**Модель уровней самоидентификации личности**

М. А. Щербаков

Проблема самодентификации личности традиционно занимала умы ведущих представителей целого ряда психологических школ. Самоидентификация тесно связана с мироощущением личности, с поведением в социуме и, соответственно, с проблемами личностного развития и взаимоотношений.

С другой стороны, самоидентификация тесно связана с социальными стереотипами, - это своего рода мост между личностной и социальной психологией, между индивидуальным и социальным.

В кластерной модели сознания каждый кластер является своеобразной антенной, работающей и “на прием” и на передачу” [1]. Эта особенность позволяет рассматривать своего рода макросоциальные резонансы определенных структур сознания. Таким образом, взяв за основу базовую модель и идеологию КТИ, мы можем предложить совершенно новый подход к исследованию самоидентификации личности. Этот подход тем более интересен, что позволяет включить в общую интегрированную модель как “поверхностные” социальные взаимодействия так и глубинные уровни сознания.

**Основные понятия**

Идентификация - уподобление, отождествление с кем-либо, чем-либо (Психологический словарь).

Под самоидентификацией (СИ) мы будем понимать именно отождествление себя с определенной социальной группой, образом, архетипом и т. д. Например, я - инженер; я - отец; я - мужчина и т. д.

Самоидентификация тесно связана с моралью. Одной из наиболее значимых мотиваций выполнения моральных норм или соблюдения взятых на себя обязательств является именно сохранение своего идентификационного статуса. Слово офицера, слово дворянина, честное купеческое. “Так себя порядочные женщины не ведут”, “ты мужчина или кто?” - примеры таких ситуаций. Если я не выполню этого, значит, я не настоящий офицер (дворянин, купец, женщина, мужик...), другие не будут относиться ко мне как к настоящему офицеру (купцу, женщине...), и сам я не буду чувствовать себя достаточно уверенно в этом качестве.

Интересно в этой связи задать вопросы: “Почему же мы с такой регулярностью нарушаем честное пионерское и другие не менее честные слова?”, “Как сделать, чтобы мои коллеги, сотрудники, члены семьи, я сам этого не делали?”. Об этом немного позже.

**Несколько определений**

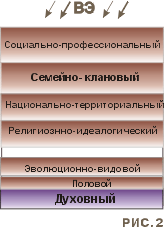
Любое прямое утверждение, непосредственно определяющее самоиндентификацию, мы будем называть позитивной идентификацией. Например: “я - инженер”; “я - русский”.

Любое прямое отрицание такой идентификации - негативной идентификацией. Например: “я - не рабочий”; “я - не русский”; “я - не девушка”; “я вам не мальчик”.

Утверждение, которое декларируется как прямое, но так, что при этом подразумевается негативное, назовем инверсной идентификацией: “я - инженер” (может быть техник или ученый или начальник, не так важно, главное, что не рабочий или человек физического труда); “я - русский” (может быть, немного татарин, но точно не еврей или не кавказец) и т. д.

**Уровни самоидентификации**

Исходя из кластерной модели сознания [1], [2], введем модель уровней самоидентификации. Как будет ясно в дальнейшем, семь уровней СИ (рис. 1) непосредственно связаны со структурой сознания.



Социально-профессиональный уровень определяется утверждениями типа: я - инженер; я - профессор; я - богатый; я - уважаемый гражданин и т. д. При этом под такой идентификацией мы подразумеваем все то, что осознанно или неосознанно вкладывает человек в эту декларацию. Еще раз обратим внимание на то, что часть утверждений, связанных с СИ, может лежать в неосознанной сфере.

Например, я - профессор (это утверждение явно подразумевает, что я преподаю, что я главнее ассистента или простого преподавателя, что я имею определенный статус в своей среде и могу рассчитывать на соответствующее отношение и привилегии. Это может неявно подразумевать, что я рассчитываю на уважение со стороны соседей, родственников и семьи, что я рассчитываю на определенный уровень жизни, достойный профессора, что я рассчитываю на определенные социальные привилегии и т. д.)

Семейно-клановый уровень определяется утверждениями типа: я - мать; я - дочь; я - дядя; я - кунак; я - член семьи (клана, тейпа, племени и т. д.).

Национально-территориальный уровень: я - русский; я - москвич; я - молдаванин и т. д.

Отметим, что в этом уровне СИ обязательно содержится несколько утверждений, вложенных одно в другое словно матрешка. Я живу в деревне Большие Ложки; я - рязанский; я - русский; я - россиянин; я - европеец.

Для жителя соседней деревни важным будет уже первое утверждение (возможно с уточнением - Нижние Ложки или Верхние Ложки), для американца - это в любом случае русский (также как и молдаванин, белорус или чукча), для латиноамериканского индейца или африканца - европеец.

Религиозно-идеологический: я - православный; я - мусульманин; я - коммунист; я - атеист; я - иудей; я - фундаменталист; я - демократ; я - пацифист и т. д.

Этот уровень идентификации определяет отношение к какой-либо религиозной или идеологической группе (например, церкви или партии) и связанной с ней системой ценностей. Идентификация “я - православный” совсем не обязательно подразумевает исполнение десяти заповедей, возможно, это утверждение делает профессиональный рэкетир. Для части людей это будет означать - я иногда посещаю церковь, я крещусь определенным образом, я ношу определенного вида крестик, в моей машине укреплена иконка и т. д. На этом уровне мы очень часто встречаем инверсную идентификацию. Я - православный - я не очень хорошо представляю, что это такое, но я точно не католик, не еврей, не мусульманин и не сектант, и хотя я так же плохо представляю, кто они такие, я их ненавижу.

Эволюционно-видовой. Я - человек. Эта идентификация кажется довольно банальной, однако заглянув немного глубже, мы найдем очень интересные оттенки. Эволюционно-видовая идентификация тесно связана с архетипами и “эволюционной памятью” [3]. В первобытных культурах это создает прямые утверждения СИ, связанные с религиозным и семейно-клановыми уровнями: я - орел; я - лев; я - волк и т. д. В западной культуре такие ассоциативные связи редко выходят на поверхность, однако в некоторых ситуациях и состояниях сознания они также играют свою роль(См. Лирическое отступление 1).

Отметим, что и сама декларация “я - человек”, несет гораздо большую смысловую нагрузку, чем просто принадлежность к биологическому виду. Для разных людей быть Человеком означает не совсем одно и то же. Вспомните: “Баранкин, будь человеком!” А что здесь действительно имеется в виду? Будь... кем именно? И кем сейчас является Баранкин для говорящего? Что означает для вас прилагательное “человечный”? Обзывая человека животным, говорящий как бы подсознательно подвергает сомнению его эволюционно-видовую идентификацию, и хотя, казалось бы, для сомнений нет никаких оснований, обзываемый испытывает обиду и беспокойство.

Обычно при обзывании упоминаются имена разных “нечистых” животных - свинья, шакал паршивый и т. д., однако недавно я присутствовал при горячей дискуссии двух автослесарей, при которой прозвучало ругательство “дельфин”. И интересно, что оппоненту такая характеристика очень не понравилась.

В другой ситуации боцман научно-исследовательского судна постоянно ругал матроса сложным четырехэтажным матом. Наконец у матроса спросили: “Эдик, как ты все это терпишь! Тебе не обидно?” - “Да нет, вот если бы он меня, скажем, козлом назвал...”

Возможно, распространенные в определенных кругах наименования (“козел”, “петух”) являются именно попыткой нарушить эволюционно-видовой идентификационный слой или декларировать, что такое нарушение уже случилось и носитель клички уже “не совсем человек” (Отметим, что в первобытных сообществах инициированный член клана крокодила тоже считает себя не совсем человеком, а во многом и крокодилом.)

Половой уровень идентификации: я - мужчина; я - женщина.

В этих утверждениях содержится очень много оттенков, от чисто бытовых: Я - женщина, поэтому я готовлю обед, стираю и штопаю, до очень глубоких архетипических уровней Анимы и Анимуса. Попробуйте произнести вслух: “я - мужчина” или “я - женщина” и почувствовать, что при этом отзывается внутри.

Половая идентификация - один из самых глубоких уровней, и его исследование может дать исключительно ценную информацию о бессознательной составляющей личности. Исследованию половой идентификации во многом посвящен психоанализ (особенно работы Фрейда).

Но если Фрейд на этом уровне СИ и останавливается, то мы пойдем еще глубже - к следующему уровню.

Духовный уровень: я - ... Этот уровень едва ли можно определить прямым вербальным утверждением. Самое близкое (хотя и достаточно неуклюжее) высказывание: я чувствую Бога или я нахожусь в определенной связи с Богом.

Впрочем, еще раз подчеркнем, что этот уровень не может быть определен вербально - это тот комплекс ощущений, мировосприятия и связанной непосредственно с ними системы ценностей, который определяет наши отношения с Богом (вселенским разумом, светом, идеей духовности - вербальные определения не важны). Отметим, что речь идет о системе ценностей, связанной с личным духовным опытом, а не с системой ценностей, предлагаемой церковью, общиной или социальной группой. В ряде случаев обе эти системы ценностей тесно переплетаются, т. е. именно данная религиозная или иная практика позволяет получить личный духовный опыт (По классификации работы [2] такая ситуация является “ступенькой”, в противном случае религиозно-идеологический уровень становится “стенкой” и препятствует духовному и личностному развитию). В таких случаях существует своего рода резонанс между частью религиозно-идеологического уровня и духовным уровнем (В кластерной модели сознания [1] такие резонансы объясняются квантомеханическими туннельными эффектами), эта связь изображена стрелкой на рис. 1.

**Несколько важных замечаний о структуре уровней СИ**

Чем глубже уровень, тем “менее вербальными” становятся его составляющие. Особенно это относится к уровням, лежащим ниже энергетического барьера (разрыв на рис. 1). Многие аспекты уровней половой и видовой идентификации лежат вне области логических рассуждений и словесных описаний. “Невербальность” духовного уровня уже обсуждалась.

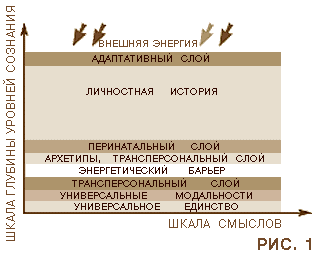
Границы всех уровней сильно размыты, существуют зоны, почти в равной степени, определяемые двумя соседними уровнями.



Уровни СИ образуют единую голографическую картину. Ни один уровень жестко не ограничен определенными рамками. Прямоугольники на рис. 1 имеют смысл тех зон, где влияние именно этой СИ наибольшее. Это как бы срез нескольких волновых функций (рис. 2). Другими словами, в той области СИ, которая определяется влиянием семейно-кланового уровня, достаточно сильно проявляется влияние смежных уровней: социально-профессионального и национально-территориального, но также и всех остальных уровней, причем тем слабее, чем дальше уровень.

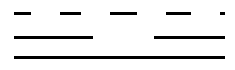
Чем выше уровень, тем сильнее он подвергается воздействию окружающих условий и тем быстрее реагирует на их изменение.

Чем выше уровень, тем сильнее и непосредственнее его воздействие на поведение человека и его взаимоотношения с окружающими.



Верхние уровни, лежащие над энергетическим барьером в большей степени описывают самоидентификацию личности в контексте социальных взаимодействий. Глубинные уровни в большей степени имеют отношение к внутренним взаимодействиям и взаимоотношениям с окружающей энергией (не социальной).

Чем выше уровень, тем больше в нем выделенных, относительно разделенных областей, тем фрагментарнее его структура (рис. 3). Наиболее глубокий духовный уровень не имеет разделения. Верхний социально-профессиональный уровень имеет много относительно обособленных подуровней.



Доступ конкретного человека к данному уровню СИ может быть различным. В дальнейшем мы будем говорить, что в данном уровне СИ “содержится больше энергии”. Для крестьянина или ремесленника в строго иерархичном обществе (например, Россия XVII-XIX вв.) больше всего энергии будет в первых трех уровнях. Причем относительно большими будут семейно-клановый и религиозный уровни. Для многих народов Востока важнейшую роль играет семейно-клановый уровень, который достаточно слабо выражен у многих современных американцев (у последних гораздо больше энергии в социально-профессиональном уровне).

Относительная высота прямоугольников на рис. 1 не несет никакой смысловой нагрузки.

Наконец, почему структура уровней СИ выбрана именно такой? Как уже отмечалось, эта структура построена на основе кластерной модели сознания. Каждый слой сознания (рис. 4) и каждый кластер в нем является как бы антенной, работающей и на прием и на передачу. То есть определенные структуры сознания, резонируя с похожими структурами других людей, образуют своего рода базовые частоты со своей внутренней структурой.

Конечно, для каждой личности характерны определенные уникальные особенности структуры СИ, но в целом, в силу указанных обстоятельств, можно проследить и общие закономерности. Именно поискам таких закономерностей, связанных с социальными взаимодействиями, и посвящена настоящая статья.

Что происходит, если структура самоидентификации на одном из уровней претерпела те или иные нарушения? Каким образом можно использовать эту модель для работы с конкретными личностными и социальными проблемами?

**Шипы и розы кризиса самоидентификации**

В последнее время стало модным говорить о “духовном кризисе” в России и необходимости “возрождения духовности”. Но можно ли то, что происходит сейчас в России, назвать духовным кризисом?

Понятие “кризис” на бытовом уровне подразумевает, что некоторое время тому назад ситуация была гораздо лучше. Можно ли утверждать, что, скажем, в 1935 или в 1985 году общество было гораздо более привержено духовным ценностям и более заинтересовано в духовных исканиях? Весьма сомнительно. Еще более странными и нелепыми представляются призывы вернуться к духовным и религиозным ценностям начала века. Революция 1917 года и чрезвычайно жестокая гражданская война убедительно показали, что именно в начале века Россия переживала действительно глубокий духовный кризис, который и привел к этим событиям.

Ту социально-психологическую ситуацию, в которой оказались сейчас миллионы граждан бывшего СССР, на наш взгляд, можно охарактеризовать как кризис самоидентификации.

В случае разрушения или резкой деформации одного из слоев (чаще в результате воздействия внешних обстоятельств, т. е. ВЭ) система переходит в состояние кризиса и необходимости перестройки.

Важно отметить, что уровни самоидентификации могут рассматриваться как глобальные экраны в терминологии [2] (В конкретном случае это могут быть и “экраны-стенки” и “экраны-ступеньки”) и, следовательно, к ним применимы все основные модели взаимодействия с кризисами, изложенные в [2]. Другими словами, человек может:

Подавить проблему с помощью средств, изменяющих сознание.

Построить новые экраны в той же области, т. е. сделать вид, что ничего не произошло и пытаться жить в соответствии со старыми моделями, слегка приспособив их к изменившейся ситуации.

“Растворить” границы слоев СИ и слить их в более гармоничную структуру .

Перенести большую часть энергии на другой уровень СИ.

Первый способ широко распространен на уровне социума способствует поддержанию стабильности структуры СИ, т. е. широкое потребление алкоголя или седативных наркотиков в обществе сохраняет сложившуюся структуру идентификаций и способствует тому, что люди не стремятся ее менять, даже если эта структура совершенно для них неорганична.

Второй и третий способы обсуждаются в [2] и [1].

Для нашего рассмотрения наиболее интересен именно четвертый способ. Что происходит, если разрушается или сильно изменяется один из уровней СИ?

Эта ситуация характерна для общества, переживающего серьезную перестройку, например СНГ 90-х годов.

Как уже отмечалось, социально-профессиональный уровень, как находящийся ближе всего к поверхности, содержит много энергии и сильно воздействует на поведение человека. Если этот уровень разрушается, система переходит в нестабильное состояние.

Еще вчера я был инженером (научным сотрудником, офицером и т. д.), и эта идентификация подразумевала целый ряд привычных и стабильных отношений. Сегодня я безработный или по-прежнему научный сотрудник, но уже без зарплаты, без работы, без соответствующего уважения окружающих и без чувства ценности того, что я делаю.

Что делает человек в этой ситуации? Как уже отмечалось, есть четыре варианта.

Начинает пить.

Пытается любой ценой не замечать того, что происходит, и скрывать это от окружающих, т. е. тем или иным способом сохранить прежнюю структуру СИ. В странах Запада, где социально-профессиональная идентификация очень сильна, люди, потерявшие работу, часто впадают в глубокую депрессию, некоторые продолжают утром “ходить на работу”, чтобы семья и соседи ни о чем не догадались. Второй вариант - найти козла отпущения (правительство, коллеги, начальство) и бесконечно его ругать, не пытаясь реально изменить свою ситуацию. Третий вариант, самый конструктивный, но не всегда возможный - попытаться срочно найти точно такую же работу с точно таким же социальным статусом. Во всех этих случаях человек пытается остаться в рамках сложившейся модели СИ. Если это возможно, то хорошо, но в период экономического кризиса это часто совершенно нереально. Попробуйте в России найти высокооплачиваемую работу по специальности астроному или физику-теоретику, даже если это доктор наук, в прошлом вполне известный, уважаемый и обеспеченный человек.

Меняет идентификацию в рамках уровня, т. е. меняет специальность.

Пытается направить энергию в другой уровень идентификации.

Пусть я уже не научный сотрудник, но зато я, прежде всего, мать (жена, отец). Пусть я уже не доцент, зато я молдаванин (татарин, украинец). Пусть я не офицер, зато я православный (иудей, мусульманин).

Таким образом, в период крушения привычных социальных и экономических отношений акценты могут смещаться на другие уровни СИ.

При этом легче всего направить энергию именно в уровни, близлежащие к разрушенному (рис. 1).

С этой точки зрения легко объясним повышенный интерес части общества к своему национальному статусу. То, что еще несколько лет назад не привлекало особого внимания, вдруг стало настолько важным, что начались национальные войны и безудержный “парад суверенитетов”. Хотя очевидно, что и то, и другое не принесло и не могло принести каких-либо экономических выгод, эта практика стала очень распространенной.

Повышенный интерес к религиозным объединениям, “парад церковных суверенитетов” и различные разборки на этой почве, зачастую переходящие на уровень драк и бурных судебных разбирательств, также объяснимы с этих позиций.

Действительно, если человек привык жестко идентифицировать себя как инженера, гражданина Великой державы и т. д. и, соответственно, соразмерять с этим свои ценности, поведение, отношения с окружающими, а теперь больше этого делать не может, то самый простой путь - найти новые способы жесткой идентификации. Чем более жестко задана структура СИ, тем проще с ней взаимодействовать, так как не нужно много думать и искать ответы на жизненные проблемы самому.

Кризис СИ автоматически порождает крушение моральных ценностей, с ними связанных. То есть, если моральные ценности связаны в большей степени не с внутренним духовным опытом, а с соответствующей идентификацией, то наступит почти полный моральный вакуум. Скорее всего, он будет быстро замещен новой структурой самоидентификации.

Такая ситуация характерна и для России 1917 - 1920 и 1989 - 90-х годов, и для Германии 1920 -30-х. Если Бога (светлого образа Ленина - Сталина, КГБ, парторганизации, Великого и ужасного милиционера и т. д.) больше нет, то все позволено.

В России новым вождям удалось быстро переориентировать СИ общества, введя, казалось бы, нелепые определения типа: “я - пролетарий”; “я - большевик” вместо “я - православный”. После войны наступил новый кризис СИ, и партии пришлось добавить национальный уровень: я - русский (а не еврей и не космополит).

В Германии удалось сразу переориентировать идентификацию на национально-территориальную. Пусть я больше не ... зато я истинный немец и поэтому почему-то очень заинтересован в расширении территории.

А может ли энергия быть направлена в сферу половой самоидентификации? Безусловно. И в России и в Германии соответствующих периодов происходила бурная сексуальная революция. Агрессивность, как один из аспектов сексуальной энергии, также резко повышается, что приводит либо к росту насилия внутри общества, либо направляется на ведение внешних войн.

Отметим, что война (неважно, с внутренним или внешним врагом) способствует повышению жесткости и стабильности СИ, во всяком случае, пока она не закончится. Во время войны основная идентификация большинства людей - это: я - свой. Ветеранам различных войн часто и в мирной жизни не хватает этой простоты и ясности самоидентификации. В тоталитарных или близких к ним государствах войны традиционно использовались для создания искусственных утверждений СИ. Пользуясь слабой осознанностью глубоких уровней СИ (и не только глубоких), лидеры таких систем умело переопределяли СИ: я - мужчина, следовательно, я - смелый, бесстрашный, сильный, следовательно, я - солдат без тени сомнения. я - русский, следовательно, я побеждаю лиц ... национальности и иноверцев. я - патриот, следовательно, я - враг всех чужих.

Именно таким способом можно привлечь добровольцев на афганскую или чеченскую войны (утвердить себя как мужчина, отстоять русскую нацию, послужить Родине и т. д.) или использовать простых призывников, но сделать так, чтобы они воевали с максимальным старанием и жестокостью.

По окончании большой войны кризис СИ захватывает все общество, причем кризис наступает вне зависимости от того, победила страна в войне или проиграла.

Ветеран малой войны, как правило, испытывает серьезный личностный кризис СИ, кризис тем более тяжелый, что за время войны его структура СИ сильно разошлась с базовой структурой СИ большей части общества. В терапии таких кризисов может быть с успехом использовано направление энергии на более глубокие уровни, особенно на духовный.

Совершенно особая ситуация связана с возможностью направить энергию в духовный слой. Это может проявляться и как интерес к различным эзотерическим и мистическим учениям и как следование пути духовного осмысления жизни.

На наш взгляд, такой путь может считаться наиболее гармоничным. Если в духовном уровне СИ достаточно энергии, человек не испытывает тревоги и беспокойства, его моральные ценности не зависят в такой степени от текущей ситуации в обществе, и, что самое главное, это во многом снимает проблему самоидентификации, так как приходит внутреннее осознание себя и человек сам может делать выбор, как себя идентифицировать.

Таким образом, кризис СИ приводит к расслоению в обществе. Кто-то лишается привычных моральных ориентиров и пускается во все тяжкие, кто-то замещает старые жесткие нормы на новые, тоже жесткие, но уже неодинаковые (у одних - национально-клановые, у других - религиозные, у третьих - профессиональные), а кто-то - становится более целостным и духовным.

Кризис СИ связан и с перестройкой внутренней структуры отдельных слоев. Насколько жестко человек идентифицирует себя, например, в профессиональной области? Насколько способен осознанно изменить ее? Насколько жестко заданы его представления о роли мужчины и женщины в семье? Насколько он готов изменить их, если они перестали работать?

Отметим, что чем более иерархично общество, тем более жестко заданы ступеньки такой идентификации. Для сравнения: в СССР существовало 22 звания в армии и 5 научных званий, в США - около 10 званий в армии и 1 научное. То есть получив степень доктора (Ph.D.), американец может полностью расслабиться относительно своей научной идентификации и заняться работой. Выше, чем доктор, званий уже нет. В России кандидат наук все еще имел много социально определенных ступенек впереди, и “расслабиться” мог разве что академик.

Чем сильнее кризис СИ, тем сложнее выстроить гармоничную картину, сочетающую СИ на разных уровнях. Так, часто сложно найти баланс между первым и седьмым уровнем, т. е. гармонично сочетать в себе и бизнесмена и человека духовного, с ярким восприятием окружающего мира. Но если в Европе и США такие подходы уже наметились и сами основы ведения бизнеса сформировали определенный моральный кодекс, близкий к общечеловеческим духовным принципам (не убивай, не обманывай, вкладывай деньги в благотворительность и т. д.), то в современной России и СНГ это далеко не так. Резкое расслоение привело к тому, что, как правило, человек либо бизнесмен, либо человек духовный. Удержаться на тонкой грани посередине возможно, но очень нелегко. Принципы ведения бизнеса во многих областях заведомо подразумевают обман, взятки, угрозы насилия и т. д.. Некоторое время тому назад похожая ситуация была и в США. На диком Западе ковбои с неимоверной жестокостью стреляли в индейцев и друг в друга. Ограбление банка считалось геройским поступком. Компании взрывали динамитом нефтепроводы и железные дороги конкурентов. В период “сухого закона” бандиты контролировали большую часть бизнеса страны. Но прошло время, и крайности постепенно выровнялись.

Кризис СИ у личности происходит не только в период соответствующих кризисов в обществе. За время своей жизни человек переживает как минимум несколько таких кризисов. Кризисы 6-7 и 12-14 лет приводят к формированию более четкой структуры самоидентификации.

В традиционных обществах одним из основных способов разрешения кризисов СИ был ритуал. Изменяя свою идентификацию (профессиональную, семейную, религиозную), человек проходил через определенную инициацию, которая давала возможно полное и глубокое представление о новой идентификации. Часто при этом менялось и имя или часть имени. Ритуал сопровождал любые важные события, связанные с изменением СИ, - приобретение профессии и, соответственно, статуса, женитьба, рождение ребенка, вхождение в возраст охотника. В некоторых первобытных племенах юноши, не прошедшие инициации, вообще не считались мужчинами, и, соответственно, настоящими людьми.

Отголоски таких традиций сохранилась и в современном обществе - ритуалы брака, крещения и т. д. При этом в ряде случаев по-прежнему меняется часть имени, - с помощью приставок мисс - миссис, мадам - мадемуазель, доктор, Ph.D., профессор, майор и т. д. Проблема состоит в том, что в современном обществе инициации если и существуют, то в сильно урезанном виде, многие аспекты СИ определены гораздо менее четко и часто степень осознания своей самоидентификации недостаточна.

Если в архаическом обществе всем было хорошо понятно, что такое жена, муж или отец, то сейчас это часто далеко не так. Муж может подсознательно ожидать от жены определенного поведения, соответствующего его представлениям о том, что такое “жена”, однако у самой жены эти представления могут быть совершенно другими и часто тоже плохо осознанными. Разрешение такого конфликта затрудняется именно недостаточной осознанностью соответствующего уровня СИ. Вместо того чтобы прояснить ситуацию, муж и жена могут бесконечно конфликтовать по самым различным поводам.

В отношениях ребенок - родитель проблем еще больше, так как в современном обществе верхние слои СИ достаточно быстро меняются и родители могут просто не успеть заметить, что идентификация “дочь” сильно изменилась со времени их молодости.

Достаточно часто встречаются ситуации, когда для человека очевиден только один аспект СИ (например “я - муж, следовательно, глава семьи”, “я - профессор, следовательно...”). Остальные аспекты “неявно подразумеваются”. Если именно эти “подразумеваемые”, но плохо осознанные аспекты начинают расходиться с реальностью, то возникает проблема, причем трудноразрешимая, так как ее истинная причина непонятна.



Рис. 5

В общем случае такую ситуацию мы будем называть несимметричной идентификацией (рис. 5). Один уровень СИ может быть лучше осознан на рациональном уровне, другой - на эмоциональном и т. п.

Наконец, еще раз обратимся к имени. К какому уровню СИ его можно отнести? Имя - это своего рода “точка сборки” всей структуры СИ. В нем как бы присутствует понемножку от каждого уровня. Как уже отмечалось, в традиционных обществах имя постоянно изменялось вместе с изменением СИ. Чем более значительным было изменение, тем сильнее менялось имя. Поступая в монастырь (и христианский и буддистский), человек полностью расставался со старым именем и принимал новое. Замужество приводит к изменению фамилии. На протяжении жизни имя также меняется несколько раз: Шурик - Сашка - Саша - Александр - Александр Ефимович. Интересно, что действительно значительные кризисы СИ в обществе также приводят к изменению части имени: господин - товарищ - господин. Иногда внутренние изменения приводят к тому, что человек меняет имя - например, с Толика на Анатолия.

Более глубокое осознание энергии, заложенной в имени, может привести к интересным и иногда неожиданным результатам. Так, в процессе, связанном с осознанием имени на тренинге Discovery 2, некоторые участники неожиданно находили другое, “более созвучное” имя или изменяли имя как в вышеописанном примере. В нашей культуре имя дается человеку при рождении и, в большинстве случаев, сильно не изменяется в течение жизни. Имя и человек как бы выстраивают отношения друг с другом в процессе развитии личности и ее самоидентификации.

Вы можете провести интересный процесс осознания своего имени.

Сядьте или встаньте в удобную позу. Сделайте несколько глубоких вдохов и расслабленных выдохов. Произнесите ваше имя. Сначала про себя, потом вслух, потом немного громче. Почувствуйте, что при этом отзывается внутри. Какие ощущения в теле, краски или образы при этом возникают. Насколько комфортно это состояние. Попробуйте произнести ваше имя по разному: Саша - Александр. В чем различия в ваших ощущениях? Произнесите имя еще раз. Поэкспериментируйте с громкостью и тоном голоса. Насколько легко и свободно вы произносите ваше имя. Какое именно имя вам легче всего произносить. Какая энергия звучит в имени? Для того чтобы почувствовать всю энергию имени, вы можете пройти по всем уровням СИ, произнося вслух: “Я - инженер”; “я - муж” и т. д.

**Резюме**

В течение жизни человек переживает несколько (обычно достаточно много) кризисов самоидентификации, причем эти кризисы могут затрагивать один или несколько уровней СИ.

Резкие социальные изменения в обществе приводят к массовому кризису социально-профессионального уровня СИ и “вакууму самоидентификации”.

Кризис СИ приводит к кризису морали и нравственных ценностей, с ним связанных.

Одним из способов разрешения кризиса СИ является направление энергии на другой уровень самоидентификации.

Кризис СИ приводит к резкому расслоению в обществе. Война - способ временно преодолеть или отсрочить кризис СИ и сплотить общество.

Традиционно стабильность и универсальность СИ в обществе обеспечивалась ритуалами. При достаточно резком отказе от ритуалов или их формализации (как это произошло в современном обществе) образуется своего рода “вакуум” идентификации в данных зонах СИ.

Степень осознанности самоидентификации может быть различной. Например, один уровень СИ лучше осознается на рациональном уровне, другой - на эмоциональном.

Имя является своего рода “точкой сборки” уровней СИ.

**Уровни самоидентификации в психотерапии**

Рассмотренная нами модель позволяет исследовать основные проблемы личности, связанные с СИ. Такие проблемы могут быть объединены в три большие группы.

Слишком жесткая идентификация в определенной области и слабая ее осознанность.

Неосознанное направление энергии с одного уровня СИ на другой.

Ограниченная осознанность одного из уровней СИ, т. е. явно осознанны лишь некоторые аспекты данного уровня самоидентификации, при этом другие аспекты неосознанны или “неявно подразумеваются”.

Центральной идеей в разрешении кризисов и вакуума СИ является осознание своей самоидентификации во всех ее аспектах и на всех уровнях.

Необходимость изменения своей СИ часто связана со страхом лишиться “опоры”, т. е. привычной шкалы ценностей и системы внутренних и внешних взаимоотношений. Первым шагом может быть именно прояснение соответствующих аспектов СИ и их действительной ценности для личности.

Как прояснить соответствующий уровень СИ?

Один из способов - пойти от противного. Такое упражнение может быть проделано прямо сейчас с листом бумаги и ручкой (акцент на рациональный аспект) или использовано в контексте сессии с измененными состояниями сознания.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровень СИ | Кто я? | Чего я хотел бы избежать  (Чего я боюсь) | Почему это важно  (Что для меня значит быть ...) |
| 1 | Я - программист  Я - сотрудник такой-то фирмы  Я - кандидат наук  Я - хороший специалист | Потерять работу  Потерять квалификацию  Потерять профессию  Не иметь достаточно денег для содержания себя и семьи  Иметь доход меньше, чем у других  Потерять уважение коллег  Потерять уважение друзей и родственников | Я хочу иметь чувство стабильности и уверенности в завтрашнем дне. Не хочу менять сложившихся привычек и отношений в коллективе  Боюсь оказаться несостоятельным в новой специальности  Хочу чувствовать себя материально независимым, мужчиной  Мне нравится моя специальность  Мне нравятся люди, с которыми я работаю |
| 2 | Я - муж  Я - отец  Я - сын  Я - брат |  | Быть мужем - значит чувствовать себя сильным, надежным, уверенным в себе  Нести ответственность за принятие решений  Быть внимательным к жене и ее родственникам  Обеспечивать семью  Сексуально удовлетворять жену  Быть верным  Иметь право на то, чтобы жена и родственники уважали меня и мои решения, на верность и ласку жены  Рассчитывать на поддержку жены в любых ситуациях. |
| 3 | Я - русский (татарин, еврей...) |  |  |
| 4 | Я - христианин (мусульманин, православный, протестант ...) |  |  |
| 5 | Я - человек |  |  |
| 6 | Я - мужчина (женщина) |  |  |
| 7 | Я - .... (невербальное определение духовного восприятия мира) |  |  |

Очень важно прояснить существенные аспекты самоидентификации. Например, что наиболее значимо? Не потерять работу, не потерять специальность, не потерять доход или не потерять квалификацию?

Следующий шаг - вопрос: “Почему это важно?”. Иногда на него можно ответить словами, иногда нет (особенно на более глубоких уровнях).

Возможно, после этого шага будет легче глубже осознать “Что для меня значит быть программистом (мужем, сыном, русским и т. д.)?”.

В процессе такого исследования некоторые аспекты СИ уже не покажутся достаточно значимыми, а другие неожиданно будут осознаны как действительно важные. Особенно это относится к глубоким уровням, многие аспекты которых плохо осознаны в западной культуре. Отметим, под осознанием подразумевается не только логический анализ, но и весь комплекс ощущений, чувств, внутреннего опыта, ассоциативных связей и т. д.

Обратите внимание на пересечение уровней СИ.

- Я хочу иметь... такую работу, чтобы хорошо зарабатывать и чувствовать себя мужчиной.

- А что это значит - быть мужчиной?

Довольно часто мы встречаемся с примерами неосознанного замещения уровней СИ.

- Я много работаю, обеспечиваю семью, жену, детей... Настоящий мужчина должен чего-то добиться в работе. Карьера для меня - главное...

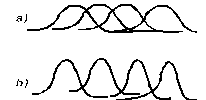
А что еще важно для мужчины? Что еще входит в понятие отца? Насколько ваше видение совпадает с видением жены, детей?

Один из выпускников тренинга “Inner Discovery” заметил: “После тренинга я стал больше времени проводить с семьей, стал зарабатывать вдвое меньше, но теперь я чувствую, что такое жить счастливой жизнью. Партнеры меня не понимают”. Другая выпускница после тренинга нашла интересную высокооплачиваемую работу по специальности (хотя в деньгах не нуждалась), после этого быстро разрешились многие семейные проблемы и установились гармоничные отношения с мужем и детьми. До тренинга избыточная энергия, направляемая в семейно-клановый уровень, привела к настоящему аду в семье и предразводной ситуации.

Попытка направить всю или почти всю энергию в одну-две области СИ упрощает жизнь. Трудоголикам проще, так как им достаточно думать только о работе, осознавать только то, что связано с работой, и т. д. Однако такая система резко обедняет личность и часто делает структуру неорганичной и нестабильной.

Направление энергии с одного уровня на другие может иметь и конструктивный характер. Так, если человек переживает серьезные проблемы в семье и не может их разрешить, разумно направить энергию в область работы, религии или секса. Как уже отмечалось это может быть как конструктивным, так и не конструктивным, в зависимости от конкретной ситуации и степени ее осознанности.

Более полное осознание своих уровней самоидентификации позволяет как бы размыть границы уровней и обеспечить более естественный баланс энергии между ними. Человек перестает следовать жестко заданным идентификационным стереотипам и начинает воспринимать свою структуру СИ более целостно.



Такая трансформация соответствует переходу из состояния b) в состояние a) на рис. 6.

Один из способов прояснения уровней и границ СИ заключается в исследовании вопроса о том, кем мы могли бы себя представить (“Я допускаю, что я мог бы быть и ...”).

- Я - программист. Я могу представить себя библиотекарем, продавцом, менеджером.

- А дворником или лесником?

- ...Возможно, да.

- А милиционером?

- Никогда!

- Почему именно?

Интересно осознать, насколько мы можем почувствовать, встать на позицию другой СИ. Можете ли вы на несколько мгновений ощутить себя солдатом, врачом, священником, американцем, чеченцем, человеком противоположного пола, тигром...

Разумеется, эта новая идентификация необязательно должна вам нравиться. Достаточно знать свои границы и осознавать сущность этих границ. (Я не хотел бы быть женщиной, потому что...; я не хочу работать бандитом, потому что...)

Иногда в процессе такого исследования можно сделать интересные открытия. Так, один бизнесмен обнаружил, что мог бы уехать в другую страну и работать фотографом, что его полностью бы устроило. Это дало ощущение большей уверенности в себе даже в условиях нестабильного финансового состояния.

В другом примере женщине, директору крупной фирмы, было рекомендовано на несколько дней полностью сменить имидж. Ходить в джинсах или рискованных платьях, посетить рок-концерт и т. д. Эта рекомендация оказалась очень большим вызовом для пациентки, так как она привыкла идентифицировать себя вполне определенным образом, и это однозначно отражалось и в одежде, и в способе проводить время, и во всем остальном. Однако выполнив все предписания, пациентка смогла по-новому осмыслить ситуацию, находящуюся уже долгое время в тупике, и принять важные решения в жизни и бизнесе (как оказалось впоследствии, вполне адекватные и крайне своевременные).

Больший уровень свободы в СИ делает личность более творческой и позволяет находить решения вне сложившихся стереотипов. Альберт Эйнштейн считал, что каждые пять лет физик должен менять сферу исследований. Многие крупные писатели сменили целый ряд профессий.

Наконец, очень важно подойти к осознанию духовного уровня СИ. Подробное обсуждение того, какими методами этого можно добиться выходит за рамки данной статьи. Некоторые подходы духовного развития изложены в [1 - 3]. Важно отметить, что модель уровней СИ может быть с успехом использована и в контексте духовного развития.

Один из нетривиальных способов подойти к духовному уровню самоидентификации - осознанно пройти через все уровни СИ сверху вниз.

Таким образом, мы как бы используем уровни СИ в качестве ступенек для прохода вглубь. Описание одного из вариантов такого процесса вы найдете в Приложении (Процесс 1)

Истинно духовный путь отличается тем, что жесткие структуры СИ “размягчаются” и в конечном итоге исчезают. С позиции КТИ необходимость такой “дезидентификации” связана с разрушением экранов и облегчением доступа к духовному уровню сознания. Путь полного отказа от СИ является, по-видимому, далеко не самым простым, но именно он может дать возможность быстрого глубинного прохода к духовным слоям. Описание такого прохода можно найти в книге Германа Гессе “Сиддхартха” (см. Лирическое отступление 4).

**Резюме**

В терапии различных проблем, связанных с кризисом самоидентификации, а также в методиках личностного развития можно применять следующие подходы:

Добиться большего осознания уровней СИ.

Прояснить искусственные социальные идентификационные стереотипы и страхи, с ними связанные.

Сделать структуру СИ более гибкой. Исследовать структуру СИ и допустить возможность ее изменения, сделать выбор идентификации более осознанным.

В случае, если проблемы существуют на одном из уровней СИ, осознанно направить энергию на другой уровень.

В случае, если почти вся энергия направлена на один или два уровня, определить способы более гармоничного перераспределения энергии.

Использовать уровни СИ как “ступеньки” на пути к осознанию духовного уровня СИ.

**Приложения**

Лирическое отступление 1

Влияние эволюционно-видовой СИ можно (и очень интересно) исследовать и в условиях западного общества.

В модели КТИ [1] формирование глубоких слоев сознания объясняется с позиции эволюции человека как биологического вида. Подробно этот подход исследован в эволюционно структурной психологии [3]. В сознании каждого человека существуют глубинные области, соответствующие сознанию различных животных. Более доступны области, связанные с млекопитающими, менее - с птицами, еще менее - с рыбами и рептилиями.

В состоянии транса, медитации или другом измененном состоянии сознания вы можете заняться поисками своего тотемного животного или животных. Такие практики существуют и в шаманизме, и в NLP (субличности животных), и в различных практиках New Age, в частности, в свободном дыхании. В группах, которые проводят такие опыты в России, чаще всего возникают образы, связанные с млекопитающими, что вполне объяснимо с позиции КТИ.

Поиск внутреннего тотемного животного может дать мощный источник силы [1], [3].

Интересное наблюдение можно сделать в связи с соотношением видов животных и типологией людей. С известной долей условности, можно выделить две большие категории людей, в которых сильно проявлены качества семейств кошачьих и собачьих (крайне редко - и тех и других одновременно).

Люди-кошки - индивидуалисты, больше ценят сами отношения, нежели семью, каковой зачастую и не имеют (или имеют, но недолго или не совсем обычную). Процесс ухаживания для них гораздо важнее и интереснее всего, что за ним может последовать. Тяготеют к индивидуальным формам творчества, обладают хорошими задатками в области интуиции и нетривиальных решений логических задач, среди них чаще встречаются экстрасенсорные способности. Испытывают сложности в тактическом планировании жизни, стараются каждый раз искать новые пути. Не выносят давления начальства и жестких иерархических структур. Тяготеют к ночному образу жизни, если им не мешать - будут ложиться спать засветло и просыпаться после полудня. Стараются выбирать виды деятельности, связанные с чередованием интенсивной работы и длительного расслабления. Могут достичь хороших результатов в областях, требующих внутреннего сосредоточения (например, спокойные медитативные практики - дзен, випассана и др.). Неравнодушны к средствам, изменяющим сознание (у кошек - валериана, у собак - нет). Больше спят. Меньше потеют. Чаще заводят кошек.

Типичный пример человека-кошки - Эрнст Хемингуэй, кстати, очень любил кошек и постоянно держал нескольких, хотя, по мнению его биографа (видимо не знакомого с настоящей статьей), писателю больше подошли бы собаки.

Люди-собаки. Для них важны семейные ценности. В сексе и ухаживаниях не особенно изобретательны. Большое внимание уделяют семье и родственникам. Тяготеют к групповым видам деятельности. Любят работать в коллективе с четко выстроенной иерархией. Для них очень важен собственный статус в обществе. Любят работать по четко и заранее выработанному плану, не обязательно своему. Тяготеют к дневному и утреннему образу жизни. Могут достигнуть хороших результатов в областях, где важно постоянно и упорно следовать определенной стратегии. Из всех духовных и личностных практик выбирают более экстатические: медитативный бег, шаманские практики и т. д. Если и пьют спиртное, то скорее, чтобы расслабиться, нежели для того, чтобы получить интересные ощущения. Меньше спят. Больше потеют. Чаще заводят собак.

Разумеется, ярко выраженных “собак” или “кошек” не так уж много. Вы можете посмотреть, какого начала - собачьего или кошачьего больше в вас. И наконец, собачье или кошачье начало в человеке это врожденное или приобретенное качество?

И то и другое! Если вы чувствуете, что в вас не хватает кошачьего начала, больше общайтесь с кошками - и с людьми-кошками, и с настоящими кошками. То же верно и для собак и, вероятно, для попугаев. Причем общайтесь не поверхностно, а на как можно более глубоких уровнях. Опыт автора подтверждает что за достаточно долгий период близкого общения человек и домашнее животное начинают удивительно походить друг на друга. Хотя ярко выраженную кошку или собаку, наверное, уже не переделаешь!

Лирическое отступление 2

Кризисы СИ в жестко иерархическом обществе часто приводят к тому, что на фоне общего ослабления морали, воровства и насилия появляются выдающиеся духовные лидеры, гениальные писатели, ученые и т. д.

Создание нового направления в науке, искусстве или духовной мысли уже можно рассматривать как своего рода кризис СИ для данного конкретного человека. Действительно, если в США или Европе человек жестко идентифицирует себя как психоаналитик (гештальт-терапевт, мастер Рэйки или ребефер), то, как правило, у него нет ни сил, ни желания заниматься чем-то еще, так как существует риск потерять уже сложившуюся СИ и весь комплекс отношений с этим связанный. В крайнем случае, человек сменит СИ с ребефера на гештальт-терапевта, но попытки сочетать различные подходы вне сложившейся системы идентификаций довольно редки.

На одной из международных конференций автор участвовал в клиническом разборе. Женщина, психотерапевт из Англии рассказывала долгую и не лишенную драматичности историю лечения фобии методами гештальт-терапии. В перерыве автор поинтересовался, не пробовала ли она применить такие-то и такие-то методы, отличные от гештальт, что, по-видимому, могло дать значительно более быстрый и более “мягким” способом. Ответ был достаточно красноречив: “Это у вас, в России, можно пробовать все, что угодно, а у нас, если я пишу, что я гештальт-терапевт, то я - гештальт-терапевт”.

В России годы кризисов СИ давали миру выдающихся писателей, философов и общественных деятелей. Возможно, в этом историческое назначение России как полигона мировой культуры.

Интересно рассмотреть, как именно произошел последний кризис СИ в России. Как уже отмечалось, существуют несколько основных способов преодоления таких кризисов в иерархических обществах.

Алкоголь или средства, изменяющие сознание.

Информационный шум.

Пропаганда сверхцелей и эксплуатация образа врага.

Внедрение сложной многоступенчатой внутренней иерархии уровней СИ, так, чтобы энергия расходовалась не на осознание всей картины, а на достижение следующего уровня.

В СССР все эти способы использовались в полной мере. Сложная иерархическая система появилась уже в 1918 г. (тогда она была связана с пайками и включала несколько десятков уровней), образ врага постоянно развивался на протяжении всей истории страны.

Ю. Андропов предпринял последнюю попытку реанимировать разрушающуюся систему уровней СИ советского общества. Водка подешевела, установили новые ракеты, отчего международная обстановка резко обострилась, внутри страны начали очередную кампанию борьбы с ворами и прогульщиками, война в Афганистане успешно продолжалась.

М. Горбачев оказался тем действительно великим человеком, который словно специально и целенаправленно разрушил все упомянутые структуры. Доступ к алкоголю резко ограничили, цензуру ослабили, войну прекратили, международная обстановка резко разрядилась, и образ врага очень сильно поблек в массовом сознании. Результат известен. Похоже, он оказался достаточно неожиданным для самого автора реформ, что тем более подчеркивает его величие.

Михаил Горбачев воплотил очень глубокий архетип русского Ивана, который делает черт знает что, зачастую сам не понимает - что именно, но, в конечном итоге, получается, как Бог велел, т. е. наилучшим в данной ситуации образом. Не случайно архитектором нынешнего кризиса СИ в России стал именно такой русский судьбоносный (именно судьбоносный, т. е. инструмент Судьбы) лидер, отмеченный не столько печатью логического мышления, сколько печатью Провидения. Что еще раз подтверждает известную русскую пословицу, но уже в социальном контексте - “Для России ум хорошо, а счастье лучше”.

Лирическое отступление 3

Одним из инструментов манипуляции сознанием общества со стороны государства является искусственное переопределение понятий, при котором самоидентификация человека как бы насильственно смещается в выгодном для манипуляторов направлении. Иногда такие смешения существуют даже на уровне языка. Так, в России слово государство означает и территорию, и страну, и правительство (с соответствующим репрессивным и бюрократическим аппаратом). Отметим, что страна и конкретное правительство - это совсем не одно и то же и, кстати, в США они обозначаются разными словами. В одном из интервью министра из правительства Рыжкова спросили, собирается ли он делать упор в экономике на усиление роли государства, на что последовал ответ: “Конечно! Высшая цель россиян - укрепление государства Российского”. Расхожий лозунг “забота о благе государства” или “государственные интересы” также не вызывал сомнения или неприятия у большинства людей, хотя эти самые “интересы” очень часто явно противоречили интересам людей, т. е. народа (впрочем, и под “народом” часто подразумевалось нечто, в корне отличное от населения страны).

Понятие Родина тем более не эквивалентно понятию правительства или конкретной политической партии. В СССР слово патриотический ассоциировалось обязательно с чем-то военным, сейчас “патриотическими” часто называются ультрарадикальные, антисемитские и фашистские организации.

Такие манипуляции возможны благодаря тому, что большинство населения изначально слабо осознает соответствующие аспекты СИ.

Например, что такое Родина? Если вы закроете глаза и посвятите этому вопросу небольшую медитацию, то что это будут за образы, ассоциации, ощущения? Что действительно важно для вас в этом понятии? Что для вас Родина - конкретная деревня, конкретный дом, конкретная страна, конкретный край, или это в большей степени вся Россия или весь земной шар?

Родина для вас это, прежде всего, конкретная местность? Или язык? Или традиции? Или народ и его история? Или ...? Или все это, но что-то из перечисленного более важно?

В известном лозунге “Моя Родина - СССР” неявно подразумевалось: “Родина - это, прежде всего, идеологическая система”. Как показала практика, для большинства людей это замещение оказалось крайне неустойчивым.

Лирическое отступление 4

“Все это время, как бы он не отрешался от самого себя, он оставался сыном своего отца, оставался брахманом, человеком высокого звания, ученым. Теперь же он был только Сиддхартхой, правда, проснувшимся, но ничем более. /.../ Никто не был так одинок, как он. Всякий человек благородного звания, всякий ремесленник принадлежал к своему сословию, находил у таких же, как он, благородных или ремесленников, убежище, делил их жизнь, говорил их языком. Не было такого брахмана, который не причислял бы себя к брахманам, не жил в их обществе, - не было такого аскета, который не нашел бы прибежища в среде саман. Даже наиболее уединившийся от людей лесной отшельник не бывает совершенно одинок; и он имеет общение с подобными ему, и он принадлежит к известному классу, заменяющему ему родину. Говинда стал монахом, и тысячи монахов стали ему братьями; они носили такое же, как он, платье; имели такую же, как он, веру; говорили таким же, как он, языком. /.../

Из этого мгновения, когда окружающий мир как бы растаял и отошел от него, когда он стоял одинокий, как звезда на небе,- из этого мига душевного холода и упадка духа Сиддхартха вынырнул с резче выраженным, чем раньше, крепче сжавшимся Я. Это был последний - он чувствовал это - трепет пробуждения, последняя судорога рождения”.

Перевод Б. Прозоровской

Лирическое отступление 5

В ряде традиционных культур имя в явной форме включало в себя элементы различных уровней самоидентификации, иногда почти всех.

В арабской антропонимике существует семь основных компонентов имени:

Исм-алям - имя, даваемое при рождении.

Кунья - именование по именам детей: Абу Мохамед - отец Мохаммеда, Умм Ибрагим - мать Ибрагима. Такое именование распространено у многих народов и подчеркивает важность семейной СИ. Отец или мать своих детей имеют более высокий статус, чем бездетные. Так, у кетов в Сибири до рождения ребенка муж зовет жену безлично - “место”, после рождения ребенка - “мать сына” или “мать дочери”, после рождения нескольких детей - мать детей.

Насаб - имя по отцу или (редко) матери, например - Ибн Сина.

Лакаб - прозвище. Это имя формируется в процессе жизни человека и может включать профессии, звания (-шах, -хан), компонент -дин (“вера”) и т. д.

Нисба - имя по происхождению, генеалогическому (имя далекого предка) или географическому (т. е. то, что связано с понятием Родины).

Мансаб - профессия, занятие.

Тахаллус - псевдоним.

Все эти наименования редко используются вместе, как правило человек выбирает определенные сочетания: кунья+лакаб, лакаб+нисба и т. д.

В Индии имя состоит из трех частей:

Раши - его определяет астролог при рождении ребенка.

Принадлежность к религиозно-общинной группе или пол ребенка (в обоих случаях речь идет о достаточно глубоких уровнях СИ).

Принадлежность к касте или части касты (в индии это определяет и социально-профессиональный, и семейно-клановый уровень).

Интересно, если бы вы жили в обществе с такими системами построения имени, как звучало бы ваше полное имя?

Давайте проделаем небольшое упражнение...

Упражнение 1

Сядьте поудобнее, приготовьте лист бумаги и ручку, а затем закройте глаза и расслабьтесь.

Представьте, что вы живете в стране, в которой имя человека строится по индийской или арабской системе. Как звучало бы ваше имя в этом случае? Неважно, если вы забудете конкретные особенности индийской антропонимики, просто найдите и запишите то, что к вам пришло.

Может быть у вас получиться что-то вроде: Григорий отец Маши, муж Кати, сын Петра, ученый, кандидат наук, православный, бизнесмен из Москвы или что-то совсем другое.

Посмотрите, как менялось ваше имя в течение жизни, какие события и ощущения были связаны с изменением имени. Как менялись вы вместе с именем. Было ли у вас прозвище в детстве?

Какое имя (прозвище) могло бы быть у вас в 10 лет? В 15 лет? В 19 лет?

Каким будет ваше нынешнее полное имя? Какое прозвище вы могли придумать для себя сейчас?

Как звучит это полное имя? Попробуйте произнести его вслух.

Какое сокращение вы бы выбрали сейчас, какие части имени наиболее значимы?

Будет ли это Григорий отец Маши, бизнесмен или Григорий сын Петра из Москвы... или Григорий - муж Елены, идеалист?

Процесс 1

Это небольшое исследование вы можете провести самостоятельно или с партнером.

Найдите место и время, когда вам никто не мешает и вы можете спокойно говорить (или даже кричать), не опасаясь поднять на ноги семью и соседей. Возможно вы захотите использовать музыку. Если у вас есть опыт работы с методиками расширенных состояний сознания, используйте их.

Встаньте или сядьте в удобной позиции. Процесс может быть более интересным и интенсивным, если вы будете двигаться.

Произнесите сначала про себя, потом вслух утверждения для каждого уровня СИ. Я - программист. Я - психолог. Я - директор фирмы.

Осознавайте все ваши ощущения, мысли, ассоциации, образы.

Насколько легко вам произносить эти определения? Какие из них звучат естественно и органично для вас, какие нет? Где отзывается это определение в теле?

Экспериментируйте с громкостью и тембром голоса.

Подходя к более глубоким уровням, произносите ваше имя вместе с определениями. Исследуйте звук и ощущения вашего имени, как это было описано выше. Я - Александр. Я - мужчина.

Какие определения могут быть сделаны на духовном уровне? Этот вопрос совсем не прост и возможных способов подойти к духовной самоидентификации может быть много. В качестве примера приведем небольшую медитацию.

**\*\*\***

Представьте, что вы уже умерли. В большой комнате собралось много людей, для которых вы были важны в жизни. Они передают по кругу большой сияющий хрустальный кубок вина и каждый что-то говорит о вас. Что они говорят? Просто послушайте их, с чем-то вы согласитесь, с чем-то нет. Как отзываются в вас эти слова?

Картинка расплывается, исчезает, и вы видите памятник. Это необычный памятник. Вы знаете что это - ваш памятник в параллельном сказочном мире.

Посмотрите, как выглядит ваше имя на нем. Как оно звучит, как отзывается внутри вас.

Именно вы должны написать там что-то главное о себе, и если это будет что-то действительно важное, слова сами появятся на каменной плите памятника. Обратите внимание, что некоторые фразы едва различаются на камне, а некоторые - словно светятся ярким золотистым или другим цветом. Может быть, вы проведете рукой по плите и почувствуете фактуру камня, букв на нем. Продолжайте произносить то, что вы напишете о себе на этом памятнике.

Какие слова появились на плите? Какие из них светятся? Каким светом?

Совершенно неважно, если ваше образное пространство уйдет в сторону от этой картины. Может быть, появятся свои образы, краски, звуки, ощущения... Просто будьте в этом и откройтесь для новых знаний о себе. Даже если приходит что-то неожиданное или странное, можно просто позволить этому звучать и жить в ваших образах и ощущениях.

И когда вы увидите, что плита почти заполнена, еще раз посмотрите на имя. Может быть, что-то изменилось? Произнесите еще раз ваше имя.

И постарайтесь вобрать в себя все чувства, звуки, краски этой волшебной страны. Посмотрите, что находится вокруг памятника. Светит ли солнце или сейчас ночь. Возьмите то светлое или грустное, радостное или горькое, что вам важно взять из этого опыта, и возвращайтесь обратно, в свой привычный мир.

А что, если бы вам вдруг подарили еще один год жизни (может быть два года или несколько месяцев)? Что бы вы сделали? Кем бы вы действительно хотели быть? С чем вы хотели бы прийти к памятнику в следующий раз?

После процесса заполните таблицу идентификации. Каждая клеточка может быть отдельным листом бумаги. Возможно, вы захотите использовать цветную бумагу или цветные фломастеры. После процесса вы можете изменить порядок вопросов и сначала ответить на вопрос: “Что это для меня значит”, а потом: “Чего я хотел бы избежать”.

Если вы действительно выполнили этот процесс, обратите внимание, насколько честно и открыто вы это сделали. Насколько свободно и легко у вас это получилось? Если вы не закончили, то на чем именно остановились?

И не забудьте поблагодарить себя и партнера за новый опыт.