Методическое Руководство для Докладчиков Конгресса: «Экзистенциальный поворот: Новая парадигма развития человека и человечества»

Уважаемые коллеги, будущие докладчики нашего предстоящего конгресса! Перед нами стоит амбициозная и крайне необходимая задача – не просто обсудить текущее состояние мира и человека, но и наметить стратегический контур нашего дальнейшего развития. В противном случае, не определив этот контур, мы рискуем попасть в ловушку, где нас ждет не развитие, а хаос и стагнация.

Наш конгресс – это призыв к глубокому осмыслению той реальности, в которой мы живем, и к поиску действительно работающих, прикладных решений. Тема конгресса – «Навигатор Гармонии: как войти в согласие с собой, другими и собственной жизнью» – отражает эту неотложную потребность в фундаментальной смене мировоззрения и подхода к человеку, выходящего за рамки устаревших моделей.

Почему этот Конгресс так важен: Диагноз эпохи и неизбежность перемен

Мир, в котором многие из нас родились или который еще застали наши родители, можно было бы описать как **SPOD-мир**: устойчивый (Stable), предсказуемый (Predictable), обыденный/простой (Ordinary) и определенный (Definite). Это было время, когда изменения, подобно полноводной реке, происходили относительно плавно, социальные структуры казались незыблемыми, а будущее в целом – ясным. Можно было строить долгосрочные планы, следуя понятным правилам. Это была эпоха "марафонцев", знающих свой маршрут.

Однако вихри перемен последних десятилетий, словно мощный ураган, смели эту благостную картину. Мы живем в совершенно иной реальности, которую мы называем **SHIVA-мир**. Этот акроним описывает мир, который является расщепленным (Split) – с глубокой фрагментацией и поляризацией мнений; ужасным (Horrible) – с глобальными угрозами, ставшими частью повседневного опыта; непостижимым (Incomprehensible) – с возросшей сложностью, не поддающейся привычному пониманию; безжалостным (Vicious/Merciless) – где проблемы создают порочные круги; и постоянно обновляющимся (Anew) – с головокружительной скоростью изменений. Это эпоха "серферов", вынужденных ловить свою волну в постоянно меняющемся океане.

Этот переход от SPOD к SHIVA-миру означает фундаментальную смену парадигмы, настоящую революцию в мироощущении. Наша коллективная "система управления" перестала справляться со сложностью маршрута, нарушая фундаментальный кибернетический принцип – Закон Эшби. Суть его проста: чтобы эффективно управлять системой, управляющая система должна быть не менее сложной, чем управляемая. Мы пытаемся управлять современным сверхзвуковым лайнером с помощью приборной панели от кукурузника. Результат закономерен – потеря контроля. В ответ на это несоответствие человечество, к сожалению, всё чаще выбирает путь **деградации** – сознательного или бессознательного отказа от попыток справиться со сложностью, стремления примитивизировать мир. Эта логика

упрощения породила опасную триаду: примат политики над экономикой, примат меньшинств над большинством и примат эмоций над разумом.

Эта системная трансформация не могла не отразиться на самом хрупком и сложном элементе мира – человеческой психике. Современное общество переживает жесточайший психический кризис, проявляющийся на всех уровнях личности, словно четыре всадника Апокалипсиса. Мы наблюдаем **когнитивный коллапс**, проявляющийся в неспособности понимать прочитанное и поверхностном "клиповом мышлении". Наша эмоциональная сфера находится в "красной зоне" из-за **эмоциональных бурь** – нарастающих тревоги, стресса и беспредметного, мучительного страха. Эти состояния ведут к **поведенческому параличу**, синдрому выученной беспомощности, когда люди, имея все условия для действия, теряют веру в собственную способность что-либо изменить. И, возможно, самый трагический всадник – это **потеря "Я"**, тотальный кризис идентичности, размывание внутреннего стержня, превращающее человека в "Ивана, не помнящего родства" – существо без корней, без истории, без глубоких связей с реальным миром.

В этом хаосе многие обращаются к ложным спасителям, одним из которых стал Искусственный Интеллект. Мы наивно полагаем, что ИИ спасет нас, если наш естественный интеллект не справляется. Однако мы развиваем ИИ *вместо* естественного, делегируя ему те функции, которые должны развивать наш собственный мозг, что ведет к атрофии наших когнитивных способностей. Более того, ИИ – это "интеллект чужого", лишенный телесного опыта, эмоций, страданий. Он обучается на тех массивах данных, которые мы ему предоставляем, и видит в них нашу историю войн, ложь, коррупцию. Доверяя такому "аморальному" интеллекту принятие ключевых решений, мы рискуем получить мир, построенный по бесчеловечным лекалам.

Глубочайшая социальная причина этой безнравственности и дезориентации – это феномен **аномии**. Введенный Эмилем Дюркгеймом, этот термин описывает состояние общества, когда старые нормы, ценности и правила поведения разрушаются, а новые еще не сформировались. Это ценностное бездорожье, когда люди теряют ориентиры и начинают вести себя так, словно никаких моральных законов больше не существует. Роберт Мертон развил эту идею, показав, что аномия возникает, когда существует разрыв между целями, которые культура провозглашает как желательные (например, материальное благополучие), и доступными, законными средствами их достижения. Когда "бабло побеждает зло" становится негласным девизом, а "от трудов праведных не наживешь палат каменных" – реальным жизненным опытом, люди начинают искать обходные пути. Это порождает различные деструктивные стратегии поведения: **конформизм** (принятие целей и средств, даже если они несправедливы), **инновация** (принятие целей, но отказ от законных средств, например, коррупция), **ритуализм** (отказ от целей, но скрупулезное следование правилам), **эскапизм** (отказ от целей и средств, уход от реальности) и **бунт** (попытка активно заменить старые цели и средства на новые). Эти

сценарии Мертона помогают понять, что многие негативные явления в обществе – это не просто проявления "плохих" характеров, а закономерные следствия глубокого разрыва между целями и средствами.

Тема Конгресса

Проведя безжалостную диагностику, мы неизбежно приходим к вопросу: "Что делать?". Достаточно ли просто латать дыры? Нет, требуется нечто большее – фундаментальный пересмотр самих основ нашего мировоззрения, настоящий экзистенциальный поворот.

Прошлые парадигмы практической психологии – от парадигмы Проблемы (фокус на патологии), через парадигму Нормальности (ориентация на усредненность, которая привела к культивированию посредственности), до парадигмы Решения и Успеха (сведение жизни к набору KPI) и, наконец, парадигмы Позитива (попытка "замазать" негатив без глубокой работы) – все они внесли свой вклад, но ни одна не смогла дать исчерпывающий ответ на вызовы сложного, аномичного SHIVA-мира.

И здесь в фокусе становится такое понятие как **Экзистенция**. Австрийский психотерапевт Альфред Лэнгле дал блестящее и простое определение: **Экзистенция – это состояние человека, когда он живет в согласии с собой и с внешним миром.** Это не значит, что у вас нет проблем или что вы всех любите. Это значит, что вы преодолели своих внутренних демонов – они больше не управляют вами. И вы преодолели свое отвращение к внешнему миру – он больше не кажется вам враждебным и несправедливым. Вы находитесь в состоянии динамического равновесия. Вы не просто существуете, страдая от ненависти к себе и к "паскудному" миру. Вы – живете полноценно и осмысленно.

Идеи, которые должны раскрывать докладчики: Четыре аспекта экзистенциального поворота

Достижение этого состояния согласия – и есть главная цель новой, экзистенциальной парадигмы развития. Но как к нему прийти? Лэнгле предложил глубокую модель, основанную на четырех фундаментальных мотивациях человека, которые являются условиями для полноценной экзистенции. Эти четыре аспекта – те самые "четыре кита", на которых строится согласие с собой и миром, и именно они должны стать теоретической основой для ваших докладов.

1. **Могу ли я здесь быть? (Being in the world):** Это первая и самая фундаментальная мотивация, касающаяся нашего отношения к миру как к пространству, в котором мы находимся. Она связана с доверием, безопасностью, защищенностью, возможностью найти свое место и получить поддержку. Когда человек сталкивается с экзистенциальными угрозами – будь то природные катаклизмы, болезни, социальные потрясения или чувство бессилия перед сложностью мира – возникает базовый страх, который мешает ему просто "быть". Если человек не чувствует, что ему есть место в этом мире,

он будет испытывать фоновую тревогу, которая парализует его способности к действию. Вашим докладам следует исследовать, как мы можем помочь человеку обрести базовое доверие к миру, найти опору в себе и во внешнем пространстве, преодолеть экзистенциальный страх и создать условия для своего безопасного существования.

2. **Нравится ли мне здесь быть? (Being in life):** Эта вторая мотивация связана с нашей способностью принимать жизнь, ощущать ее ценность и наполненность, испытывать чувства и вступать в отношения. Здесь речь идет о переживании жизни как чего-то хорошего, о поиске того, что приносит радость и наполняет. Если человек не видит ценности в своей жизни, не испытывает радости, не строит глубоких отношений, он начинает испытывать депрессию, апатию или равнодушие. Он может существовать, но не жить. Ваши доклады должны показать, как восстановить или укрепить связь человека с его собственными чувствами, как помочь ему обнаружить и принять свои ценности, как построить значимые отношения и найти источники подлинного удовольствия и наполненности в жизни, даже в условиях SHIVA-мира.
3. **Могу ли я быть самим собой здесь? (Being myself):** Эта третья мотивация касается нашей аутентичности, самооценки, уважения к себе и к собственной уникальности. Речь идет о том, чтобы ощущать, что ты можешь быть собой, что ты имеешь право на собственное мнение, собственные границы, собственную свободу. Когда человек теряет свой образ "Я", когда он вынужден постоянно соответствовать чужим ожиданиям или играть навязанные роли, он теряет внутреннюю целостность и самобытность. Это приводит к ощущению бессмысленности существования, неполноценности, или, как мы видим в кризисе идентичности, к полному непониманию того, "кто я". Ваши доклады должны предложить пути к обретению человеком своей подлинной идентичности, развитию самоуважения, способности устанавливать границы, быть ответственным за свой выбор и действовать в соответствии со своей внутренней правдой, а не внешними шаблонами.
4. **Что я должен делать? Или Какой смысл это имеет? (Being in meaning):** Четвертая и высшая мотивация экзистенции – это поиск смысла в жизни, осознание своей цели, своего вклада в мир. Речь идет о понимании контекста своего существования, о способности видеть не только проблему, но и вызов, не только страдание, но и возможность для роста. Когда человек не видит смысла в своей деятельности, в своих отношениях, в своей жизни в целом, он испытывает экзистенциальную пустоту, апатию, потерю мотивации. Он может быть "социально успешен", но внутренне опустошен. Ваши доклады должны продемонстрировать, как помочь человеку выйти за рамки эгоцентризма, найти свою уникальную миссию, осознать свою ответственность перед миром и перед будущим, и, наконец, найти смысл даже в неизбежных трудностях и страданиях, превращая их в импульс к развитию.

Эти четыре фундаментальных аспекта, предложенные Лэнгле, являются не просто теоретическими построениями, но прикладными ориентирами для практической работы. Интегральное нейропрограммирование предоставляет для этого все необходимые инструменты. Оно помогает нам ответить на главный вопрос нашего времени – не "Что делать с этим ужасным миром?", а "Каким нужно стать, чтобы жить и процветать в этом новом, сложном и удивительном мире?".

Ваши доклады должны отвечать на вопросы:

- Как именно ваша работа помогает человеку **усложнять себя** до уровня сложности современного мира, преодолевая путь упрощения?
- Какие конкретные инструменты и подходы вы предлагаете для борьбы с **когнитивным коллапсом, эмоциональными бурями, поведенческим параличом и кризисом идентичности**?
- Как ваши методики позволяют человеку преодолеть **аномию**, найти новые смыслы и ценности, выйти за рамки бессмысленной гонки за внешними атрибутами успеха?
- Как вы видите путь к достижению **согласия с собой и миром**? Ваши выступления должны предлагать практическую "дорожную карту" для каждого человека, показывая, как он может разобраться со своими внутренними условиями, определить свои истинные ценности и найти свою суть.
- Как ваша практика помогает человеку выйти на новый уровень **жизнеспособности**, позволяющий не просто адаптироваться к тяжелым временам, а активно творить свою жизнь?

Мы ждем от вас демонстрации того, как ваши идеи и методы работают в реальной жизни. Конгресс призван создать дорожную карту для миллионов людей, стремящихся обрести целостность и смысл в этом новом, сложном и динамичном мире. Речь идет о создании **прикладной психологии**, которая работает не на уровне абстрактных разговоров или поверхностных "лайфхаков", а на глубоком уровне изменений личности.

Ваши выступления на конгрессе должны быть нацелены на раскрытие и развитие этой новой парадигмы. Мы призываем вас не просто теоретизировать, но демонстрировать **практические, операциональные модели** и методы, которые позволяют человеку достигать экзистенции, преодолевая вызовы SHIVA-мира и аномии. Покажите, как ваши идеи и методы работают в реальной жизни, как они помогают человеку усложнять себя до уровня сложности современного мира, как они ведут к согласию с собой и миром. Конгресс призван создать дорожную карту для миллионов людей, стремящихся обрести целостность и смысл. Ваш вклад в этот конгресс – это не просто доклад, это участие в формировании нового курса для человечества. Пусть ваши выступления вдохновляют, просвещают и дают реальные

инструменты для того, чтобы каждый человек мог полноценно жить и процветать в этом новом, удивительном мире.