

## БАЗОВЫЕ ПРИНЦИПЫ НЛП

НЛП ориентируется на субъективную модель мира личности, из чего вовсе не следует отказ от теоретической разработки некоторых глобальных проблем, поскольку понятие *субъективная модель мира* смыкается с фундаментальным принципом отражения действительности, который в физике, например, носит название антропного принципа. Более того, следует иметь в виду, что физическое тело человека связано со всей Вселенной. Еще в Тантрах утверждалось, что человеческое тело – резюме Вселенной: “Все наши члены, все наши органы соотносятся с силами, циркулирующими в космосе, и сформировались в связи с ними... Горнее существо человека не имеет какой-либо формы, но состоит из сил, токов, энергий, света и излучений, конденсация которых создала физические органы, какими мы их знаем” (11, 183).

Поскольку существует структурный изоморфизм между языком, мозгом, генетическим кодом, элементами космоса и устройством микромира, то человек предстает как микрокосм, вмещающий в себя все богатство и возможности космического разума. Оказалось, что все связано со всем, и справедливо утверждение древних: “что есть здесь, то есть и повсюду, а чего здесь нет, того нет нигде”. При этом энергоинформационный мир, энергоинформационные потоки являются первичными по отношению к физическому миру, формируя его. По этому же принципу происходит формирование психосоматических заболеваний, когда нерешенная проблема на психическом плане перетекает и находит свое отражение на плане физическом (в теле) в виде болезни. Условно говоря, человека как систему можно представить в виде голографического отражения еще большей системы, то есть Вселенной; человек как система просто не может рассматриваться автономно от последней.

Э. Цветков в своей книге “Танец дождя” цитирует К. Юнга: “Глубинные <слои> психэ теряют свою индивидуальную исключительность по мере того, как ступают все дальше и дальше в темноту. Это последовательное <движение вниз> означает, что по мере их приближения к автономным функциональным системам, они становятся все более коллективными, вплоть до универсализации и растворения в телесной материальности, то есть в химических субстанциях. Углерод человеческого тела есть просто углерод. Следовательно, на своем <дне> психэ является просто миром” (37, 81). Нетрудно увидеть, что данное заявление выражает идею структурной тождественности Вселенной и человека. Эта идея находит свои зримые очертания в современной фундаментальной науке.

Наиболее парадоксален, загадочен взгляд на реальность с точки зрения современной квантовой механики, которая описывает поведение вещества на субатомном уровне, где элементарные единицы – это не частицы и волны, но обладают свойствами и тех, и других, и где нельзя с уверенностью сказать,

что вещество существует. Скорее, оно обладает “тенденцией к существованию”, выраженной лишь как математическая вероятность. Микромир субатомов живет по иным законам, чем наш макромир, который мы все более или менее знаем. Если две частицы – например, электрон и его эквивалент – античастица, позитрон, сталкиваются, уничтожая друг друга, то создают два фотона А и Б, которые уносятся в различных направлениях. По загадочным свойствам квантовой механики фотон А не обладает такими свойствами, как вращение и скорость, пока они не будут замечены наблюдателем; сам процесс измерения как бы “разрушает его волновую функцию” и придает ему случайную величину. В тот момент, когда наблюдатель все-таки измеряет фотон А, придавая ему некоторое вращение, фотон Б получает обратное вращение, независимо от того, как бы далеко друг от друга они ни находились, и несмотря на то, что он не связан с первой частицей. Фотон Б некоторым способом мгновенно “узнает” о том, что делает фотон А. Это явление, подтвержденное физическими экспериментами, наводит на мысль, что все элементы Вселенной связаны между собой каким-то скрытым образом, возможно на субквантовом уровне (19, 4).

Теоретические основы нейролингвистического программирования в достаточной степени учитывают сложность человека как открытой системы, взаимозависимость человека и Вселенной, а также вероятностную неопределенность мира. Перечислим и кратко охарактеризуем базовые принципы НЛП:

**1. Карта не есть та территория, которую она описывает, и не равна другим картам.** Это утверждение о том, что каждый человек живет в собственной уникальной модели мира (карте). Эта модель не равна самому миру (как не равна контурная карта той территории, которую она описывает) и отличается от моделей мира других людей. Лесоруб, ботаник и художник, прогуливаясь по одному и тому же лесу, будут обращать внимание на совершенно разные вещи. “Слова и символика так же относятся к миру реальности, как карта к территории, которую она представляет... Мы живем по воспринимаемой карте, которая никогда не есть сама реальность”, – писал Карл Роджерс, основатель терапии, centered на клиенте.

**2. Субъективный опыт закодирован в нервной системе в виде зрительных образов, звуков и чувств.** Любое воспоминание, доступное нашему сознанию, можно разложить на визуальные (зрительные), аудиальные (слуховые) и кинестетические (вкусовые, обонятельные, осязательные) элементы.

**3. Нет побед и поражений, а есть обратная связь.** Другими словами, речь идет об использовании различных способов и вариантов при достижении одной цели. Чем большей вариантностью поведения обладает индивид, чем больший набор различных поведенческих реакций и стратегий он использует, тем он более гибок, адаптивен и результативен; как правило, такой индивид менее подвержен неврозам (одно из определений невроза –

это негибкость реагирования). Эдисон сделал около пяти тысяч различных попыток, прежде чем изобрел электрическую лампочку.

**4. *Смысл всякого общения есть та реакция, которую оно вызывает.***

Здесь речь идет о принятии индивидом внутреннего контроля над собой в процессе взаимодействия с другими субъектами, партнерами по общению. Также речь идет о принятии ответственности за свое поведение в процессе общения и о готовности индивида к рефлексии, к корректировке этого процесса и его результатов, включая собственное поведение.

**5. *Каждый индивид осуществляет лучший выбор в той или иной ситуации.*** Здесь опять-таки речь идет о количестве вариантов поведения в той или иной ситуации, которыми обладает, или которые способен заметить и использовать индивид. Например, в случае несчастного случая с пилотом самолета у пассажира, не обладающего навыками управления самолетом, лучший выбор в данной ситуации – прыжок с парашютом.

**6. *У каждого поведения есть позитивное намерение.*** Это касается и неоднозначных ситуаций морального выбора. Например, чаще всего случаи заболевания бронхиальной астмой происходят у детей, в семьях которых присутствует угроза развода, то есть такой ребенок находится под воздействием травмирующего фактора относительно длительного срока действия. Посредством своей болезни ребенок пытается удержать семью от развода, ибо других средств у него нет. Известны случаи, когда в результате воздействия шокового травмирующего фактора (пожар), матери бросали грудных младенцев в горящем доме. В данном случае интерпсихической обработки в результате шокового воздействия внешней среды не происходило и позитивное намерение очевидно: спасти свою жизнь.

Как отмечает С. Найт, этот принцип может шокировать, поскольку он предполагает, что в любом действии можно найти положительное значение. Однако здесь важно помнить, подчеркивает она, что такой принцип не всегда верен. Здесь верно лишь то, что можно извлечь пользу из такого принципа, то есть, руководствуясь им, выбрать желательную для себя реакцию на поведение окружающих людей.

**7. *У человека есть все ресурсы, необходимые ему для изменения.*** Так, М. Эриксон, будучи юношей, перенес тяжелейшее заболевание – полиомиелит, в результате которого врачи вынесли суровый вердикт о возможной смерти. Но он не сдался и начал заниматься по собственной программе выздоровления; и таких случаев множество. Отсюда вытекает основная задача терапевта-коммуникатора – обеспечить доступ клиента к этим скрытым ресурсам, извлечь их из подсознания, довести до уровня сознания, а затем научить ими пользоваться.

**8. *Вселенная – дружественная система, которая полна ресурсами, необходимыми для изменения.*** Речь идет о доверии личности окружающему миру, неотъемлемой частью которого он является. Вселенная – открытая

система, но если человек враждебно настроен по отношению к ней, он неизбежно лишается значительной поддержки с ее стороны.

**9. Сознание и тело – единая кибернетическая система, и то, что происходит в одной части системы, находит отражение в другой.** Примером может служить механизм возникновения психосоматических заболеваний. Тело – отражение нашего бессознательного, и реакция нашего тела при ответе на вопрос на 0,5 секунды быстрее, чем сознательный вербализованный ответ (26).

Перечисленные тезисы находятся в русле известных положений гуманистической психологии. Базовые предположения НЛП емко укладываются в точные слова о сущности человека, сказанные итальянским мыслителем эпохи Возрождения Мирандолой, которые он вложил в уста Бога: “Я не сделал тебя ни небесным, ни земным, ни смертным, ни бессмертным, чтобы ты сам, свободный и славный мастер, сформировал себя в образе, который ты предпочтешь. Ты можешь переродиться в низшие неразумные существа, но можешь переродиться по велению своей души и в высшие божественные” (11, 186).

\* \* \*

«Ни одно существо не может проявить абсолютной воли, как не могут проявить ее часы или какой-нибудь сложный автомат, например, говорящее кино. Тени кино говорят, ходят, делают, исполняют свою волю, согласно словам с действиями, но всякий знает, что их воля только кажущаяся, не абсолютная, все их движения и речи зависят от киноленты, вообще от человека, построившего кино. Так и самое разумное существо исполняет только волю вселенной. Она дает ему разум и ограниченную волю. Ограниченную потому, что эта воля, зависящая от разума, не может быть единственным источником поступков: всегда может вмешаться громада вселенной, исказить, нарушить и не исполнить волю одного разума. Мы говорим: все от нас зависит, но ведь мы сами – создание вселенной. Мы предполагаем, а вселенная распоряжается, как хочет, без церемонии разрушая наши планы и даже разрушая всю планету со всеми ее разумными существами.

Если нам и удастся исполнить свою волю, то только потому, что нам это позволила вселенная. Она всегда имеет множество способов и причин затормозить нашу деятельность и проявить иную, высшую волю, хотя и наша воля только воля вселенной.  
<...>

<...> Имеем ли мы право говорить о воле вселенной? Можно ли говорить о воле разумного существа, даже о воле глупого животного, но можно ли говорить о воле космоса? Можно ли уподобить его хотя глупому животному? Но раз все зависит от устройства вселенной (в настоящий или давно прошедший момент), то, значит, она или ее неизвестная причина, имеет волю. Эта воля обуславливает все, что мы сейчас видим или что указывает нам наш разум. Вопрос только в том, какова эта воля. Качество воли укажет нам и на качество вселенной или ее причины.

Если говорить о современном состоянии Земли, то воля космоса именно проявляется как воля неразумного существа. В самом деле, в делах Земли, в делах человечества мы видим смесь разумного с глупым, доброго с жестоким. Зачем нищета, болезни, тюрьмы, злоба, войны, смерть, глупость, невежество, ограниченность науки, землетрясения, ураганы, неурожай, засухи, наводнения, вредные насекомые и животные, ужасный климат и т. п.? Смотри лишь на Землю, мы должны волю космоса сравнить с

волей ограниченного существа. Но всегда ли будут Земля и человек в этом состоянии? Вселенная породила человека, его слабый разум и волю. Но ведь были раньше еще слабее, они потом развивались до теперешней силы и, можно надеяться, будут продолжать свое развитие. Какой степени оно достигнет, какие плоды даст – это теперь даже трудно себе вообразить. Итак, есть полное вероятие в том, что воля космоса и на Земле проявится во всем блеске высочайшего разума. Совершенное состояние Земли продолжится очень долго, в сравнении с горестным ее положением, каково настоящее. <...>

<...> Есть люди с сильной волей и без воли, как есть больные и здоровые. Для человечества нужны люди с волей, как нужны здоровые, а не больные. Фаталист есть больной. Он должен вылечиться или остановиться в размножении, чтобы не дать безвольного потомства.

Ложь и заблуждение – такое же проявление вселенной, как и правда. Это выражает только процесс развития существ, который происходит постепенно. Но он должен кончиться. Наступит правда на Земле, и тогда мы услышим из уст выросшего сознательного существа установившийся голос вселенной. Этот голос давно шумит во всем космосе и есть преобладающий знак истины. Земля еще до нее не доросла вследствие ее младенческого возраста.

Наша условная воля создана вселенной. Истинная же абсолютная воля и власть принадлежат космосу и только ему одному, и единый наш владыка. Но мы должны жить так, как будто тоже имеем волю и самостоятельность, хотя и то, и другое не наше. В противном случае получится лень, фанатизм, бессилие и ничтожество. Но мы должны помнить, что помимо нашей условной воли есть высшая власть вселенной. Потому-то наша воля, стремления, желания, как бы они прекрасны ни были с нашей точки зрения, частенько не осуществляются. Они натываются на препятствия, которые мы не в силах одолеть. Это препоны со стороны космоса. В таком случае не нужно унывать, а следует утешать себя тем, что не стало еще время для исполнения наших желаний, что надо еще бороться, что самые наши желания могут быть ошибочны с высшей точки зрения и что надо еще их проверить» (К.Э. Циолковский). (19, 470 – 484). <...>

## Литература

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. М., 1997.
2. Андреас К., Андреас С. Измените свое мышление – и воспользуйтесь результатами. СПб, 1994.
3. Бэндлер Р. Используйте свой мозг для изменения. СПб., 1994.
4. Бэндлер Р., Гриндер Д. Из лягушек – в принцы. Воронеж, 1995.
5. Бэндлер Р., Гриндер Д. Наведение транса М., 1995.
6. Бэндлер Р., Гриндер Д. Рефрейминг Воронеж 1995.
7. Бэндлер Р., Гриндер Д. Структура магии. СПб., 1996.
8. Бэндлер Р., Гриндер Д. Трансформейшн. СПб., 1995.
9. Бэндлер Р., Гриндер Д., Сатир В. Семейная терапия. Воронеж, 1993.
10. Бессер-Зигмунд К. Магические слова. СПб., 1996.
11. Гируцкий А.А., Гируцкий И.А. Основы нейролингвистики. Мн., 1998.
12. Гируцкий А.А., Гируцкий И.А. Нейролингвистическое программирование: принципы и проблемы // Вести БГПУ, 1998. № 2 – С. 41-47.
13. Гируцкий И.А. Моделирование в нейролингвистическом программировании // Слово во времени и пространстве: Сб. научных статей. Мн., 1999, с.45-47.

14. Гируцкий А.А. Нейролингвистическое программирование как одно из направлений взаимодействия психологии и лингвистики // Язык, слово, действительность: Материалы II Международной научной конференции (25 – 27 октября 2000 г.) / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка. Мн., 200. Ч. 1. – С. 63 – 65.
15. Гордон Д. Терапевтические метафоры. СПб., 1995.
16. Горин С. Нэлпер в свободном полете. Канск, 1997.
17. Дилтс Р. Стратегии гениев. М., 1998.
18. Калина Н.Ф. Основы психотерапии. “Рефл-бук”, “Ваклер”, 1997
19. Кандыба В.М. Эмоциональный гипноз как научный феномен. СПб., 1997.
20. Карелин А. Снег на листьях или психотехнология успеха. Саратов, 1994.
21. Коледа С. Моделирование бессознательного: Практика НЛП в российском контексте. М., 1999.
22. Кондрашенко В.Т., Донской Д.И. Общая психотерапия. Мн., 1998.
23. Люшер М. Сигналы личности. Воронеж, 1995.
24. Макаров В.В. Избранные лекции по психотерапии. 2-е изд., перераб. и доп. М., 2000.
25. Макдональд В. Руководство по субмодальностям. Воронеж, 1995.
26. Материалы тренинга “НЛП-практик” Э. Энтус, Дж. Делозьер, П. Врица, Я. Ардуй. М., 1992.
27. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. М., 1994.
28. О’Коннор Д., Сеймор Д. Введение в нейролингвистическое программирование. Челябинск, 1997.
29. Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. М., 1996.
30. Пуселик Ф., Люис Б. Магия нейролингвистического программирования без тайн. СПб., 1995.
31. Сепир Э. Избранные труды по языкознанию и культурологии. М., 1993.
32. Спарк М. Начальные навыки эриксоновского гипноза. Воронеж, 1995.
33. Тейяр де Шарден П. Феномен человека. М., 1987.
34. Трансформация личности: нейролингвистическое программирование. Одесса, 1995.
35. Фромм Э. Человек для себя. М., 1992.
36. Хейли Дж. Необычайная психотерапия. СПб., 1995.
37. Цветков Э. Танец дождя. СПб, 1997.
38. Цветков Э. Мастер самопознания, или погружение в “Я”. СПб., 1997.
39. Эйдмиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи, СПб., 1999.
40. Эриксон М., Росси Э. Человек из февраля. Гипнотерапия и развитие самосознания личности. М., 1995.
41. Юнг К. Архетип и символ. М., 1991.