

Кен Уилбер

# **КРАТКАЯ ИСТОРИЯ ВСЕГО**

Москва, 2017

УДК 316.7  
ББК 88.5(7Coe)  
УЗ6

*Перевод с английского Е. Пустошкина*

**Уилбер, К.**

УЗ6      Краткая история всего. Интегральная духовность /  
К. Уилбер ; [пер. с англ. Е. Пустошкина]. – М. : Т8RUGRAM /  
РИПОЛ классик, 2017. – 622 с. : ил.

ISBN 978-5-519-60808-4

Эту книгу можно считать визитной карточкой современного американского философа Кена Уилбера, которого по масштабам видения нередко сравнивают с немецким философом Гегелем и с индийским мыслителем Ауробиндо.

В книге представлена достаточно цельная картина зримого мира и потусторонней реальности, исследуются вопросы матрицы бытия человечества и пути его духовного развития. Автор щедро делится с читателем своим видением предназначения человека, предлагает способы максимального раскрытия его потенциальных возможностей.

Книга станет настоящей находкой для всех, кто интересуется вопросами устройства Мироздания, проявлением Творческого Начала как единства в многообразии, роли человека в микро- и макро-космосе.

УДК 316.7  
ББК 88.5(7Coe)  
BIC JFF  
BISAC SOC000000

© Т8RUGRAM, оформление, 2017  
© 1996, 2000 by Ken Wilber.  
All rights reserved.

© Перевод. Пустошкин Е. А., 2015  
© ООО Группа Компаний  
«РИПОЛ классик», 2017

ISBN 978-5-519-60808-4



## ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ

Мне радостно видеть, что «Краткая история всего» переводится на русский язык. «Краткая история» всё ещё является одной из моих самых популярных и широко читаемых книг, и моя радость связана с тем, что она является ещё и одной из моих самых любимых работ. Изначально она была написана как более простая, лёгкая и доступная версия одного из основных моих трудов — «Секса, экологии, духовности», 850-страничного книжного монстра. Чтобы решиться на его прочтение, требуется недюжинная храбрость (ирония же состоит в том, что он тем не менее представляет собой одну из самых простых для чтения книг из написанных мною: материал излагается очень ясным языком, очень простым и прямолинейным, и, во всяком случае, как говорят мне люди, прочитавшие эту книгу, читать её — сущее удовольствие). И всё же это и вправду *длинный* текст. «Краткая история» была задумана, с тем чтобы исправить этот недостаток, и она в этом преуспела. Как я уже отметил, она стала одной из самых популярных книг, написанных мною, и предлагает то, что, по моему убеждению, всё ещё является чудесным, лаконичным и кратким обобщением теории, которую она призвана была представить читателю, а именно — интегральной теории.

У интегральной теории было много предшественников в истории прошлого — как Запада, так и Востока, — от

Плотина до Шанкары, от Маймонида до Лонгченпы, от Шеллинга до Падмасамбхавы, от Пирса до Уайтхеда, если в случайном порядке упомянуть лишь несколько имён. Будучи современной и постсовременной теорией, она обычно связывается с моим именем, невзирая на то что имеет место уверенно растущее количество людей, которых укусил интегральный жук и которые сами пишут книги на различные интегральные темы — от интегральной медицины до интегральной экологии, интегральной экономики, интегрального ухода за больными, интегральной архитектуры, интегральной психотерапии, интегрального бизнеса и интегрального лидерства. Всё больше и больше людей по всему миру находят в интегральной теории ответ на изломанную, раздробленную, неполную, изолированную, расколотую и измученную постмодернистскую теорию со всеми её бесчисленными осколками. Вместо этого в интегральной теории они находят подлинный холизм, целостность, неразделённость, цельное единство-в-многообразии, которое объединяет всё сущее в соединяющий и объемлющий узор и показывает нам мир, который сохраняет цельность, а не распадается на части. И, таким образом, интегральная теория служит совершенным противоядием от расколотого, разломанного и измученного мира, в котором мы находим себя сегодня.

В США издание, известное как «Журнал интегральной теории и практики» — основной рецензируемый академический журнал в данной сфере, — опубликовало статьи по более чем 50 разнообразным отраслям человеческой деятельности (от медицины и искусства до бизнеса, истории, архитектуры, экономики, лидерства, психиатрии и др.), переистолковывая каждую из них при помощи интегральной системы координат. В каждом случае это не

только принесло плоды, но и позволило прийти к подлинно всевключающей, всеобъемлющей, целостной, или интегральной, версии каждой из данных дисциплин (например, к интегральной медицине, интегральному искусству, интегральному бизнесу и т. д.). Так что мы знаем, что интегральный подход работает, и работает очень хорошо.

Но также крайне важно, что интегральная теория находит применение не только и не столько в академических сферах. Пожалуй, наиболее распространённое её практическое применение — и причина, по которой эта книга оказалась столь популярной, — состоит в том, что она эффективно рассматривает очень простые, но зачастую ставящие в тупик вопросы каждодневной жизни. Интегральная теория убедительно объясняет, каким образом друг с другом согласуются наука и духовность (и почему важны и та и другая); она показывает, что разные ситуации требуют различных типов знания, чтобы их осмыслить (например, для ответа на вопрос: «Каков смысл „Войны и мира“?» требуется иной тип познания, нежели для вопроса: «Сколько весит один кубический сантиметр воды?»); она находит место для искусства, истории и духовности в нашей обыденной жизни и показывает, как и почему все они важны. Короче говоря, как выразился один читатель: «„Краткая история всего“ освобождает пространство для всего!» Именно это она и делает: она покажет вам, каким образом всевозможные части вашей жизни согласуются друг с другом (работа, игра, отношения, творчество, воспитание детей, вечеринки, духовность и многое другое), и, таким образом, укажет вам путь по обретению более целостной, полной и объединённой жизни, вместе со способностью «видеть смысл во всём». Каждый день вы везде слышите постоянные споры, вызываю-

щие много проблем у многих людей: каково соотношение между Богом и наукой, если таковое вообще имеет место? Каким образом можно согласовать традиционные понимание и набор ценностей (обретаемые, например, в церкви) с современным пониманием и набором ценностей (обретаемыми, к примеру, в бизнесе и науке) и как те, в свою очередь, согласуются с постсовременными пониманием и набором ценностей (мультикультурализмом, плюрализмом, чувствительностью)? В США эти три ценности — традиционализм, модернизм и постмодернизм — постоянно находятся в состоянии войны. Войны, которую обычно описывают словосочетанием «культурные войны», где каждая из сторон считается либо правой, либо неправой, а все остальные обречены на потерю всего, если они не выиграют этих культурных баталий. Тогда как на самом деле существует простой способ согласовать все три стороны, не оставив ничего вне рассмотрения и включив всё, положив тем самым конец культурным войнам как таковым.

Короче говоря, интегральная теория является простым способом согласовать буквально всё со всем, показав, что всё вполне совместимо со всем остальным, дабы тем самым одновременно с этим «увидеть смысл во всём». Люди, которые только что прочитали «Краткую историю», ощущают, что видят смысл во вселенной, что они живут в согласованном и совместимом мире, мире, который взаимосвязан, переплетён, целен и един. И, как следствие, их жизни тоже начинают ощущаться как нечто полноценное, целое и неразделённое, нераздробленное, не разбитое на сотни различных осколков, разлетающихся в разные стороны. Как правило, на них нисходит спокойное умиротворение, и каждое утро они просыпаются, готовые встретить новый день, в котором они видят

смысл, ценность, значимость, предназначение, цель и направленность — и счастье! О, какая же это радость — жить в цельном и имеющем смысл мире!

Есть ли в интегральной теории какие-либо компоненты, которые изменились с тех пор, когда была написана данная книга? Что ж, с одной стороны, в неё было добавлено много новых компонентов, а многие другие были уточнены, но всё это было сделано на гораздо более подробных и технических уровнях объяснения, чем те, которые уместны в данном изложении. Базовые основания этой книги всё ещё крепки, и я по-прежнему всецело их придерживаюсь. В интегральной теории, как я уже отметил, были сделаны технические прорывы, но они ничего не меняют в этой книге, и заинтересованный читатель может их уточнить, прочитав некоторые из моих более поздних книг, которые также переводятся на русский язык. Речь идёт, например, о такой вещи, как «зоны» — то есть основные «корзины» опыта: дело в том, что такие сферы опыта, как «я»-пространство (ваше собственное внутреннее сознание), «мы»-пространство (внутренние совместно разделяемые ценности и смыслы различных групп, в которых вы участвуете) и «оно»-пространство (объективный мир, рассматриваемый, к примеру, наукой — физикой, химией, биологией и т. д.), можно рассматривать как изнутри (из «субъективной» позиции), так и извне (из «объективной» позиции). Это позволяет получить не просто четыре основные «корзины», а восемь, причём каждая из них имеет свой собственный уникальный метод познания. Но всё это совершенно не нужно знать для чтения настоящей книги!

Или вот, например, такой компонент, как соотношение «состояний» и «структур» (или «стадий»). Сама тема («состояния и стадии») рассмотрена и в настоящей

книге, и она касается того, каким образом мы можем понять духовный, или религиозный, опыт (помимо всего прочего). Великие духовные традиции мира единогласно описывают 4 или 5 основных состояний сознания, свойственных всем людям (в них выделяются ещё и многие другие, но данные основные состояния наиболее распространены и играют центральную роль): состояния бодрствования/физическое, сновидения/тонкое, глубокого бесформенного сновидения/причинное и недвойственное состояние/единство. Итак, человек может пережить «пиковый опыт» или «изменённое состояние сознания» в одном из данных состояний. Люди, например, могут переживать «единство» со всем в этом состоянии, и когда это происходит, то вы, например, испытываете единство со всем в физическом мире, или мире природы, то есть у вас есть опыт «природного мистицизма»; если же вы испытываете единство с формой божества в тонком состоянии сновидения, тогда вы переживаете опыт «божественного мистицизма»; если же вы в единстве с бесформенным причинным миром, то вы переживаете опыт «бесформенного мистицизма»; и наконец, если вы едины со всем в недвойственном мире (или Тотальности всего), то вы переживаете опыт «мистицизма единства».

Всё это до сих пор верно. И у нас имеется изобилие примеров людей, постоянно переживающих данные типы мистического опыта. Более того, если посмотреть на великие созерцательные или медитативные традиции мира, то каждое из данных переживаний также является ещё и конкретным шагом или стадией в общей практике медитации. Посему Эвелин Андерхил в своём фундаментальном труде «Мистицизм» описывает четыре основных шага, через которые проходят все мистики: *физиче-*



ское очищение, тонкое озарение, причинная тёмная ночь (включающая в себя бесконечную Бездну мрака, пронизанную лучезарностью, а также зачастую и мучительность утраты этого переживания до того, как оно обретается на постоянной основе) и затем, наконец, *недвойственное единство*. Всё это четыре основных состояния, переживаемых как конкретные шаги в общей практике медитации, где бы мы её ни находили (будь то Восток или Запад); всё это вариации тех самых четырёх базовых состояний, используемых в качестве ступеней духовного пути.

Но ещё мы находим и что-то, что не сознавали эти Великие традиции. Данные «состояния» можно напрямую и непосредственно переживать и видеть посредством интроспекции, или просто «обращения взора вовнутрь». Но что не было известно этим мистикам-новаторам (и что было открыто только сто лет назад), так это что разум имеет в себе глубоко встроенные паттерны, которые он использует для интерпретации, объяснения и переживания мира и его ощущений. Они называются «структурами» (или «*структурами сознания*» — в противоположность «*состояниям сознания*»), но и они тоже, подобно состояниям, могут демонстрировать (и практически всегда демонстрируют) процесс развития: они растут и развиваются от одной структуры к последующей и затем далее, в фиксированном порядке, который нельзя изменить путём социального обуславливания. Данные структуры развиваются и эволюционируют с течением времени, причём каждая новая эра человеческой эволюции добавляет новую крупную структуру (или мировоззрение), через которую человек взирает на мир вокруг себя (и свои внутренние переживания). В качестве только одного примера можно привести терминологию Жана Гибсера. Согласно

ей, данными структурами являются (в порядке их эволюционного развития): *архаическая* (приматоподобная), *магическая* (племенная), *мифическая* (традиционная религиозная), *рациональная* (научно-современная), *плюралистическая* (постсовременно-мультикультуралистская) и, наконец, только сейчас возникающая *интегральная* (которая «трансцендирует и включает» все предыдущие структуры, рассматривает их все и освобождает для всех них место, — и это крупнейшее и совершенно беспрецедентное событие в эволюции).

Итак, мы уже сказали, что *структуры* — суть то, как разум интерпретирует, объясняет и переживает мир (внутренний и внешний), в котором он себя находит. Это включает и духовные пиковые переживания, или состояния. Другими словами, *структуры* интерпретируют *состояния*. И вы можете фактически иметь опыт любого состояния (физического, тонкого, причинного или недвойственного) буквально на любой структуре (магической, мифической, рациональной, плюралистической и интегральной), но вы будете интерпретировать опыт этого состояния согласно основной структуре развития, на которой вы находитесь (магической, мифической, рациональной и т. д.). Таким образом, скажем, вы имеете тонкое/сновидческое переживание сущности, состоящей из света и лучезарной любви, при этом, допустим, вы верующий христианин, так что вы будете склонны интерпретировать, что эта сущность — сам Иисус Христос. Итак, если вы находитесь на магическом уровне, то вы истолкуете это существо с точки зрения магического мировоззрения, и поскольку «магическое» (в смысле, используемом исследователями человеческого развития), как правило, означает эгоцентричность и нарциссичность, то вы, скорее всего, интерпретируете смысл этого