն ցանկանում: Հոգեբանական խնդրի կամ հոգեկան հիվանդության գիտակցական տարածքը նրանց համար այլևս բանտ չէ, այլ տուն: Ուստի որքան էլ հուշես կամ ցույց տաս դուրս գալու էլքերը, նրանք պատրաստ չեն դրանք գտնելու կամ տեսնելու: Ոգեդեմոսության փորձով մարդը կարող է հասնել գիտակցության տիեզերական սահմաններին, լինել այստեղ և ամենուր:

Գիտակցության զարգացման կամ գիտակցության շերտերի աստիճանակարգով վեր բարձրանալու ընթացքի համար անհրաժեշտ վառելիանյութը **երկխոսությունն է՝** ներքին կամ արտաքին: Երևույթի առաջնային արտացոլումից հետո հարկավոր է նաև դրա մշակված արտացոլումը, հարկավոր է այն անցկացնել ինքնադիտարկման ու դիտարկման փուլով՝ ստեղծելով օբյեկտիվ արտացոլման հնարավորություն բացահայտող հարցերի միջոցով: Այսինքն՝ հարկ է նյութին անդրադառնալ գիտակցության տարբեր շերտերից, տարբեր դիտանկյուններից դրա ամբողջական, միասնական պատկերը ստեղծել կարողանալու համար: Այս առումով անձնային գիտակցության համար վերանձնային գիտակցությունը կարող է ունենալ արթնացնող, լույս սփռող նշանակություն: Արտաքին երկխոսությունը կամ հոգեթերապևտիկ գրույցը անձի և ուրիշ անձի գիտակցությունների փոխազդեցությունն է, որը հնարավորություն է տալիս նորացնելու, ճշգրտելու կամ հաստատելու անձնային գիտակցության արտացոլման նյութը: Ներքին երկխոսության դեպքում այս գործառույթներն ապահովում է անձնային և վերանձնային գիտակցության համագործակցությունը:

Գիտակցության զարգացման մյուս պայմանը ներքին բովանդակության **հոսունությունն է:** Արտաքին իրականությունը երևույթների, իրադարձությունների հաջորդականությունն է, անընդհատ հոսքն է: Մարդը ևս գտնվում է այդ հոսքում և ունենում է փորձ: Մակայն նրա նախկին փորձը հոսքում երբեք ակտուալ չէ: Նորը հին փորձով ճանաչելը հաճախ անարդյունավետ է, անհամապատասխան: Երևույթների նախկին ընկալումից կախվածությունը խոչընդոտում է փոփոխվող իրականության օբյեկտիվ արտացոլումը: Թվում է՝ անձնային գիտակցությունը հաղորդակից է կյանքի հոսքին, բայց և իրապես հաղորդակից չէ, քանզի երևույթները ճանաչելու համար օգտագործում է արդեն պատահածի կադապարը: Իրականությունն օբյեկտիվորեն ճանաչելու համար անհրաժեշտ է «ընկալման մեկանգամյա օգտագործման կադապար», քանզի միշտ չէ, որ նախկին կադապարը հարմար կամ համապատասխան է նոր նյութին: Այն, ինչ պատահում է իրապես ընկալելու և ճշմարիտ իրականությունը տեսնելու համար հարկավոր է անկախանալ անցյալից, փորձից, հին ընկալումից: Մեր թարմ ու անկախ ընկալումն է մեր ակտուալ փորձը, որն ապահովում է պատահող երևույթի ճշգրիտ ու համապատասխան արտացոլումը: Անընդհատ ակտուալ

լինելով՝ անկախանում ենք նախկինում եղածից, մենք հոսքում ենք լինում: Ուրեմն ունենք ոչ թե որոշակի փորձ, որը գտնվում է գիտակցության որևէ շերտի ստատիկության պայմաններում, այլ անընդմեջ նորացող, թարմացող, հարստացող, անկախ փորձ, որը հնարավորություն է տալիս ոչ թե անընդհատ կրկնելու անցյալը, այլ զգալու, ճանաչելու ու բացահայտելու իսկական կյանքը, ոչ թե ապրելու գիտակցության նեղ սահմաններում, այլ ըմբռնելու դրա անսահմանությունը, որտեղ չկա անցյալ, ներկա և ապագա, այլ կա միայն անպատնեշ առաջընթաց: Ժամանակակից մարդը կառուցում է իրեն որպես «վեր բարձրացնող» անձ և կարծում, որ իր զարգացումն այն պահպանելն է: Մինչդեռ դա հետընթացն է: Գիտակցության զարգացումն իսկապես տեղի է ունենում, երբ ամեն ինչ բաց ենք թողնում, ոչինչ մեզ ետ չի պահում ու կաշկանդում, և թեթև ենք գիտակցությամբ վեր բարձրանալու համար: Գիտակցության զարգացման գործընթացում մարդն անընդհատ գտնում ու ճանաչում է իրեն՝ պատրաստ լինելով կորցնել և ջնջել այն, ինչն ինքը չէ ու իրենը չէ: Ոչնչի վրա չհենվելով՝ նա կարող է բացահայտել իր աներեր, չտրոհվող, աստվածային էությունը և գիտակցությունը:

Գիտակցությունը զարգացնելու համար պետք է **բաց լինել**, թույլ տալ մեզ և մեր բովանդակությանը հոսել: Ճշմարիտ կյանքը կառուցում են ոչ թե պատահող երևույթների նախագծերը, այլ արտաքին ու ներքին բովանդակությունների ստեղծագործական համադրությունը: Մարդը կարող է բարձրանալ գիտակցության վերին շերտեր, եթե պատրաստ է, բաց է ակամա ստեղծագործել, անմիջականորեն ստեղծել կյանքը բոլոր իրավիճակներում ու իրադրություններում: Իրեն ու իրականությունը նախագծելով՝ մարդը սպասում է կոնկրետը, ակնկալում իր տարբերակը, իր համար հնարավորը: Իրականության առջև բաց լինելով՝ մարդը սպասում է ամեն ինչ՝ մեկնարկի պատրաստելով և գործարկելով իր անսահման հնարավորությունները: Իրականության ու երևույթների առջև բաց լինելով՝ մարդը նույնական է ոչ թե իր էության և գիտակցության մի մասին, այլ գտնվում է ինքնաճանաչողության և գիտակցության զարգացման անընդհատ հոսքում: Անձնային գիտակցությունը բաց լինելով կարող է նպաստել վերանձնային գիտակցության հասանելիությանը և ոգեղեն զարգացմանը:

Փ. Ռասելը, քննարկելով պանփսիխիզմի մոտեցումը, որ կյանքի պարզագույն ձևերի գիտակցությունը որակապես ոչնչով չի տարբերվում մարդու գիտակցությունից, հարկ է համարում այսպիսի ենթադրությունը ճշգրտել «պանէմպիրիզմ» տերմինի միջոցով՝ ընդգծելով զգայական փորձի առկայությունն ու դերը¹: Գիտակցությունը ոչ թե ուղեղում է, այլ բջջում: Անձնային գիտակցության ակտուալ բովանդակություններն առաջացնում են ուղեղի տեղային ակտիվություն, և մարդն իրեն զգում է իր հետ տեղի ունեցողի միջոցով, զգում է իրեն որ-

¹ См. у Питер Расселл, От науки к богу, М., 2005, էջ 52:

պես նա, ում հետ դա պատահում է: Փ. Ռասելը գրում է. «Ես-ը սահմանելու փորձը նման է մութ սենյակում լապտերով լույսի աղբյուրը որոնելուն: Դուք կտեսնեք միայն այն, ինչի վրա կընկնի լապտերի լույսը: Նույնը տեղի է ունենում, երբ փորձում եմ սահմանել ինձ որպես սուբյեկտ: Այդ դեպքում ես գիտակցում եմ ուշադրությանս կենտրոնում հայտնված պատկերացումներ, պատկերներ, զգացմունքներ: Բայց չէ՞ որ դրանք բոլորն օբյեկտներ են, հետևաբար դրանք չեն կարող լինել սուբյեկտ, ես չեմ կարող դրանք լինել: Սակայն երբ ցրվում են մտքերը, զգացմունքները, զգայությունները, հիշողությունները, որոնց հետ սովորաբար մեզ նույնացնում ենք, մնում է միայն մեր ես-ի էությունը՝ առանց օբյեկտի սուբյեկտը: Այս վիճակում դուք ընկալում եք ձեզ որպես մաքուր գիտակցություն, դուք ոչ թե մեկն եք, ով կարող է գիտակցել, այլ հենց գիտակցությունն եք»²: Մեր իսկական էության զգայությունը կամ ամբողջական գիտակցությունը հնարավոր է դառնում, երբ տեղային ակտիվությունը ինտեգրվում է օրգանիզմի ամբողջական ակտիվությամբ, երբ մարդը ոչ թե գիտակցության դաշտի կոնկրետ բովանդակությունն է, այլ կարողանում է տեսնել և տնօրինել իր գիտակցության դաշտը տվյալ բովանդակությամբ: Ըստ Փ. Ռասելի, անհաշիվ զգայական պատկերների տակ թաքնված մեր իսկական ես-ը մեր գիտակցության լույսն է, այն խորքն է, որտեղ հաղորդակից ենք աստվածայինին: Մարդու իսկական էությունը աստվածային գիտակցությունն է³: Անձնային գիտակցությունը, ինտեգրվելով վերանձնային գիտակցության մեջ, պատրաստ է ձերբազատվելու այն բովանդակություններից, որոնք հեռացնում են մարդուն իր էությունից և աստվածային գիտակցությունից: Այս դեպքում ինքնանույնականացումը ոչ թե տեղային է կամ մասնակի, այլ տիեզերական անսահմանության հետ է: Էվոլյուցիոն թռիչքի արդյունքում մարդուն հասանելի դարձավ իր գիտակցությունը, զարգացման ընթացքում գտնվող ժամանակակից մարդու խնդիրն է զարգացնել գիտակցությունը, ճանաչել դրա շերտերը և անսահմանությունը:

Գիտակցության զարգացման համար առանցքային է **անգիտակցականի հետ կապը**: Տրանսցենդենտալ գիտակցականին ուղիղ համեմատական է տրանսցենդենտալ անգիտակցականը. որքան վեր ենք բարձրանում, այդքան վար ենք իջնում: Գիտակցականի ստորին շերտերին համարժեք է անգիտակցականի բնագոյային մակարդակը: Գիտակցության վերին մակարդակում ապրումներին համարժեք են անգիտակցականի խորհրդանիշները: Գիտակցության կոնկրետ սահմաններում արգելափակվածությունը ունի անդրադարձ անգիտակցականում կամ անդրադարձ է անգիտակցականի ինչ-որ հատվածում արգելափակումից: Ինտեգրվածության պայմաններում գիտակցականն ու անգիտակցականը երկխոսում են: Երբ գիտակցականն ու անգիտակ-

² Նույն տեղում, էջ 108-109:

³ Տե՛ս նույն տեղը, էջ 115:

ցականը գործառուում են համատեղ, մտածում ենք խորհրդանիշների լեզվով: Խորհրդանիշները ծնվում են զգայականի, մտքի և ոգեղենի փոխազդեցությունից: Դրանք բխում են «ամբողջի» տրամաբանությունից: Համադրելով գիտակցական և անգիտակցական մտքի արգասիքը՝ հնարավոր է բացահայտել ներքին հակամարտություններն ու ներդաշնակությունը: Վերանձնային տրամաբանությունը կամ «ամբողջի» տրամաբանությունը լույս է սփռում գիտակցականում կամ անգիտակցականում առկա խնդիրների վրա՝ նպաստելով դրանց լուծմանը կամ հաղթահարմանը, դուրս է բերում անձին կանգային վիճակից և մղում ոգեղեն զարգացման: Երբ անգիտակցականի բովանդակությունը զսպվում կամ քողարկվում է պաշտպանական մեխանիզմների միջոցով, գիտակցական ակտիվությունը մնում է շերտի սահմանում, որը լի է ընդլայնվելու վտանգով: Այս դեպքում տեղի է ունենում ոչ թե գիտակցական վերընթաց, այլ գիտակցության շերտի լայնացում՝ «անսահմանության» հասնելու կործանարար հավակնությամբ: Սա նշանակում է մասն է ձգտում դառնալ ամբողջ զրկելով մարդուն ինքնությանը հասնելու հնարավորությունից: Կ. Գ. Յունգը ինքնություն է անվանում հոգու ամբողջականությունը: Ինքնությունը ոչ թե կենտրոն է, այլ գիտակցականն ու անգիտակցականն ընդգրկող ամբողջություն. սա անձի կենտրոնն է, երբ էգոն միայն գիտակցության կենտրոնն է⁴: Էգոն ձգտում է «կեսը» կամ գիտակցության տվյալ շերտի բովանդակությունը ներկայացնել որպես ամբողջ զսպելով կամ ճնշելով անգիտակցականում առկա և ամբողջանալու ձգտող մյուս մասը կամ բովանդակությունները: Էգոյի շնորհիվ «կիսատ դրականությունը» կամ «կիսատ բացասականությունը» միայնակ է թողնում անգիտակցականի հակաբովանդակությանը: Կարող է կատարելազործվել դրական ու բացասական բևեռներով, ամբողջական էությունը՝ գիտակցական և անգիտակցական բովանդակությունների համադրությամբ: Ուստի կարևոր է չներժել անգիտակցականի նյութը, քանզի միայն այդ դեպքում է հնարավոր այն լավ դարձնել կամ ինքնամաքրվել՝ ունենալով այնպիսի գիտակցական և անգիտակցական, որոնք հասանելի կդարձնեն մեր աստվածային բովանդակությունը:

Ռ. Դ. Լեյնգը գրում է. «Իսկական նորմալությունը, ողջամտությունը փլուզում են, ոչնչացնում են նորմալ էգոյին, կեղծ ինքնությանը, որը լիովին հարմարված է օտարված սոցիալական իրականությանը. այդ մահի և աստվածային ուժի ներքին արխետիպային ուղեցույցների միջոցով վերածնվում և վերականգնվում է էգոյի նոր տիպի գործառությունը, որը հետայսու ոչ թե Աստվածայինին դավաճանողն է, այլ ծառայողը»⁵: Իսկական նորմալությունը պարտադրում է մարդուն ոչ թե

⁴ Տե՛ս Юнг К. Г. Психология и алхимия, М., 2008, էջ 24:

⁵ Лэйнг Р. Д. Трансцендентный опыт и его отношение к религии и психозам, Духовный кризис: Когда преобразование личности становится кризисом (Под ред. Станислава и Кристины Гроф), М., 2000, с. 44.

պաշտպանվել՝ փորձելով ձևափոխել կամ վերակառուցել իրականությունը, այլ ընդունել այն, հաշտվել դրա հետ, հասկանալ իրականության մշտապես հարմարավետ լինելու անհնարինությունը. ոչ թե ինքնությունից հեռացնող միջոցներով կանխել, կանխարգելել, վերացնել ցավը, այլ զգալ այն առանց դիմադրության, հաճույքով և անտարբերությամբ, աստվածային իրականությունում ծառայող լինելու արդյունավետ ու կառուցողական գործել կարողանալու համար՝ չխափանելով ինքնակատարելագործման ընթացքը: Պաշտպանությունից գերծ գիտակցականը մարդուն ձերբազատում է պատրանքից և պարզում է իրականությունը տեսնելու հնարավորությունը: Անգիտակցականը պաշտպանական մեխանիզմներով չսքողող գիտակցականը կարողանում է վեր հանել անգիտակցականում առկա և իրականությունում գործառնելու համար անհրաժեշտ իր կարողությունները: Գիտակցությունը չի կարող զարգանալ առանց անգիտակցականի. մերժել անգիտակցականի նյութը, կտրել կապերն անգիտակցականի հետ և մոլեռանդորեն ամրապնդել գիտակցության շերտի բովանդակությունը նշանակում է ընտրել չգարգանալը, վտանգել բարեկեցությունը: Սակայն գիտակցականի և անգիտակցականի համագործակցված գործառնությունը կամ «ամբողջի տրամաբանությունը» միշտ չէ մարդու գործողությունները սնուցողը:

Առօրեականությունը խոչընդոտում և հեռացնում է մարդուն իր վերանձից: Մարդը կարիք ունի օազիսի, որտեղ կկարողանա տեսնել իրեն և իր բարձրագույն էությունը: Մարդու համար կարևոր է ունենալ Բացարձակի հետ շփման փորձը: Ճանապարհը դեպի Աստվածային էություն սկսվում է ներս ուղղված մի հայացքից: Անընդհատ ներս նայելն է դեպի մեր Աստվածային էություն տանող ճանապարհը: Դա ուղի է դեպի անվերջն ու անսահմանը, դեպի անընդմեջ առաջընթացը: Ուրեմն անձին հարկավոր է ներքին միջավայր վերանձի գործառնության համար, այսինքն՝ անձնային գիտակցության սովորական վիճակից այլ, փոփոխված վիճակ, որը կարող է ստեղծել միտքը, մտասնեռումը կամ դրանից անջատությունը: Ս. Գրոֆը գիտակցության ոչ սովորական վիճակներն անվանում է հոլոտրոպ, որը նշանակում է ամբողջականությանն ուղղված կամ ամբողջականությանն ուղղությամբ շարժվող՝ մատնանշելով, որ գիտակցության սովորական վիճակում մենք ամբողջական չենք, մասնատված ենք և նույնացած միայն մեր իրական էության փոքր հատվածի հետ: Հոլոտրոպ վիճակներին բնորոշ են գիտակցության բացառիկ փոխակերպումներ: Այսպիսի վիճակներում թեև մտածողությունն իր սովորական դատողական ընթացքով չէ, բայց մարդը կարող է զգալ զարմանալի նոր տեղեկության հոսք: Դրանք կարող են լինել խորը հոգեբանական կռահումներ, որոնք լույս են սփռում անձի պատմության վրա, անգիտակցականի դրդիչ ուժերի վրա, հուզական և միջանձնային խնդիրների վրա: Մարդը կարող է այդ փորձի միջոցով նաև

բնության ու տիեզերքի տարբեր ասպեկտներին առնչվող անսովոր բացահայտումներ անել, որոնց մեծամասնությունը կենտրոնացած է փիլիսոփայական, մետաֆիզիկական, ոգեղեն խնդիրների շուրջ⁶: Անձնային գիտակցությունում կամ մասի, գիտակցության շերտի տրամաբանությունում միտքն է ծնում միտք, «ամբողջի տրամաբանությունում» միտքը հայտնվում է: «Ամբողջի տրամաբանության» արգասիքը ոչ թե բխում է, այլ ծագում:

Ս. Գրոֆն անդրադառնում է Կ. Գ. Յունգի նկարագրած կենսական ռազմավարությանը, ըստ որի՝ արտաքին աշխարհում իր ամենօրյա գործունեությունը մարդը պետք է լրացնի հետևողական ինքնահետազոտությամբ, հոգեկանի խորը թաքստոցները հասցնող ներքին որոնումներով: Միայն ուշադրությունը ներս ուղղելով կարող ենք գտնել մեր աստվածային էությունը⁷: Հոլոտրոպ ապրումներ առաջացնող յուրօրինակ մեթոդների շարքում Ս. Գրոֆն առանձնացնում է մեդիտացիան և ուշադրության կենտրոնացումը:

Հոգեկանի տրանսցենդենտային գործառնությունն ակտիվացնելն ու զարգացնելը հնարավոր են գիտակցվածության մեխանիզմի միջոցով: Գիտակցվածությունը գիտակցության դիտարկումն է, որն իրագործելի է պրոպրիոցեպտիվ ռեֆլեքսներից մինչև տրանսցենդենտացիա ինտեգրալ ուղիով: Գիտակցված լինել նշանակում է չնույնանալ որևէ հույզի, մտքի, զգացմունքի հետ, նշանակում է կառավարել ներգործող ազդակների նշանակություններն ու ազդեցությունները: Գիտակցվածությունը ենթադրում է գրգռման ու արգելակման գործընթացների ուրույն դիթում, որն անկախ է ազդակի նշանակությամբ կանխորոշվող այդ գործընթացների հարաբերակցության տեսակից:

Գիտակցական կենտրոնացումը չունի զգայական ազդակների աղբյուր և հետևաբար օբյեկտների գիտակցումը չէ: Այն զգայական աստիճանից ճանապարհ է բացում դեպի տրանսցենդենտային, որտեղ անհետանում է բազմակիությունը, և հայտնվում է Մեկի կամ Համընդհանուրի հետ միավորված լինելու զգացումը⁸:

Գոյություն ունեն միտքը վերահսկող մեծաքանակ տեխնիկաներ: Դրանք վերաբերում են ուշադրության կենտրոնացմանը մեկ մտքի վրա կամ բոլոր հնարավոր մտքերից անջատության, ազատագրվածության վրա: Արդյունքը լինում է այն, որ ստեղծվում է մտավոր հանգստի վիճակ՝ որպես ամբողջական գիտակցություն կամ իսկական Ես:

2. Թարտը հետազոտել է անդրանձնային ապրումներ առաջացնող երկու հիմնական տեխնիկաներ՝ դիտարկում և հրաժարում: Դիտարկումը օբյեկտի կամ մտքի առանց վերլուծության ընկալումն է: Ֆիզիկական և հոգեկան հրաժարումը ինքնաազատագրումն է ուշադրությամբ

⁶ Տե՛ս Գրոֆ Ս. Космическая игра, М., 2015, էջ 7:

⁷ Տե՛ս նույն տեղը, էջ 93:

⁸ Տե՛ս Կարտ Չ. Измененные состояния сознания, М., 2003, էջ 15:

յունը շեղող և օբյեկտիվ իրականության ընկալմանը խանգարող երեվոյթներից: Դիտարկող մտասևեռման համար պահանջվում է բացառել, արժեզրկել արտաքին և ներքին ազդակները, այսինքն լինել դրանցից ազատված և միևնույն ժամանակ ջանք գործադրել ուշադրությունը կենտրոնացնելու մտասևեռման օբյեկտի վրա, որը կարող է լինել միտք, շարժում, շնչառություն: Եթե դիտարկող մտասևեռման ակտիվ փուլում հարկավոր են որոշակի ջանքեր, դրան հաջորդող ամբողջական դիտարկման փուլում սուբյեկտը հափշտակվում և կլանվում է մտասևեռման ընթացքով, որն արդեն ինքնաբուխ է: Ջանք գործադրելու փոխարեն այս փուլում անհրաժեշտ է պասիվություն, ինքնահրաժարում, չուղղորդված ընկալում՝ որպես արդյունք մտքերից և զգացմունքներից մաքրվածության և արտաքին աշխարհի հետ կապված նպատակներից և ցանկություններից հրաժարման⁹: Էգոյի դիրքերի թուլացումը ճանապարհ է բացում այն ներքին նյութի առջև, որը նախկինում անհասանելի էր գիտակցման համար:

Երբ գիտակցումն առավել պարզվում է, երևում են հոգեկանի նուրբ խորքերը, որոնք մատչելի չեն գիտակցական մտքի սովորական մակարդակի դեպքում և առավել խորն են անգիտակցականի այն ոլորտներից, որոնք սովորաբար հետազոտում է հոգեթերապիան: Այստեղ բացահայտվում են անդրանձի ուժերը՝ օժտված վերափոխող մեծ ունակությամբ, որոնք պետք է ապրել, ինտեգրել, արտահայտել¹⁰: Անձը ձեռք է բերում փորձ, որ իր փակ սահմաններից գատ, ինքը նաև անդրանձ է անսահմանության և ամենատեսության փորձով: Անդրանձի ուժերն օգտագործելով՝ անձը ձերբազատվում է, ազատագրվում, համալրվում, նորանում է հանուն անպատենշ զարգացման: Պայմանականությունների սահմաններից դուրս նայելը, զարգացման հնարավորություններն ըմբռնելը և դրանք օգտագործել կարողանալը, անդրանձնային ապրումի և մտքի միջոցով սահմանափակ իրականությունը փոխակերպելը, առկայծումները մշտակայուն լուսարձակում դարձնելու ձգտումը տանում են դեպի վերանձնային զարգացման, որը մարդու բարձրագույն նպատակն է: Վերանձնային զարգացման ձգտող անձն այլևս գիտի և կարող է սահմանափակից գնալ դեպի անսահմանը:

Բանալի բառեր – *գիտակցություն, անձնային գիտակցություն, վերանձնային գիտակցություն, վերանձնային փորձ, գիտակցության շերտ, գիտակցության զարգացում, բովանդակություն, անգիտակցական, «ամբողջի» տրամաբանություն, մտասևեռում*

АРМЕНИИ ГАЛСТЯН – Развитие сознания: от ограниченного до безграничности. – Сознание становится частично видимым через какое-либо содержание, и лишь пустое сознание проявляется в своей безграничности. Сознание видно в теле через поведенческую активность, сознание вне тела досягаемо с

⁹ Տե՛ս նույն տեղը, էջ 17:

¹⁰ Տե՛ս **Роджер Уолш**, *Семь практик для пробуждения сердца и ума*, Из кн.: **Уолш Р.** Основания духовности. М., 2000, <http://www.psylib.ukrweb.net/books/walsh01/index.htm>

помощью духовного опыта и трансперсональных переживаний. Человек с персональным сознанием действует в условиях ограниченности, создаваемой внутренними и внешними факторами. Трансперсональное сознание – доступ к истинной природе, к скрытым возможностям и бесконечности. Персональное сознание может создать клон эффективного развития, трансперсональное сознание позволяет контролировать нормальное и продуктивное развитие, управляя содержанием персонального сознания и используя трансперсональный опыт. Инстинктивный уровень бессознательного эквивалентен нижним слоям сознания. Эквивалентом верхнего уровня сознания выступают символы бессознательного. Сопоставляя мысленный продукт сознательного и бессознательного, можно определить внутренние конфликты и степень гармонии. Трансперсональная логика, или «логика целого», проливает свет на сознательные или бессознательные проблемы, способствуя их решению или трансформации. Трансперсональный опыт и трансцендентные переживания можно генерировать медитацией либо концентрацией внимания.

Ключевые слова: *сознание, персональное сознание, трансперсональное сознание, трансперсональный опыт, содержание, бессознательное, логика целого, медитация*

ARMENUHI GALSTYAN – *Development of Consciousness: from Limited to Unlimited.* – Consciousness becomes partially visible through some content, and only an empty consciousness manifests itself in its infinity. Consciousness is seen in the body through behavioral activity, consciousness outside the body is reachable through spiritual experience and transpersonal experiences. A person with a personal consciousness acts under conditions of the limitedness of the created internal and external factors. Transpersonal consciousness is access to the true or divine nature, to hidden possibilities and infinity. Personal consciousness can reject effective development, transpersonal consciousness allows to control normal and productive development by controlling the content of personal consciousness and using transpersonal experience. The instinctive level of the unconscious is equivalent to the lower layers of consciousness. The equivalent of the upper level of consciousness are the symbols of the unconscious. Comparing the mental product of the conscious and unconscious can determine internal conflicts and the degree of harmony. Transpersonal logic or “the logic of the whole” sheds light on conscious or unconscious problems contributing to their solution or transformation. Transpersonal experience and transcendental experiences can be generated through meditation and concentration of attention.

Key words: *consciousness, personal consciousness, transpersonal consciousness, transpersonal experience, a layer of consciousness, the development of consciousness, content, the unconscious, the logic of the whole, meditation*