



Станислав Гроф

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ВНУТРЕННИХ ПУТЕШЕСТВИЙ

ПУТЬ ПСИХОНАВТА

ВСЕ ОТКРЫТИЯ ГРОФА В ОДНОЙ КНИГЕ

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2023

УДК 159.9
ББК 88.3
Г89

Перевод с английского *Игоря Янишева* (Т. 1)
и *Виктории Долбиной* (Т. 2).

Научная редакция канд. филос. наук
Владимира Майкова

Гроф, Станислав.

Г89 Энциклопедия внутренних путешествий. Путь психонавта / Станислав Гроф. — Москва : Эксмо, 2023. — 784 с. : ил.

ISBN 978-5-04-181030-6

В этом двухтомнике собраны все наиболее значительные открытия одного из основателей трансперсональной психологии Станислава Грофа. Книга представляет собой экскурсию по мирам психологии и психотерапии, холотропного дыхания, карт психики, рождения, секса и смерти, психодуховного возрождения, корней травм, духовных чрезвычайных ситуаций и трансперсональных переживаний, кармы и реинкарнации, высшего творчества, великого искусства и архетипов.

УДК 159.9
ББК 88.3

ISBN 978-5-04-181030-6

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Вступление</i>	13
<i>Благодарности</i>	25

ТОМ 1

Предисловие Ричарда Тарнаса, д-ра философии	35
Глава I. История психонавтики: древние, туземные и современные технологии священного.	39
Глава II. Пересмотр психологии и ее новые чары: наследие полувековых исследований сознания.	102
Глава III. Картография психики в глубинной психологии: интеграция подходов	217
Глава IV. Архитектура эмоциональных и психосоматических расстройств	269
Глава V. Психодуховный кризис: понимание и помощь при кризисе трансформации	354
Глава VI. Холотропное дыхание: новый подход к психотерапии и самоисследованию	402

ТОМ 2

Предисловие Рика Доблина, д-ра философии.	443
Обзор глав тома 2	446
Глава VII. Самоисследование и терапия с использованием психоделиков: важность установки и обстановки	456

Глава VIII.	Синхронистичность: «Акаузальный связующий принцип» К. Г. Юнга.	486
Глава IX.	Холотропные состояния сознания и понимание искусства	520
Глава X.	Импульс Прометея: высшее творчество.	544
Глава XI.	Архетипы: руководящие принципы психики и космоса	582
Глава XII.	Корни человеческого насилия и алчности: исследования сознания и выживание человечества	614
Глава XIII.	Душа и Танатос: психодуховные измерения смерти и умирания	646
Глава XIV.	Космическая игра: исследование отдаленных областей человеческого сознания	689
Эпилог.	Психика и Космос (<i>Ричард Тарнас, д-р философии</i>)	728
Заключение		763
<i>Послесловие Бригитты Гроф</i>		<i>767</i>
<i>Об авторе</i>		<i>769</i>
<i>Биографическая справка</i>		<i>769</i>

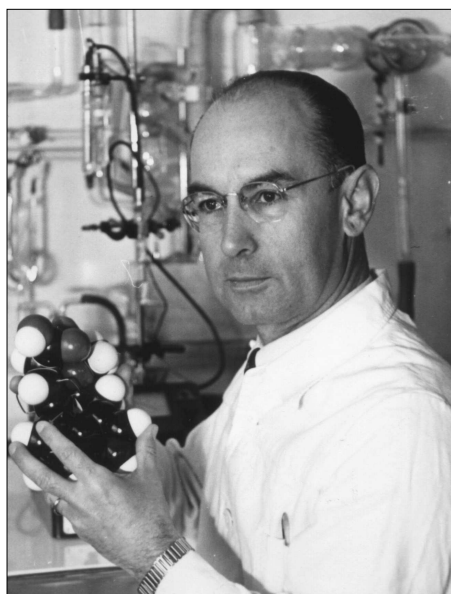
Посвящение

Бригитте,

ставшей любовью всей моей жизни и моей второй половиной, наполнившей мой мир светом, шакти, вдохновением, энтузиазмом и безусловной любовью, моей чудесной жене и идеальной спутнице во внутренних и внешних путешествиях — с глубокой благодарностью и восхищением тем, кто ты есть и что ты для меня значишь.

Термин «психонавт» удачно подобран, ведь внутреннее пространство столь же бесконечно и таинственно, сколь и внешне. Подобно тому как астронавты не могут долго оставаться в открытом космосе, так же и из внутреннего мира необходимо возвращаться в повседневную реальность. В обоих случаях необходима хорошая подготовка, чтобы свести к минимуму возможные опасности и извлечь максимальную пользу из путешествия.

*Альберт Хофманн,
«Воспоминания психонавта» (2003)*



В честь семьдесят пятой годовщины
открытия ЛСД-25
Альбертом Хофманном.

Научная революция, которая началась 500 лет назад и привела нас к нынешней цивилизации и современным технологиям, совершила огромный прогресс за последние сто лет. Сегодня нас не удивляют исследования космоса, цифровые технологии, виртуальная реальность, искусственный интеллект и передача информации со скоростью света. Однако, несмотря на подобные достижения, фундаментальная природа реальности остается непознанной. Если поискать в интернете информацию о научных вопросах, остающихся открытыми, можно обнаружить, что на два важнейших вопроса относительно природы реальности до сих пор нет ответа. *Из чего состоит Вселенная? Какова биологическая основа сознания?* Очевидно, что эти вопросы связаны между собой. Чтобы изучать бытие, мы должны осознавать бытие!

Именно Стэн Гроф, на мой взгляд, наиболее полно и глубоко развивал наше представление о внутренней реальности и ее взаимоотношениях с так называемой внешней реальностью в течение последних шестидесяти лет. Эти два тома систематизируют опыт его путешествий — от личного к трансперсональному и трансцендентному планам бытия. Для любого, кто желает окунуться в тайны бытия и опыта, было бы весьма опрометчиво обойти вниманием данный монументальный труд.

В чем смысл жизни и смерти? Как травма рождения влияет на наш жизненный опыт? Существуют ли сферы опыта, лежащие за

пределами наших «снов наяву»? Почему их понимание помогает уменьшить наши индивидуальные и коллективные страдания? Как человечеству исцелиться от нанесенной самому себе травмы? Как преодолеть страх смерти? Какова наша истинная природа за пределами переживаний ума, тела и Вселенной?

Стэн Гроф — это гигант, живущий среди нас, и нам невероятно повезло, что мы можем стоять на его плечах. Назвать его Эйнштейном в исследовании сознания было бы явным преуменьшением. Лично я в большом долгу у него за то, что он стал первопроходцем на этом пути. Будущие поколения будут безмерно благодарны ему за то, что он помог нам пробудиться от коллективного гипноза, который мы называем повседневной реальностью.

Я всю ночь не мог сомкнуть глаз, читая этот великолепный *magnum opus* Стэна Грофа.

Доктор Дипак Чопра

ВСТУПЛЕНИЕ

Решение написать эту энциклопедию было продиктовано несколькими обстоятельствами. Во-первых, я осознал, что мне уже далеко за восемьдесят, и это тот возраст, когда исследователям свойственно, оглянувшись назад, предпринять попытку подвести итог своим исследованиям. Шестьдесят из этих восьмидесяти лет я посвятил тому, что я называю холотропными состояниями. Это большая и важная подгруппа необычных состояний сознания, имеющих терапевтический, трансформационный, эвристический и эволюционный потенциал. Поскольку это было вторжением на новые территории, доселе не открытые и не признанные традиционной психиатрией и психологией, было бы нереалистично полагать, что всю накопленную мною на протяжении этого пути информацию мне бы удалось представить в своем окончательном виде до сих пор. По мере углубления в новые области психического и описания своих находок в ряде книг, мое понимание претерпевало определенные изменения. Несмотря на то что основополагающие факты оставались прежними, менялась важность, которую я придавал моим различным открытиям. В ранние годы своих психоделических исследований я, к собственному удивлению, обнаружил, что в нашем бессознательном мы несем подробную запись всех стадий биологического рождения. Это открытие противоречило тому, чему меня учили в студенческие годы. Как только я убедился в истинности данного открытия, я начал делать огромный акцент на важности родовой травмы в различных

областях, включая новое понимание эмоциональных и психосоматических расстройств, ритуальной и духовной жизни человечества, человеческого насилия и алчности, сексуальности, смерти и умирания, произведений искусства. Теперь понятно, что признание чрезвычайной психологической важности биологического рождения на самом деле не было особым интеллектуальным ухищрением. Мозг новорожденного является, безусловно, достаточно развитым органом, для того чтобы сохранить память о потенциально опасном переживании. Существуют также исследования, показывающие, что зародыш, пребывающий в утробе, обладает чувствительностью. А способность формировать воспоминания присуща организмам, находящимся на эволюционном древе значительно ниже человеческого младенца. С тех пор как я признал, что рождение очевидно является существенной психотравмой, мне стало сложнее понимать, почему традиционные клиницисты и ученые не видят этого. В более поздний период психоделических исследований мой интерес был направлен к явлениям, приятие существования которых с интеллектуальной точки зрения оказалось намного сложнее, поскольку невозможно было найти для них какое-либо материальное подтверждение. Это включало в себя память предков и филогенетическую память, опыт прошлых жизней, отождествление с животными и растениями на уровне переживаний, исторические и архетипические области коллективного бессознательного, синхронистичности, космическое сознание и «высшее творчество». При таком новом понимании рождение утратило свою доминирующую роль, и основной акцент сместился на архетипическую динамику. Базовые перинатальные матрицы (БПМ), паттерны опыта повторного проживания стадий биологического рождения, сами по себе явились особыми проявлениями и выражениями этой архетипической динамики.

Данный концептуальный сдвиг также дал возможность связать мою новую концептуальную схему с архетипической астрологией, развиваемой Ричардом Тарнасом и его коллегами. Альянс этих двух дисциплин внес ясность и уточнения в понимание психоделических и холотропных переживаний, а также эпизодов психодуховного кри-

зиса, не достижимых ранее. При написании данной энциклопедии я счел важным описать все изученные явления так, как это видится мне сейчас.

Вторым катализатором для данной книги послужило стремительно приближающееся семидесятипятителетие годовщины эпохального открытия ЛСД Альбертом Хофманном. Самое время поразмыслить над тем, что принесло ЛСД в мир и как оно изменило понимание того, что такое сознание и человеческая душа. Ни одно другое вещество не было столь многообещающим для множества разнообразных дисциплин. Однако решительный иррациональный законодательный запрет положил конец тому, что считалось золотым веком психофармакологии и превратило этого Хофманнова «вундеркинда» в «трудного ребенка». Спустя несколько десятилетий запрета на проведение каких-либо легальных исследований психоделиков сейчас мы переживаем неожиданное глобальное возрождение интереса к этим очаровательным веществам. Становится все более очевидным, что ЛСД стал тем самым вундеркиндом, родившимся в нефункциональной семье.

Но в течение этого промежуточного периода традиция передачи опыта и знаний между поколениями была прервана на многие десятилетия, и ранние пионеры 1950-х и 1960-х быстро уходят со сцены, старея и умирая. В настоящий период возникает много исследовательских программ с психоделиками и энтеогенами, а на сцене появляются новые поколения молодых терапевтов. По моим ощущениям, им могла бы оказаться полезной информация, собранная теми из нас, у кого была возможность проводить исследования во времена, когда психоделики были легальны, и теми, кто умудрялся находить лазейки и продолжать исследования подпольно. Мне хочется надеяться, что мы идем по пути осуществления мечты Альберта о Новом Элевсине, будущем, в котором легальное использование психоделиков будет вплетено в ткань современного общества на благо человечества.

Третьим и наиболее важным стимулом при написании книги стало предложение Стивена Диана — главного исполнительного директора Shift Network — сделать двухмесячный цикл телепередач