

Долгов А.Ю. Питирим Сорокин о методах альтруизации личности, общества и культуры // Социальная солидарность и альтруизм: Социологическая традиция и современные междисциплинарные исследования: Сб. науч. тр. Отв. ред. Ефременко Д.В. – М.: ИНИОН РАН, 2014. – С. 205–221.

Многогранность проявлений альтруизма предопределила разнообразие трактовок этого феномена и заложила основу для создания множества теоретических построений, объясняющих природу неэгоистического поведения. Условно можно выделить две широкие аналитические традиции изучения проблемы альтруизма: метафизическую и рационалистическую. Метафизическая традиция объясняет возможность и необходимость бескорыстного взаимодействия через понятие сверхсознательной сущности (Бог, силы природы, совесть, судьба и т.п.). Альтруизм здесь предстает в качестве средства достижения этой сущности. Рационалистическая традиция основывается на эмпирически подтверждаемых закономерностях, и акцентирует свое внимание на полезных свойствах альтруистического взаимодействия между людьми. Альтруизм в этой традиции рассматривается в качестве взаимовыгодной стратегии сосуществования рациональных акторов.

Например, в русской философии тема альтруизма развивалась только в соотношении с проблемой любви и не рассматривалась вне религиозного контекста. Для философов главным в понимании альтруизма являлась степень его соответствия христианским заповедям, которые являлись основой общественной морали. Поскольку сам термин «альтруизм» имеет западное происхождение, зачастую он воспринимался русскими мыслителями как бездуховная практика, лишенная высокого содержания и подменяющая истинную христианскую любовь [см.: 1; 5]. Западная социологическая традиция понимания альтруизма складывалась, прежде всего, из признания «выгоды» от этого явления не только для коллективного,

но и для индивидуального блага [см., например: 4, с. 231–232]. Поэтому умеренная степень альтруизма признавалась общественно полезным явлением, а полное самопожертвование считалось избыточным. Кроме того, акцент делался на биологических корнях альтруизма, которые через семейные отношения трансформировались в социальные нормы поведения. Подобное понимание отразилось в современных исследованиях альтруизма, в которых ученые фокусируются на реципрокном (взаимном) проявлении альтруизма, когда индивид готов действовать в интересах другого, только если он ожидает ответного акта.

Попытку объединения двух этих традиций мы находим в творчестве русско-американского социолога Питирима Александровича Сорокина (1889–1968). В период эмиграции его исследовательской задачей стала интеграция русской и западной традиций в последовательную научную теорию альтруизма. Он концептуализировал философские воззрения русских мыслителей, применяя при этом западные социологические теории. Объясняя метафизические поиски позднего периода творчества Сорокина, американский исследователь Л. Николс отмечает: то, что остается непонятным и непопадающим под категорию «нормальной науки» (по Т. Куну) для западных ученых, является глубоко укорененной традицией в России и объясняет многие повороты в творчестве социолога [6, с. 399–400]. Идеи Сорокина как продолжателя российской традиции понимания любви не были восприняты западным научным сообществом во многом именно в силу различия исследовательских стандартов. В то же время, для обозначения бескорыстного взаимодействия Сорокин использовал именно понятие «альтруизм», к которому русские философы относились весьма противоречиво. Заметим, что в работах социолога понятие «альтруизм» и «любовь» синонимичны и взаимозаменяемы. Фактически можно говорить о том, что созидательный альтруизм (*creative altruism*) тождественен деятельной любви (Ф.М. Достоевский), а использование определения «альтруизм» связано с социологической традицией применения этого

термина и его употреблением на Западе. В этом различии осмысления альтруизма таится одна из методологических проблем, которая заключается в том, что Сорокин попытался интегрировать религиозный и научный опыт при рассмотрении социального феномена, что стало весьма провокационной идеей для общественных наук середины XX в. Иными словами, Сорокин сделал попытку изучения светского понятия, используя при этом религиозные подходы наравне с научными. Этот пассаж весьма важен для понимания теории альтруизма П.А. Сорокина.

В настоящей статье мы остановимся на тех практических приемах, которые, по мнению П.А. Сорокина, должны способствовать интенсификации альтруистического поведения. Прежде всего, отметим, что, с точки зрения мыслителя, альтруизм и все его формы производятся через взаимодействие людей. Любое альтруистическое взаимодействие индивидов, включая альтруистическую реакцию на эгоистические действия, вырабатывает то, что Сорокин называет энергией любви в человеческих взаимоотношениях [7, с. 37]. Сорокин полагает, что любовь можно описывать по аналогии с любым другим видом энергии физического мира. Следовательно, любовь можно производить, накапливать и распространять. Хотя это всего лишь речевой оборот, замечает социолог, такой взгляд на просоциальные феномены помогает проанализировать способы, с помощью которых можно воспитывать солидарность, сотрудничество, добро и мир в самых различных социальных группах (семья, сообщество, партия, религиозная община, государство, нация) [7, с. 36]. Интерес Сорокина к проблеме бескорыстного поведения был неразрывно связан с социально-политическим контекстом 50–60-х годов XX в. Социолога, прежде всего, волновала практическая значимость феномена альтруизма, который, по его мнению, должен предотвратить наступление новой мировой войны и стать основой гармонии будущего мира.

Структура личности и направления альтруизации

Для адекватного анализа методов альтруизации, которые выделил Сорокин, необходимо обратиться к предложенной им модели личности. Социолог предлагает четырехуровневую структуру, которая включает: 1) биологическое бессознательное (подсознание); 2) биологическое сознание; 3) социокультурное сознание; 4) сверхсознание [7, с. 84]. В рамках этой модели социолог дает объяснение человеческим действиям и их мотивации.

Биологический бессознательный компонент отвечает за удовлетворение основных потребностей индивида (выживание, пища, размножение и т.д.). Акты на этом уровне рефлекторно-инстинктивные. Распространенной ошибкой (как в случае с фрейдизмом) Сорокин называет привязку всех поступков к бессознательному аспекту, поскольку в таком случае происходит редукция человека до уровня механизма удовлетворения потребностей.

Биологическое сознание проявляется при осмысленном удовлетворении человеком своих биологических потребностей и понимании своего Я исходя из своих биологических характеристик (физическое состояние, возраст, пол и т.д.). На этом уровне появляются разные эго (Я) индивида, обусловленные физическими потребностями.

Биологические Я подвергаются рационализации и приобретают социализированный характер на уровне социокультурного сознания, которое лежит выше предыдущих двух слоев, поскольку возникает уже из сознательного компонента личности и осмысленного взаимодействия людей, обладающих памятью об их коллективной жизни и социализации. Через этот коллективный опыт люди аккумулируют и передают культурные ценности и нормы [7, с. 89]. Человек в данном случае обладает множеством эго-ролей, соотносящих его с той или иной социальной группой (семьей, друзьями, профессиональной группой, нацией и др.). В каждом конкретном случае может преобладать одна из существующих ролей. Например, идя в церковь, у человека преобладает религиозное Я, идя на политический митинг – политическое. Если ценности разных групп, к которым принадлежит

индивид, не противоречат друг другу, личность является интегрированной и гармоничной. Современное общество, по мнению Сорокина, не может обеспечить целостность Я в связи с кризисом чувственной культуры.

Сверхсознание является высшей ступенью человеческой личности, оно связано с «величайшими творческими победами человека в области истины, красоты и добра» [7, с. 97]. В качестве главного доказательства его существования Сорокин указывает на опыт великих религиозных и политических деятелей, ученых, писателей, художников, композиторов и т.д. Эту форму сознания, замечает Сорокина, чаще всего не признает современная наука, но ее исследования напрямую связаны с альтруизацией. В этой связи социолог выступал за необходимость тщательного изучения данного феномена.

Альтруизация идет параллельно процессу интеграции личности, где высшая степень – полностью интегрированный гений. В совокупности такие интегрированные личности создадут «интегрированную культурную систему, свободную от внутренних конфликтов» [7, с. 115]. Именно с интегральной культурой Сорокин связывал выход из кризиса изживших себя чувственных ценностей. Для Сорокина переход к доминированию сверхсознания – закономерный процесс, связанный с эволюцией Homo sapiens. Ученый полагает, что бессознательное (инстинктивное и рефлекторное) в истории человечества показало свою деструктивность, в то время как развитие сверхсознания в психике человека возвысило его над животным миром [7, с. 115].

Важно также отметить, что, по Сорокину, альтруизация обязательно должна затрагивать три основных уровня: личность, общество (социальные группы и институты) и культуру. Общее направление преобразования личности, культуры и социальных институтов заключается в доведении до максимума компонентов сверхсознания и контроля над биологическим сознанием с планомерным увеличением всех характеристик альтруизма (для личности), переоценке всех негативных ценностей (для культуры) и привязке

индивида к группам и институтам, практикующим ценности добра (общества). Главная цель при альтруизации индивидов – сделать альтруистическое поведение спонтанно проявляющейся реакцией, что вполне возможно достигнуть, при соответствующей социализации в детстве и формировании привычки. Альтруизация институтов и культуры возможна через внедрение соответствующих ценностных и идейных компонентов в их строение и функционирование. Она должна происходить не только на формальном или декларативном уровне, но и на практике. Отметим, что среди социальных групп и институтов, которые аккумулируют и воспроизводят альтруизм, особо важным является семья [7, с. 39].

Личность, общество и культура являются взаимозависимыми категориями, поэтому, стремясь изменить одну из них, необходима программа преобразования и для другой. Отсюда возникает сорокинское триединство общества, культуры и личность, которое также часто связывают с его интегральным видением социальных процессов. Начаться процесс может с одного из компонентов, но для его успешного завершения, изменения потребуются во всех сферах. Таким образом, главная цель при альтруизации – гармоничное соединение всех Я личности. Результатом преобразований для индивида должно стать «душевное спокойствие и свобода от внутренних конфликтов, четкое понимание своего долга, ничем не нарушаемое счастье и уверенность в себе, доброта и любовь ко всем человеческим существам» [7, с. 119]. Итогом долгосрочного развития должно стать общество, конфликты в котором будут минимизированы, а в случае полного подтверждения указанных закономерностей, и вовсе могут быть искоренены. Сорокин отмечает, что достижение данной цели требует активных действий от всего человечества и является делом далекого будущего, но в то же время альтруизация необходима в качестве ориентира изменений.

Приемы и методы альтруистической трансформации

Методы альтруистического преобразования должны затрагивать разные уровни сознания, но наиболее эффективными и продуктивными Сорокин считает те, которые стимулируют развитие сверхсознания. Альтруизация, затрагивающая лишь нижние уровни сознания, является поверхностной и незавершенной. Для Питирима Сорокина идеалом является подавление своих деструктивных биологических проявлений в пользу созидательного альтруистического поведения.

Сорокин выделяет 2 типа альтруистической трансформации: эгопревосходящий и эгоцентрированный. Эгопревосходящий тип основан на полном преодолении своих биологических влечений (по аналогии с буддийскими практиками). При такой трансформации человек стремится соединиться с конечной духовностью или высшей ценностью (Бог, любовь, космос и др.). В психологическом плане это подразумевает достижения полного контроля над своими сознательными и бессознательными силами. Эгоцентрированная модель альтруизации не требует уничтожения бессознательных влечений или полного преодоления собственного Я. Эго рассматривается здесь в качестве позитивного условия для альтруизации, поскольку предполагается, что человек, который не любит себя, не может любить и других. Главным здесь является не преодоление эго и биологических влечений, а их гармоничное сочетание с сознательными и сверхсознательными силами. По своей природе такой альтруизм является утилитарным и гедонистическим, его главный принцип: живи и дай жить другим [7, с. 288]. В такой модели применимы научные и рациональные средства. Для Сорокина эгопревосходящие практики создают более возвышенный альтруизм, чем эгоцентрированные. Для эгоцентрированного типа существует определенный «потолок» развития, в то время как преодоление эго открывает безграничный потенциал созидания. В то же время эгоцентрированные методы могут послужить подготовительными мерами для перехода на более высокий уровень альтруизации. Методы той и

другой модели могут быть использованы по отдельности, но более эффективный результат приносит их совместное использование.

Переходя к конкретным приемам альтруизации, отметим, что некоторые из них являются довольно специфическими. Часть из них схожи с тоталитарными практиками и способами подавления личности. Но Сорокин предупреждает, что очень многие изобретения можно использовать как в благих, так и в разрушительных целях. Его цель – альтруистическое преобразование личности, для которого он готов использовать весь приемлемый арсенал социологических и психологических достижений. Сорокин также не берет во внимание всевозможные медицинские методики, оставляя их на рассмотрение компетентным специалистам в области физиологии, медицины и психиатрии. Назовем методы трансформации, предложенные Сорокиным, и дадим их краткую характеристику [см.: 7, с. 290–354].

1) Метод изменения организма и его процессов, включая использование биологических потребностей, в альтруистических целях; обучение через позы, движения, дыхательные регуляции. Здесь Сорокин указывает на тот факт, что пока нет четких научных корреляций между физиологическим состоянием и альтруизацией. В одних случаях ущемление биологических потребностей может привести к эгоизму, а в других к альтруизму (например, в случае осознанного аскетизма). Но недооценивать физиологические аспекты человеческой жизни тоже нельзя. В качестве самого простого примера влияния физиологических процессов на психологическое состояние можно вспомнить о роли медленного глубокого дыхания в стрессовых ситуациях, в результате чего достигается общее спокойствие организма. Это малоизученная область, но она может включать в себя самые разнообразные практики йоги, танцев, дыхательных упражнений, специальных разминок, способствующих кровообращению, мышечному тону, пищеварению и т.д. Такие методики имеют глубокую традицию применения в религии, но современная наука отвергает подобный способ, констатирует Сорокин.

2) *Применение условных рефлексов и принудительного механического внедрения нужного поведения, подкрепляемого наказаниями и наградами.* В этом методе используется «механика» организма по принципу «стимул–реакция». Несмотря на эксцентричность предложенного приема, надо отметить, что многие альтруистические действия по мере повторения воспроизводятся бессознательно, рефлексивно. Такая методика естественно должна внедряться с детства, когда ребенок механически повторяет некоторые действия родителей. Повторяющиеся акты формируют привычку, привычки формируют характер. «Начиная с кусочка конфеты или слабого шлепка, словесного одобрения или неодобрения в нашем детстве, и заканчивая обширным арсеналом карательных мер уголовного права, биологическими, экономическими, политическими и социальными наградами, болевыми и приятными стимулами, постоянно predeterminedается наше поведение с момента рождения до смертного часа» – указывает Сорокин [7, с. 291].

3) *Метод наказания и поощрения, применяемых к человеку или его близким.* Как показывает Сорокин, наказание – это метод, используемый на протяжении всей человеческой истории не только через нормативно-правовую систему государств, но также и через религиозные заповеди. То же самое касается всевозможных наград, стимулирующих то или иное поведение. Сорокин поддерживает тщательное изучение и адекватное применение данных практик для мотивации нравственного преобразования. Компонент «наказания» может заключаться в демонстрации индивидам негативных последствий слишком эгоистического поведения для самого индивида и его близких. Более широкую практику должно получить применение поощрения, хотя здесь также важно не переусердствовать, чтобы не допустить «коммерциализацию нравственных ценностей» [7, с. 301], когда индивид воспроизводит альтруистическое поведение только ради получения награды.

4) Метод альтруизации посредством давления общественного мнения.

Безусловно общественное мнение играет огромную роль в формировании и регулировании набора ценностей того или иного индивида – «оно прививает предписанные формы поведения каждому члену с момента рождения и продолжает оказывать давление до конца жизни» [7, с. 301] и при этом не требует прямого применения карательных или поощрительных мер. Сложнее дело обстоит в случае, когда общественное мнение как единая система ценностей и норм поведения отсутствует. Индивид подвергается противоречащим друг другу требованиям, его система ценностей становится неустойчивой и релятивистской. В ситуации моральной атомизации многие пытаются апеллировать «псевдо-общественным мнением» в своих корыстных целях, что в результате приводит к еще большей эгоистичности групп и отдельных индивидов. Такую ситуацию, считает Сорокин, необходимо исправить путем создания единой системы ценностей и моральных норм, чему собственно должна способствовать программа альтруизации.

5) Метод разделения враждующих сторон. Как полагает Сорокин, любое ослабление ненависти в межличностных или межгрупповых отношениях способствует альтруизации [7, с. 303]. Поэтому даже механическое разделение враждующих сторон может остановить эскалацию конфликта, помочь антагонистам перейти от эмоционального восприятия противоречий к поискам конструктивного решения проблемы. Применение данного метода довольно распространено – от разведения поссорившихся детей по разным комнатам до создания буферной зоны между воюющими государствами. Хотя такой прием редко приводит к тому, что враги становятся друзьями, он является первым шагом на пути к перемирию и ослаблению вражды. Это перемирие в свою очередь открывает путь для других методов альтруизации [7, с. 304].

6) Метод использования третьей стороны. В принципе любое вмешательство третьего лица в конфликт меняет ход развития событий. Это

касается как межличностных, так и межгосударственных отношений. Люди, как правило, не хотят «выносить сор из избы», придавать свои конфликты огласке. На межгосударственном уровне третья сторона чаще всего представляет собой сферу определенных интересов, поэтому значимую роль играет ее авторитет. Сорокин отмечает, что этот метод действует наиболее эффективно, когда третье лицо обладает уважением, и когда оно выступает в роли мудрого посредника-консультанта и эксперта [7, с. 304]. Заметим, что метод медиатора и миротворческой миссии широко применяется при улаживании современных внутренних и международных конфликтов.

7) *Метод примирения через борьбу с общим врагом или за счет существования общего друга или причины.* Данная методика также весьма популярна и широко используется для увеличения солидарности между враждующими группами. «Движущими силами такого объединения, – указывает Сорокин – являются самосохранение каждой из сторон и ее ненависть, и страх перед общим врагом, – иными словами, набор самых мощных и самых примитивных эмоциональных побуждений» [7, с. 305]. Очевидным минусом этого приема является его ограниченный характер. Как только пропадает связывающая стороны причина, они вновь становятся враждебными друг к другу (здесь показателен пример Антигитлеровской коалиции). Поэтому необходимо применение дополнительных методов увеличения солидарности и альтруизма между актерами. Тем не менее, этот способ можно применять в мировом масштабе, когда в качестве общего врага будут обозначены глобальные проблемы человечества (голод, болезни, бедность). По мнению Сорокина, это один из первых шагов на пути к созданию солидарного человечества.

8) *Метод распространения героического морального примера.* Героический пример из области политики, религии, науки, искусства, спорта или даже обыденной жизни является своего рода «вирусом» с позитивными последствиями для «зараженных». Последствия героических поступков могут проявиться сразу, а могут через долгие годы. Даже несмотря на

кажущуюся малозначимость подвиг почти никогда не исчезает бесследно. Сорокин считает, что феномен геройского поступка и его последователей связан с действием сверхсознания [7, с. 307]. Иначе как объяснить его воспроизводство без ограничения временем и пространством даже при господстве утилитарных и гедонистических нравов. В связи с этим Сорокин указывает на закономерность альтруистического влияния: «Даже самый скромный пример доброты не остается безрезультативным; он способствует нравственному совершенствованию других» [7, с. 308].

9) *Метод рационального убеждения и научной демонстрации преимуществ дружбы и недостатков вражды.* Суть метода заключается в использовании в целях альтруизации накопленного потенциала религиозных, философских, этических и научных теорий о преимуществах дружественного сотрудничества и негативных последствиях чрезмерного эгоизма. Неэффективность этого метода связана с тем, что человек не является полностью рациональным существом, и логическое убеждение не может стать единственной опорой альтруизации. Интеллектуальная осведомленность о достоинствах альтруистического поведения не всегда переходит в соответствующие акты. Это доказывает многолетний опыт применения таких убеждений. Распространение образования и технологий в современном мире показали, что знания сами по себе не снижают уровень конфликтности. Кроме того, иррациональное поведение человека активно проявляется в случае противоречия между его различными Я в условиях современной дезинтегрированной системы ценностей. Например, в обычных условиях религиозный человек, руководствуется заповедью «Не убий» и проповедует идеалы добра и ненасилия, но в условиях войны под давлением государства он выступает в защиту убийства врагов и выполняет «героические» акты уничтожения членов враждебного государства [7, с. 310]. Лицемерие политиков, декларирующих идеалы сотрудничества и взаимопомощи, считает Сорокин, подрывает ценность реального альтруизма,

в связи с чем люди скептически относятся к возможности неэгоистического действия.

10) *Метод укрепления альтруистического поведения посредством эмоциональных и бессознательных сил, включая психодраматические и социодраматические приемы.* Этот метод нацелен на проникновение рациональных формул «глубоко в сердце» через эмоциональное восприятие и аффективные факторы. Иначе говоря, он заключается в воздействии на рациональное через нерациональное. Эмоциональные состояния, через которые может быть достигнута необходимая цель, охватывают самые разные проявления, но среди них есть те, которые укрепляют альтруистические ценности (симпатия, сочувствие, восхищение, удовольствие) и те, которые подрывают их (вина, печаль, угрызения совести, тревога, страх, отвращение) [7, с. 312–313]. Пример использования таких приемов дают всевозможные религиозные культы, ритуалы, обряды и праздники, которые через мобилизацию бессознательного, использование эмоциональных и аффективных сил добиваются активной поддержки и исполнения определенных норм. В религии, указывает социолог, накоплен значительный потенциал приемов, многие из которых используются политическими партиями, государственными идеологиями, в военной подготовке и т.д. Но к сожалению, констатирует Сорокин, эти методы чаще всего используются для антиобщественного, эгоистического, агрессивного внушения [7, с. 316]. В дополнение к религиозным практикам Сорокин упоминает о психо- и социодраматической методике Джекоба Морено [см., например: 2, 3], которая также может быть эффективно использована в целях подкрепления альтруистического поведения. Суть методики Морено заключается в лечении людей с психоневрозами через специально заданные сценические образы и роли, в которые они должны вжиться.

11) *Метод непосредственного жизненного опыта.* Суть метода заключается в том, чтобы поместить индивида в определенные реальные жизненные условия, в которых он испытывает реальный и непосредственный

жизненный опыт заданного вида (в отличие «имитируемого» опыта, полученного под воздействием методов психо- и социодрамы) [7, с. 316]. Исходный посыл данного метода можно сформулировать в коротком тезисе: «Ничто не научит человека лучше, чем собственный опыт». Но эффективность этого метода снижается из-за ограниченной возможности его применения как на законодательном уровне, так и из этических соображений. Кроме того, нельзя точно предугадать последствия таких «экспериментов»: они могут быть как позитивными, так и негативными. Но не лишним, например, считает Сорокин, было бы поместить пропагандистов, выступающих за военные удары, в зоны реальных боевых действий, чтобы они понимали, к чему ведут их призывы.

12) Метод альтруизации через искусство. Данный метод альтруизации связан с «эмоциональным усилением идей, образов, символов и моделей поведения» [7, с. 317]. Для Сорокина существует триединство истины, добра и красоты, поэтому способствуя совершенствованию одного компонента, мы способствуем совершенствованию другого. Шедевры музыки, литературы, театра, кино и др. способны оказывать значительное влияние на духовно-нравственное преобразование, не ограничиваясь временем и пространством. Через художественные образы достигается высокий уровень воздействия на эмоциональном и бессознательном уровнях. Такой способ альтруизации доступен даже тем людям, которые не способны воспринимать рациональные убеждения. Для достижения целей альтруизации данным способом необходим тщательный подбор художественных произведений, которые должны быть адаптированы к характеристикам индивида или групп (в зависимости от их физических, умственных, нравственных и социально-культурных установок) [7, с. 320]. В этой связи Сорокин критикует современное искусство, как неспособное содействовать высоким целям духовного преобразования, поскольку оно сосредоточилось вокруг негативного типа человека, и не стремится воспевать пример положительных моральных героев.

13) Метод воздействия дружбы и любви по отношению к другим людям. Перечисленные выше методы являются «пассивными» и не требуют прямого участия индивида в своей альтруизации. Данный способ предполагает постоянное стремление индивида действовать доброжелательно к максимально большому количеству людей вне зависимости от их социального статуса, возраста, расы, религии и т.д. Этот метод должен быть направлен в том числе и на враждебно настроенных индивидов. Недостатки такого приема очевидны. Во-первых, отмечает Сорокин, не встречая сопротивления, агрессор может усилить свои посягательства. В таком случае, поясняет Сорокин, «практикующий дружелюбие» в целях самозащиты может применить силу, однако он не должен серьезно навредить агрессору (эту методику социолог сравнивает с укрощением и дрессировкой дикого животного) [7, с. 322–323].

14) Метод проявления индивидуальной творческой деятельности. Творческий порыв, по Сорокину, является одним из проявлений сверхсознания, через творчество раскрывается глубина личности человека, его самость. Важно обеспечить свободу творческого проявления, поскольку большинству лиц, которые могут свободно самовыражаться и проявлять свои творческие стремления, не требуется бороться за свою индивидуальность и вступать в конфликт с окружающими. Таким образом, полагает Сорокин, свободно творящие личности более дружелюбны по отношению к своим близким и к миру в целом [7, с. 324]. Препятствием на пути использования этого метода является современная «механизованная и специализированная технологическая культура», которая ограничивает выражение творческого порыва многих людей [7, с. 326]. Подобные ограничения, считает Сорокин, приводят к нервозности и раздражительности, что в конечном итоге приводит к конфликтности индивидов и социальных групп в целом.

15) Метод коллективного творчества, группового совершенствования и групповой терапии. Некоторые творческие задачи необходимо решать в

сотрудничестве с другими заинтересованными индивидами. Достоинство коллективного творчества заключается в объединение людей в одно созидающее Мы, благодаря которому легче переносить сложности и разочарования. Важная ремарка, которую делает Сорокин, заключается в том, что для альтруистического преобразования цели и средства творчества должны быть морально, умственно и социально положительными. Кроме того участие каждого члена в творческом коллективе должно быть свободным, произвольным и продолжаться беспрепятственно. Наконец, цель творчества должна вызывать искренний повышенный интерес со стороны всех участников группы [7, с. 327–328].

16) Метод добрых поступков. Этот прием Сорокин называет самым эффективным и доступным для всех. В то же время он является необходимым спутником других методов и служит своего рода индикатором альтруистического перехода. Его суть проста, и заключается в повторении добрых поступков.

17) Метод интеграции и реинтеграции эго, ценностей и норм поведения. Этим методом Сорокин обозначает широкое разнообразие приемов, с помощью которых достигаются изменения в структуре своего Я, ценностей и норм поведения. Методы применяются самим индивидом через глубокое переосмысление, медитацию, силу воли, самоанализ [7, с. 331]. Узкоспецифические способы, относящиеся к данному обобщенному приему, Сорокин выделяет в отдельные категории, которые рассматриваются далее (методы 18–26).

18) Метод самоидентификации индивида с бескорыстной любовью. Суть метода состоит в том, что индивид начинает видеть себя как «доброе существо» и отвергает идею predetermined естественной эгоистичности человека. Он начинает думать и действовать альтруистически, а проявления эгоизма относит к слабостям и порокам. Самоидентификация, начинаясь с идейного уровня, должна достичь сферы эмоциональных сил, поведенческих установок и бессознательных влечений [7, с. 333]. Здесь важен идейный

посыл, заключающийся в том, каким человек видит себя в этом мире. Если он видит себя лишь биологически-рефлекторным механизмом, альтруистическая самоидентификация сильно усложняется (за подобные идеи Сорокин активно критиковал структуру личности по Фрейдю).

19) *Метод личной или публичной молитвы.* Молитва является искренним общением человека с высшими силами. В молитве человек может обращаться за помощью в критической ситуации, спонтанно радоваться и благодарить за успехи, признаваться в грехах и пороках и т.п. Молитва может быть личной или публичной, ее формы отличаются в зависимости от исторического периода, культуры, конкретного общества или человека, но в общем виде она является «универсальной постоянной деятельностью человека» [7, с. 334]. При этом, замечает Сорокин, молитва вполне может практиковаться и атеистами, которые обращаются не к Богу, а к собственному Я, «душе», «совести», «судьбе», «созидающим силам природы» и т.п. Целям альтруизации способствует альтруистическая молитва, в которой человек преодолевает барьеры собственного Я и растворяет его в высшей сущности, используя сверхсознание, а не та молитва, в которой он просит покарать врагов (крайняя форма эгоистической молитвы) или добиться успеха в каком-нибудь личном деле [7, с. 335]. Тем не менее, любая молитва является попыткой выхода за пределы собственного Я, поэтому, считает Сорокин, необходимо развивать данную весьма эффективную и доступную методику.

20) *Метод самоосмысления.* Метод состоит в искренней критической самооценке своих скрытых глубинных и открытых мыслей, желаний, слов и дел. Происходит честный диалог с самим собой с целью понять мотивы своих действий, установить баланс между эгоистическими и альтруистическими поступками. Метод требует волевого воспитания в себе добродетелей. Для поставленной цели человек сам может применять все известные опыты нравственного совершенствования. При этом человек

может чувствовать неудовлетворенность или даже вину и угрызения совести, но их он должен направлять в созидательное русло.

21) *Метод личной или публичной исповеди.* По мере того, как человек испытывает осознание, покаяние и стремление стать свободным от эгоистических импульсов, мыслей, слов и дел, у него может возникнуть желание совершить личное или публичное признание перед тем, кого он считает нравственным авторитетом. Принимающий признание становится важным участником дальнейшей альтруистической трансформации, поэтому очень важно сочувствие и прощение с его стороны. В качестве духовника может выступать любимый член семьи, лучший друг, уважаемый лидер, учитель или нравственный наставник. Модифицированные разновидности этого метода, замечает Сорокин, уже давно используются в современной педагогике и психиатрии [7, с. 344].

22) *Метод личной, публичной или коллективной клятвы (обета).* Данная методика тесно связана с молитвой, самоосмыслением и исповедью и заключается в акте принятия обязательного обета либо в воздержании от эгоистических поступков [7, с. 344]. Это не обещание «начать новую жизнь с понедельника», которое часто ограничивается лишь самым словесным заявлением и не переходит в действия, а установление для самого себя категорического императива, который нельзя игнорировать ни в коем случае. Метод необязательно носит религиозный характер, и его модификации часто используются в психиатрии. Самый показательный пример – это всевозможные сообщества людей, пытающихся справиться с общими проблемами (общество анонимных алкоголиков и другие его аналоги).

23) *Метод психоанализа.* В целом Сорокин критично относится к учению Фрейда и считает, что психоанализ внес скорее негативный вклад в понимание личности человека. По его мнению, психоанализ применим скорее на стадии лечения психических расстройств, и его доля в нравственном совершенствовании незначительна.

24) *Метод сверхсознательной медитации и творчества.* В данном методе медитация предполагает освобождение от рамок сознания своего Я и достижение состояния, когда сверхсознание полностью контролирует сознание. В результате медитативных упражнений объект познания становится частью сверхсознания [7, с. 348].

25) *Вспомогательный метод молчания, повторения коротких формул, доведение до бурного восторга и т.п.* Этот метод дополняет медитацию вспомогательными практиками и основан на компонентах, используемых во многих религиозных системах (например, мантра).

26) *Метод реорганизации групповой принадлежности.* Поскольку Я индивида складывается из его принадлежности к разным группам, ему необходимо отказаться от членства в группах, которые ставят во главу своего существования эгоистические ценности.

Ракурс рассмотрения Сорокиным структуры сознания и методов формирования гармоничной личности почти полностью противоположен взглядам Фрейда. Если для Фрейда сдерживание биологических влечений играет негативную роль, то для Сорокина такой контроль над ними не просто необходим, а требует дальнейшего совершенствования. В этом, по мнению мыслителя, заключается разрыв «замкнутого круга» эгоистических ценностей, которые неизменно становятся причиной социальных кризисов и бедствий. Конечно, по меркам современности Сорокин отличается весьма ригористичными взглядами по отношению к нравственности. Но стоит учесть, что его теория альтруизма стала ответом на происходящие процессы ценностной дезинтеграции, которые привели к множеству негативных социальных последствий (международные конфликты, дегуманизация, anomia, потребительское отношение к миру, рост преступности, кризис семьи и т.д.). Представленные Сорокиным методы альтруизации имеют междисциплинарный характер и объединяют весь позитивный опыт человеческого развития, включая науку (биология, медицина, социология, психология и др.), философию, искусство, религию. Решение

противопоставления между метафизической и рационалистической традициями заключается в том, что Сорокин не отрицает биологический компонент альтруизма, но ставит его в зависимое положение от сверхсознания. Несмотря на свое нестандартное содержание, многие из приемов остаются вполне актуальными и могут применяться на практике сегодня, например, в образовании и воспитании, в культурной политике, при реформировании социальных институтов и т.п. Сорокина часто, порой весьма безосновательно, упрекают в утопизме. Так или иначе, предложенные им методы вполне способны снизить градус агрессии современной культуры, и устремить ее в созидательном гуманистическом направлении.

Список литературы:

1. Бердяев Н.А. Метафизика пола и любви // Бердяев Н.А. Эрос и личность: Философия пола и любви. – М.: Прометей, 1989. – С. 17–51.
2. Морено Дж. Театр спонтанности. – Красноярск: Фонд ментального здоровья, 1993. – 126 с.
3. Морено Я. Психодрама. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 528 с.
4. Спенсер Г. Научные основания нравственности: Данные науки о нравственности. – М.: ЛКИ, 2008. – 336 с.
5. Тихомиров Л.А. Альтруизм и христианская любовь // Тихомиров Л.А. Христианство и политика. – М.: Облиздат; Алир, 1999. – Режим доступа: <http://apocalypse.orthodoxy.ru/policy/107.htm>
6. Nichols L.T. Sorokin as lifelong Russian intellectual: The enactment of an historically rooted sensibility // American sociologist. – New Brunswick (NJ), 2012. – Vol. 43, N 4. – P. 399–400.
7. Sorokin P.A. The ways and power of love: Types, factors, and techniques of moral transformation. – Philadelphia (PA): Templeton foundation press, 2002. – XXVIII, 552 p.