[Отрывок из опубликованной в интернете работы Кена Уилбера «Что такое интегральная духовность?» («What is integral spirituality?»), написанной в июне 2005 года и ставшей основой для книги «Интегральная духовность», которая является обобщением двух работ Уилбера — второго тома Трилогии Космоса и «Многих ликов терроризма». В квадратных скобках — примечания переводчика.]

Тень: динамически диссоциированные перволичные импульсы

Кен Уилбер

Я бы хотел ненадолго вернуться к верхнему левому сектору и, коль скоро мы уже совершили краткий обзор нескольких подходов и к зоне-1 [внутренний взгляд на события в верхнем левом секторе], и к зоне-2 [внешний взгляд на события в верхнем левом секторе], обсудить значение бессознательного, — именно в его психодинамическом смысле. Что представляет собой динамически вытесненное бессознательное? — существует ли оно на самом деле? — и если да, то какие есть методологии для обращения с ним? Короче говоря, **тень** — откуда и зачем…

Одним из величайших открытий современной западной психологии является обнаружение факта, что в определённых условиях импульсы, чувства и качества *первого лица* [перволичные] могут отчуждаться, диссоциироваться или отделяться, и когда так происходит, они проявляются в виде событий *второго лица* [второличных] или даже *третьего лица* [третьеличных], происходящих перед моим собственным сознаванием от первого лица. Это одно из полудюжины поистине великих открытий в зоне-1.

Если привести крайне стилизованный пример: если я злюсь на своего начальника, но чувство злости является угрозой для моего «я»-чувства, тогда я могу диссоциировать или вытеснить свой гнев. Однако простое отрицание злости не избавляет от неё, оно просто делает так, чтобы гневные чувства казались отчуждёнными в моём собственном сознавании: я чувствую злость, но это не моя злость. Чувства злости отодвигаются по ту сторону границы самости (по другую сторону «я»-границы), и там они проявляются в виде отчуждённых или отделённых событий в моём собственном сознавании, в моей собственной самости. В то мгновение, когда я оттесняю гнев на другую сторону границы своего «я», он становится событием от второго лица в моём первом лице. Иными словами, я осознаю злость, но она проявляется в виде «тебя» в моей собственной самости («второе лицо» означает человека, с которым я разговариваю, посему злость от второго лица означает злость, с которой я всё ещё разговариваю на равных условиях). Я могу ощутить, как во мне поднимается чувство злости, но оно возникает в моём сознавании, как если бы в дверь моего дома стучался злой сосед: я чувствую гнев, но в действительности говорю: «Что *тебе* надо?» — не «я зол», но «кто-то зол, но не я» — *ощущается*, как если бы злость не принадлежала мне. Если я продолжу отрицать свою злость, она может оказаться полностью диссоциированной или вытесненной в *событие от третьего лица*: моя злость может превратиться в «оно», или совершенного незнакомца в моём сознавании, возможно, возникая как симптом депрессии, возможно, оказываясь перенесённой на другого человека, возможно, оказываясь спроецированной на самого начальника.

Другими словами, в ходе типичной диссоциации, когда во мне возникают чувства гнева, они обращаются из моего гнева **первого лица** во второ- или даже третьеличного **другого** в моём собственном сознавании: аспекты моего «я» теперь возникают как «оно» в моём собственном «я», и эти «оно»-чувства и объекты совершенно сбивают меня с толку: эта депрессия, ОНА просто окатила меня. Эта тревога, ОНА сводит меня с ума. Эти головные боли — не знаю, откуда ОНИ берутся, но они возникают, когда я нахожусь около своего начальника. Всё, что угодно, кроме «я сам себе устраиваю головные боли», ведь эта злость — она больше не принадлежит мне. Я хороший человек, я бы никогда не испытывал злость, но эти головные боли меня просто убивают.

Этот чрезвычайно стилизованный пример должен высветить **феноменологическую** последовательность событий: определённые «я-субъекты» могут проявляться в сознавании, отодвигаться оттуда или отвергаться, и отчуждённые чувства, импульсы и качества оказываются на *другой стороне* «я»-границы: я теперь *ощущаю* их как *другого*. Это не теория, а нечто, что возможно ощутить в момент возникновения. Как только это происходит, чувство или качество не прекращает существовать, однако прекращается *владение* им. Эти отринутые чувства потом могут проявляться в виде болезненных и сбивающих с толку невротических симптомов в качестве **теневых** элементов в моём собственном сознавании. И целью психотерапии, в данном случае, является обращение этих «оно-чувств» в «я-чувства» и, тем самым, **возвращение себе тени**. Акт интеграции тени (обращения третьего лица в первое лицо) удаляет первопричину болезненных симптомов, по меньшей мере до тех пор, пока данное ощущаемое значение остаётся затронутым. Цель психотерапии, если хотите, состоит в конвертации «оно» в «я».

Всё наблюдение о психодинамическом бессознательном, на самом деле, возникает из подобного рода переживательных данных и наблюдений, — это полностью открытие зоны-1. Обычно забывается, что Фрейд, например, был великолепным феноменологом и во многих своих работах он занимался именно этим типом внутренней феноменологии и герменевтики (феноменология — в моём собственном первом лице, и герменевтика — когда мои перволичные импульсы становятся второ- и третьеличными импульсами и символами в моём собственном сознавании, требуя герменевтической интерпретации, как если бы я беседовал с кем-то ещё: эти симптомы, что они значат?).

Это отнюдь не притянутое за уши толкование Фрейда, это толкование, которое было сокрыто за стандартным, выполненным Джеймсом Стрэчи, переводом Фрейда. Немногие знают, что Фрейд никогда не использовал терминов «эго» или «ид». На языке оригинала, в немецком, буквально писалось «я» и «оно», то есть использовались местоимения (*das ich*, «я»), а не существительные. В переводах Стрэчи предложение могло звучать следующим образом: «Так, рассматривая сознавание, я вижу, что эго обладает определёнными импульсами ид, которые тревожат и расстраивают его», — что звучит наподобие размышлений о третьем лице. Но в действительности Фрейд писал: «Так, заглядывая в своё сознавание, я обнаруживаю, что моё „я“ имеет определённые импульсы „оно“, которые тревожат и расстраивают „я“». Стрэчи использовал латинские термины «эго» и «ид» вместо «я» и «оно», потому что считал, что от этого Фрейд будет выглядеть более научным. И чего он на самом деле добился, так это сделал неясным учение Фрейда — прекрасного феноменолога.

Вероятно, самое известное обобщение основной цели психотерапии, сформулированное Фрейдом, звучит следующим образом: «Где был ид, там должно быть эго». Вот, что Фрейд на самом деле говорил: «Где было оно, тем я должен стать».

Итак, теперь в нашем распоряжении миллионы интересных путей для того, чтобы продолжить дискуссию, но я бы хотел заострить внимание всего лишь на нескольких кратких обзорных пунктах.

— Основное открытие Фрейда и всего направления *психодинамической феноменологии* заключается в том, что определённые *переживательные* [англ. *experiential*: от *experience* — «опыт», «переживание»] «я»-события могут превращаться в ты, он, она, они, их, оно или его внутри моего «я»-пространства. Определённые «я»-импульсы могут отчуждаться, и возникает *ощутимое сопротивление* обратной интеграции этих чувств («Весь психоанализ построен на факте сопротивления»). Иными словами, все подобные

центральные реальности возникают внутри зоны-1: это перволичные переживательные реальности относительно «я» и «оно», а не теоретические рассуждения об эго и ид, чем бы те ни были.

— Вокруг этих переживательных феноменов (зона 1) можно сконструировать различные теоретические (зона 2) строительные леса. У Фрейда, конечно же, были свои собственные теории относительно того, почему его пациенты сопротивлялись собственным чувствам. Не очень многие его теоретические измышления хорошо держатся, но эти второзональные теории не должны затмевать центральный вопрос зоны-1: я могу отвергнуть свои собственные чувства, импульсы, мысли и желания. В отношении всего этого есть некоторая феноменология — феноменология, которая требует постоянного совершенствования и должна быть частью любой интегральной психологии.

— Фрейд является только одним из очень большого числа западных исследователей, которые предприняли попытку создать не только лишь феноменологию текущих «я»-симптомов, но необычайный тип феноменологии ранних стадий «я»-развития. Эти исследователи внутренних аспектов учитывали не только то, как эти ранние стадии «я»-развития могут быть концептуализированы и исследованы снаружи, но также и то, как они ощущаются изнутри. И более того — как на ранних стадиях «я» различные аспекты «я» могут становиться отчуждёнными, диссоциированными, сломанными, фрагментированными и оставляющими целый след из слёз в развитии. При рассмотрении снаружи всё это представляет собой стандартную психодинамическую **иерархию развития механизмов защиты** (например, Vaillant). Однако при рассмотрении изнутри это также история путешествия самости — путешествие моего «я» — через рост и развитие моего «я». В интегральном подходе необходимо учитывать обе данных точки зрения, и, хотя немногие теоретики рассматривают вопрос с таких позиций (раскрытых с точки зрения «всесекторной, всеуровневой» методологии), такое развитие включает важную *внутреннюю сторону истории* роста — и дисфункций — моего «я». Основная идея в этом случае — в особенности, что касается ранних стадий — состоит в том, что перволичное «я» может быть повреждено, проявляясь позднее в виде третьеличных симптомов и тени в рамках моего перволичного сознавания. Данная **феноменологическая история повреждённого «я»** (особенно в течение первых лет жизни) является одним из великих наблюдений западной психологии, особым открытием, не имеющим аналогов нигде в мире.

— И именно здесь наша история затрагивает вопрос медитации и созерцания, являющихся методологиями зоны-1, но, несомненно, обращающихся к другим территориям этой зоны. По моему мнению, важно понимать, почему важно и то, и другое. Откладывая специфические психоаналитические второзональные теории об этих первозональных реальностях в сторону, вспомним, что эти «исследователи тени» обнаружили, что на ранних стадиях развития части самости (части «я») могут быть отделены и диссоциированы, вследствие чего **самость** проявляется как **тень** и **симптомы** (аспекты «я» проявляются как «оно»). Как только осуществляется вытеснение, гнев всё ещё возможно испытать, чего, однако, не скажешь о чувстве владения этим гневом. Злость, начинаясь как «я», теперь проявляет себя в моём сознавании в виде «оно», и я могу практиковать сознавание при помощи випассаны столько времени, сколько пожелаю, однако всё, чего я добьюсь, так это усложню и увеличу своё сознавание «оно» *как «оно»*. Медитативные и созерцательные усилия попросту не затрагивают первоначальную проблему, состоящую в наличии фундаментальной проблемы границы-владения. Избавление от границы, что может быть осуществлено при медитации, попросту отвергает и временно отстраняет проблему в той плоскости, в которой «оно» реально. Болезненный опыт — акцент на болезненности — неоднократно демонстрировал, что

медитация попросту не избавляется от тени. И вот каким образом AQAL-методология концептуализирует данный вопрос:

— Начнём с нормального или здорового развития линии «я». На каждой новой стадии здорового «я»-развития, «я» данной стадии становится «мною» следующей стадии «я». (С теоретической или третьеличной точки зрения, субъект одной стадии становится объектом субъекта следующей стадии.) Так, например (и говоря весьма обобщённо), если я нахожусь на красной стадии развития, это означает, что я полностью отождествлён с красным уровнем, — настолько, что я не способен видеть его в качестве объекта, но использую его в качестве субъекта, при помощи которого и через который я воспринимаю мир. Но когда я перехожу на следующую стадию, янтарную стадию, тогда красный становится объектом, пребывающим в моём субъективном сознавании, который теперь отождествляется с янтарным; таким образом, мой янтарный субъект теперь видит мой красный объект, но сам не способен быть видим. Если красные мысли или импульсы возникнут в моём «я»-пространстве, я увижу их как мои красные объекты моей (теперь янтарной) самости. «Я сейчас испытываю кое-какие злые чувства». Итак, субъект одной стадии становится объектом субъекта следующей стадии. Как утверждает Роберт Киган, это является фундаментальным процессом самого развития.

— И что это значит, так это просто что с каждой стадией здорового «я»-развития *перволичное субъектное* становится *перволичным притяжательным* в моём «я»-пространстве: «я» становится «меня» или «моё» Человек может, к примеру, сказать: «Я обладаю мыслями, но я не мои мысли; я обладаю чувствами, но я не мои чувства» — человек более не *отождествлён* с ними как субъектом, а обладает ими как объектом, что абсолютно нормально, поскольку они всё ещё *обладаемы* мною в качестве «*моих* мыслей». Если бы человек на самом деле ощутил, что мысли в его голове являются мыслями *кого-то ещё*, это была бы не трансценденция, а серьёзная патология.

— Коль скоро здоровое развитие обращает «я» в «меня» или «моё», нездоровое развитие, как мы уже видели, обращает «я» в «оно». Я считаю, что это одно из важнейших открытий методологии AQAL, поскольку исследователи трансперсональной психологии уже в течение долгого времени поставлены перед двумя важными фактами — фактами, друг с другом не состыковывающимися. Во-первых, цель медитации — отделять или **«раз-отождествиться» от всего, что проявляется**. Однако, согласно второму наблюдению, в патологии присутствует диссоциация частей самости, посему **«раз-отождествление» есть проблема**, а не её лечение.

И оба верны. Если моя злость возникает в моём сознавании и переживается как моя злость, тогда цель — продолжать раз-отождествление (отпустить злость и самость, переживающую её, — обращая, тем самым, «я» в «меня» — что являет собою здоровую «трансценденцию и включение»). Однако если мой гнев проявляет себя в моём сознавании и переживается как твой гнев, или его гнев, или «оно»-гнев, — но не МОЙ гнев — тогда целью будет, во-первых, идентифицироваться с гневом и интегрировать его (обратив этот третьеличный «его» гнев в перволичный «мой гнев» — и ДЕЙСТВИТЕЛЬНО владея этим чёртовым гневом), и *затем* уже можно раз-отождествиться от самости, имеющей гнев (обратив перволичное субъективное «я» в перволичное объективное «меня» — что, опять же, является определением здоровой «трансценденции и включения»). Однако если овладение тенью не совершается в первую очередь, то медитация на злости попросту *усиливает отчуждение*: медитация становится «трансценденцией и отверждением», что как раз и является определением патологического развития.

— Я осознаю, как обобщённо и абстрактно звучат эти примеры из-за сжатости данной презентации. Но я бы хотел указать на то, что два этих факта об «отчуждении» и «раз-отождествлении», бывшие столь сложными для понимания, возможно кратко выразить с точки зрения методологии AQAL: **Здоровое развитие обращает «я» в «меня», патологическое развитие обращает «я» в «оно».** В первом случае происходит здоровое раз-отождествление, или здоровое отделение, или здоровая трансценденция, в последнем же — нездоровое раз-отождествление, или патологическая диссоциация, или патологическая трансценденция, или вытеснение.

— То же самое работает и для медитации, находящейся выше по уровню развития в той же самой линии. Здоровое развитие и здоровая трансценденция суть одно и то же, ибо развитие есть «трансценденция и включение». Субъект одной стадии становится объектом следующей, пока все относительные субъекты и самости не оказываются трансцендированы и в присутствии не будет лишь Чистого Свидетеля, или Чистой Самости, пустотного окна к речам Духа. «Я» одной стадии становится «мною» следующей стадии до тех пор, пока не останется лишь абсолютное «Я», являющееся Атманом, или Чистым Присутствием, или Я-Я, как называл его Рамана Махарши. «Я» становится «мною», пока не останется лишь Я-Я, и весь явленный мир — «мой» в этом Я-Я.

— Это всё та же здоровая линия в «я»-потоке, которая превращает «я» в «меня» свидетельствующего сознавания. Но если в любой момент на этой линии аспекты «я» отвергаются, они проявляются в виде «оно», что представляет собой не трансценденцию, а патологию. Отрицание владения есть не раз-отождествление, а отрицание. **Это попытка раз-отождествиться от импульса ДО признания и прочувствования владения**, и такой отказ от владения вызывает симптомы, а не освобождение. И, как только происходит такой отказ от владения, медитативный процесс раз-отождествления, скорее всего, сделает ситуацию ещё хуже и, в любом случае, не доберётся до первопричины.

— Кратко формулируя, здоровое развитие обращает перволичное субъектное в перволичное объектное или притяжательное («я» в «меня» или «мой»), патологическое развитие обращает перволичное субъективное во второе или третье лицо («я» в «ваш», «его», «их», «оно»). В первом случае происходит здоровое разотождествление, в последнем — патологическая диссоциация. Медитация помогает в первом случае и раздражает во втором.

— Если более подробно, то здоровое развитие и трансценденция обращает события в моём субъективном «я» (с которыми я полностью «отождествлён», так что не способен видеть их) в «меня» или «мои» (которые могут восприниматься в качестве объекта моего более высокого субъекта, — я трансцендировал и включил их: **овладел** ими И **трансцендировал** их) в то время, как патологическое развитие обращает моё перволичное «я» во второличный или третьеличный опыт, так что будет казаться, что я трансцендировал их, тогда как я на самом деле их диссоциировал. Здоровое раз-отождествление становится частью патологической диссоциации. Настоящее здоровое разотождествление (или отделение, или непривязанность) трансцендирует и включает: «Я обладаю злостью, но я не моя злость» (точно так же, как если говорить: «я обладаю мыслями, но я не мои мысли»). Патологической трансценденцией и развитием будет: «я не моя злость, и я не обладаю этой злостью». Здоровое развитие обращает «я» в «меня», патологическое — «я» в «оно».

— Основная мысль состоит в том, что, когда человек медитирует, **злость, в любом случае, будет проявляться в виде объекта в сознавании**. Но в одном из случаев это теневая злость, в другом случае — обладаемая злость; медитации же это всё равно, она

углубляет тенденцию к разотождествлению и диссоциации, которая в первую-то очередь и создала проблему. «Появляется злость, появляется злость, появляется злость…».

Проблема состоит в том, что ко времени возникновения злости как феноменологического объекта, повреждение уже нанесено. И медитация не способна дотянуться до повреждения, ибо привязанность к тени несёт бессознательный характер — скрытая идентификация с тенью проявляется в том факте, что тень всё ещё владеет моим собственным перволичным импульсом, независимо от того, сколь сильно я пытаюсь оное отрицать, вытеснять, отчуждать и рассматривать как объект. И, таким образом, когда моя теневая злость показывает себя в форме объекта или чувства, которое я могу свидетельствовать, это прекрасно, ибо именно к этому я и стремлюсь — видеть свою злость не как мою, но просто как нечто внеличностное, которое я могу свидетельствовать, или созерцать, или чувствовать, или превращать. «Отпустить злость» — именно это и пытается совершить вытеснение! Всё, кроме того, чтобы она стала моей, и лишь в том случае, но не ранее, могу я её отпустить.

Выражаясь кратко, медитация не способна добраться до первоначального повреждения, являющегося проблемой владения границей. В ходе развития и трансценденции, когда «я» одной стадии становится «мною» от «я» следующей стадии, если аспекты «я» раз-отождествлены слишком рано — вследствие защитного механизма отрицания, и отвержения, и диссоциации (и это происходит в «я» *до* того, как они становятся «мною» — действительно трансцендированными) — тогда они расщепляют «я» и проявляются в моём сознавании в виде «оно», но не «мною/моими»; таким образом, мир теперь содержит два совершенно различных типа объектов: те, которыми овладели корректно, и те, с которыми это не случилось. И эти два объекта феноменологически не отличимы один от другого. Однако один из этих объектов в действительности есть *скрытый субъект* — скрытое «я», или субличность, отщеплённое от моего «я», и, тем самым, это скрытое «я» не может никак действительно стать трансцендированным, поскольку оное представляет собой **бессознательную привязанность**, или отождествление (оно никогда не может стать действительно трансцендированным, ибо «оно» не может стать «мною» моего «я», так как моё «я» более им не владеет). И теперь, когда я свидетельствую эту злость, это твоя злость, или «оно»-злость, или его злость — но не моя злость. Такая теневая злость, возникающая в виде объекта, подобно любому другому объекту в моём сознавании, в действительности есть отделившийся скрытый субъект, и простое свидетельствование его в качестве объекта вновь, и вновь, и вновь лишь подкрепляет диссоциацию. Теневая злость — это фиксация, которую «я» никогда не сможет правильно трансцендировать. Чтобы трансцендировать теневую злость, «оно» должно вернуться в «я», и ЗАТЕМ данное «я» может стать «мною/моим», или поистине и действительно раз-отождествлённым и трансцендированным.

Достижение повреждения и овладение отчуждёнными гранями самости — это центральная часть любого интегрального подхода к психологии и духовности. Раз-отождествление от имеющейся самости есть трансценденция, раз-отождествление от отчуждённой самости есть двойная диссоциация.

— Итак, в данной линии и психотерапия, и созерцательная духовность являются усилиями в зоне-1, и обе они, каждая своим образом, интересуются тем, чтобы обратить «я» в «меня». Как мы уже отметили, предельная трансценденция в этой линии происходит тогда, когда все «я» оказываются превращёнными в «меня» и переживательно не остаётся ничего кроме «Я-Я», или чистого Свидетеля, или чистого Атмана, что есть не-атман, чистой Самости, что есть не-самость.

И теперь следует отметить, что созерцательные традиции и Востока, и Запада, очевидно, продвинулись в этой линии развития намного дальше, чем конвенциональная психотерапия. Однако западная психотерапия совершила одно колоссально важное открытие: на ранних стадиях данного развития части «я» могут быть обращены не в «меня», а в «оно». Данное «оно» является тенью, а тень является скрытым и отчуждённым *субъективным* импульсом, проявляющимся теперь в форме объекта, в виде другого — и это не здоровая трансценденция, а патологическая диссоциация. И медитация не делает различий между ними, рассматривая их, ни больше ни меньше, в качестве феноменов, возникающих в сознавании и становящихся предметом свидетельствования чистого внимания. Однако к тому времени, как они появляются в сознавании как объекты, травма уже нанесена, и медитация попросту запаивает «друговость» отчуждённых чувств.

Таким образом, тогда как созерцательные традиции специализируются в высших стадиях зоны-1, психодинамические традиции предоставляют нам бесценные уроки относительно самых ранних стадий. Разумеется, всё это в огромной степени пересекается, но, прибегая к обширному обобщению, можно суммировать весь ход данного обсуждения следующей фразой: западная психология внесла два особенно уникальных и фундаментальных вклада в более интегральную психологию.

Первый вклад — это второзональный подход к развитию и эволюции сознания, подход, показывающий нам аспекты развития нашего сознания, до которых мы не можем добраться изнутри, которые мы не можем получить в нашем собственном непосредственном опыте и сознавании, — мы, напротив, должны достаточно отстраниться, чтобы они попали в наше поле зрения. Когда мы так поступаем, мы получаем целую серию замечательных генеалогических открытий — от Ницше до Болдуина, Пиаже, Грейвза, Лёвинджер, — которые, по всей видимости, являют собой величайшим вкладом Запада в собственное саморазвёртывание самопонимания Духа. Невозможно найти данные стадии в сознательной эволюции какой-либо созерцательной или медитативной традиции мира.

Второй уникальный западный вклад заключается в том, что если мы посмотрим на своё собственное непосредственное сознавание и опыт и напрямую, переживательно, феноменологически исследуем зону-1, сознавая настоящий момент, то рано или поздно мы обнаружим различные ощущения, вызывающие у нас дискомфорт. Если же мы будем не просто ощущать или свидетельствовать их, а исследуем их истоки, то мы обнаружим, что определённые ощущения могут служить вуалью для скрытых реальностей моего «я»-пространства, исследование которых ведёт к открытию, что процесс замыкания и отчуждения начинается в раннем младенчестве. Растворение такого «я» в медитации не служит решением проблемы отчуждения, оно попросту усиливает первоосновную безответственность. Второй главный вклад современного Запада состоит в понимании того, что на ранних стадиях психологического развития, когда каждое «я» должно обращаться в «меня», некоторые из этих «я» отчуждаются в форме «оно» — в виде теневых элементов моего собственного сознавания, теневых элементов, которые проявляются как «другие» и объекты и которые, однако, в действительности представляют собой скрытые субъекты, *сокрытые лица моего собственного «я»*. Однажды диссоциированные, такие скрытые субъекты или теневые «оно» проявляются в форме болезненных невротических симптомов и расстройств. В таких случаях требуется психотерапия: где было оно, тем я должен стать.

Где был ид, там должно быть эго — *и как только это произойдёт, нужно трансцендировать данное эго*. Попытайся сделать подобное раньше и наблюдай, как растёт твоя тень. Однако если подобное отождествление изначально произошло здоровым

образом, *тогда* может произойти раз-отождествление, — в противном же случае раз-отождествление приведёт к большей диссоциации.

И западным, и восточным созерцательным и медитативным традициям недостаёт какого-либо чёткого представления **и о стадиях зоны-2, и о ранних патологиях стадий зоны-1**. В чём созерцательные традиции действительно преуспевают — и где конвенциональные западные подходы совершенно проваливаются, — так это в обучении состояниям сознания, которые отодвигают внешние пределы первозональных реальностей (буквально до состояний божественного единения и недвойственной реализации). Очевидно, если необходимо совершить выбрать только что-то одно, человек конвенциональным открытиям предпочтёт откровения созерцательных традиций. Однако, если такой необходимости не стоит, зачем ограничиваться чем-то одним?

Простое обобщение вышеизложенного в одном предложении будет звучать следующим образом: совместив Восток и Запад воедино, мы приходим к 3-м «**s**» верхнего левого сектора: **the shadow (тени), the stages (стадиям), the states (состояниям)**. Конвенциональные исследователи обнаружили второзональные **стадии** развития сознания и ранние первозональные **теневые** травмы, тогда как созерцательные традиции Востока и Запада проникли в глубины основных первозональных **состояний** сознания и того, как использовать их для следования к их источнику — от грубого к тонкому, причинному и недвойственному. Совместить все три — это вызов, который брошен интегральной психологии и интегральной духовности.

Перевод сделан в **июле 2007 года**
в рамках проекта интегральных блогов (в Живом Журнале)
ru_kenwilber и ru_integral_psy:
http://community.livejournal.com/ru_kenwilber
http://community.livejournal.com/ru_integral_psy