

## ВВЕДЕНИЕ

«Жизнь сама по себе – это чистый холст;  
она становится тем, что вы нарисуете на нем.

Вы можете нарисовать страдание,  
вы можете нарисовать блаженство.

**В этой свободе – ваше величие».**

*Бхагаван Шри Раджниши. Жизнь. Любовь. Смех.*

Эта книга посвящена проблеме переживания. Как писал А. Маслоу, переживание является «самым увлекательным приключением человека». Вся наша внутренняя жизнь дана в переживании. Мы ощущаем вкус жизни, само наше существование через наши переживания. От светлых, упоительных, наполненных счастьем, дающим ощущение вдохновения, полета, «сказочности» и магии происходящего до самых мрачных, мучительных и тягостных переживаний – все они и являются теми событиями нашей жизни, которые и делают нас людьми.

На данном этапе развития психологической науки нет теории, которая бы дала целостное представление о природе переживания, об его функционально-структурной организации, о его взаимоотношениях с другими психическими и социально-психическими феноменами. Данная монография поставила целью построить теорию переживания на основании наших многолетних теоретических, экспериментальных исследованиях и психологической практике.

Кстати, именно практика, живая работа с людьми и была тем самым плодородным основанием для построения предложенной теории переживания. Обратила внимание явная неконгруэнтность между тотальной распространенностью работы с переживаниями в практике и довольно слабым интересом к проблеме переживания в академической психологии. Наиболее се-

рвезным и единственным трудом по проблеме переживания была книга Ф.Е. Василюка «Психология переживания» (1984).

Замечательный психотерапевт Р.Д. Лэйнг, перевернувший взгляд на понятие психологической «нормы» и «патологии» в современном обществе, писал об огромной важности создания интегральной теории, которая могла бы «объединить все теоретические и практические подходы в едином целостном взгляде на онтологическую структуру человека». Он полагал, что такая теория должна базироваться на категории переживания, ибо «переживание – это единственное свидетельство» психической реальности. «Психология – это логос переживания», которая раскрывает структуру свидетельства [152, с. 28].

В. Дильтей считал переживание краеугольным камнем психологии, ибо все, что нам дано, основывается на первичных переживаемых комплексах. Об этом же писал и наш отечественный психолог С.Л. Рубинштейн, утверждая первичность переживания, данность психических явлений в виде переживаний. Подобный онтологический статус переживания обозначается многими известными психологами (Л.С. Выготским, А.В. Петровским, М.Г. Ярошевским, А. Лэнглэ и др.).

Данное исследование основывалось на работы наших коллег психологов, которые входят в другие направления психологической науки (психоаналитиков, представителей экзистенциально-гуманистического направления и др.). Как писал А.П Чехов: «Национальной науки нет, как нет национальной таблицы умножения» [Мысли и афоризмы].

Но в то же время данная работа в первую очередь опиралась на представления, позиции и традиции отечественной психологии, поскольку автор данного исследования формировалась как ученый именно в поле наших советских (затем российских) школ (и в первую очередь, в рамках субъектного и субъекто-деятельностного, культурно-исторического и системного подходов). В своем исследовании я пыталась соединить достижения мировой

науки, поскольку опиралась на валидные исследования наших и зарубежных коллег, которые убеждали в своей достоверности.

Первая часть работы посвящена гносеологической позиции автора, поскольку мировоззренческий контекст имманентно входит в архитектуру любой научной теории. Четкая прорисовка гносеологической позиции приобрела особую актуальность в реалиях современного мировоззренческого плюрализма на фоне призыва экстравагантного методологического анархиста Пауля Фейерабенда: «Допустимо все».

В основу нашего теоретического исследования положен *исторический подход*, с помощью которого мы исследовали эволюцию взглядов на природу переживания. Он представляет средства оценки современных воззрений, и сводит к минимуму вошедшую в поговорку тенденцию «изобретать велосипед» [226]. Исторический подход в данной работе сочетается с *диалектическим методом*, который позволяет воплотить принцип единства и борьбы противоположностей для понимания эволюции взглядов и представлений о природе переживания. Кроме того, исторический подход позволил воплотить метод преемственности, являющийся необходимым условием научности теории.

Построение теории переживания включает в себя определение центрального феномена и центральной категории, основных понятий, «сетку отношений» между ними, а также утверждение базовых позиций теории, ее следствий, теоретических моделей. Теория переживания построена на базе огромного экспериментального материала, который был как основанием, так и проверкой теории в эксперименте. С экспериментальными исследованиями подробнее Вы можете ознакомиться в первой авторской книге «Психология переживания человека» (2008).

Хочется надеяться, что эта книга позволит Вам понять природу этого самого пристрастного, самого сокровенного, интимного и в то же время объединяющего вас с Миром психического явления – переживания человека.