



Фрагменты из книги Берта Хеллингера «К сути явлений»

Bert Hellinger "To the Heart of the Matter". Carl-Auer-Systeme Verlag, 2003, перевод с немецкого на английский Колин Бомон (Coleen Beaumont)

Перевод с английского Елены Веселаго, декабрь 2007 г.

---

**Использование материалов данного сайта разрешается только в некоммерческих целях, с обязательным указанием авторов, редакторов, переводчиков и активной ссылкой на [www.constellations.ru](http://www.constellations.ru) . [Подробнее о правилах использования материалов сайта](#)**

---

**Отступить назад, чтобы увидеть**

Вероятно, вы сейчас задаете вопрос, каковы когнитивные основы, которые приводят к тому видению и тем решениям, которые были описаны в этой книге. Я называю это «путь феноменологического познания». Что я понимаю под этим, и как это отличается от других путей познания, яснее всего можно показать через истории.

## Узнавание

[ Полностью эту историю можно найти в книге Берта Хеллингера «И в середине тебе станет легко» (Издательство института психотерапии, Москва, 2003) на стр. 92 (заголовок «Середина») - прим. перев.]

*Однажды был человек, который искал для себя окончательный ответ на все вопросы. Он сел на велосипед и поехал по чистому полю.*

...

*Через некоторое время он встретил старого учителя. Он спросил «Что ты делаешь, когда ты хочешь помочь другим? Люди часто приходят к тебе и просят советы о вещах, о которых ты сам знаешь мало. Но, несмотря на это, у них дела идут лучше после беседы с тобой».*

*Учитель ответил: «Если кто-то остановился и не хочет двигаться дальше, то дело не в знании. Это происходит потому, что он ищет безопасности там, где требуется мужество, и хочет быть свободным тогда, когда верный путь уже может быть только один. И тогда он ходит по кругу. Учитель же не поддается иллюзиям и отговоркам. Он обращается к центру, остается там и ждет - как тот, кто разворачивает паруса, чтобы поймать ветер - пока к нему не придет такое слово, которое, возможно, принесет силу. И тогда, когда другие приходят к нему, они обнаруживают его уже в том месте, куда им самим нужно идти. Ответ, который приходит - это ответ для них обоих. Здесь оба слушатели.»*

*И затем учитель добавил: «И в этом центре приходит легкость».*

## Научный путь и путь феноменологического познания

Есть два способа действия, которые могут давать видение. Один способ действия заключается в том, чтобы достигнуть и завладеть чем-то, что было ранее неизвестным, и затем сохранять это до тех пор, пока оно не будет полностью освоено и ему не будет найдено применение. Научное исследование как раз действие такого рода, и мы знаем, как сильно это изменило, обогатило наш мир и наши жизни, и сделало их более безопасными.

Второй способ действия возможен тогда, когда мы останавливаемся в своих попытках овладеть, и вместо того, чтобы направляться к конкретному, достижимому объекту, мы смотрим на всю картину в целом. Наш взгляд может охватить много вещей одновременно, если мы разрешаем себе действовать именно так. Например, когда мы смотрим на простирающийся перед нами ландшафт, или на задачу, которую надо выполнить, или на проблему, которую надо решить, мы осознаем, что наш взгляд направлен в равной степени и на все и ни на что конкретное. Вы можете видеть полноту и принять ее только тогда, когда вы отошли от деталей. Делая это, мы приостанавливаем наше стремление к присваиванию и отступаем в сторону, пока мы не придем в некоторое пустое место, из которого мы можем воспринять всю полноту и разнообразие проявляющегося.

Вот эта пауза и это движение в сторону и есть то, что я назову феноменологией. Этот путь приводит к иному роду видения, чем путь овладения и присваивания, и два пути дополняют друг друга. В научном, активном виде познания, мы иногда должны сделать паузу и оторвать свой взгляд от поставленной узкой цели и посмотреть на общую картину, отвлечься от непосредственной работы и осмыслить пройденное. И наоборот, то в **идение**, которое мы получаем посредством феноменологического познания, нуждается предметном рассмотрении и проверке в конкретных условиях.

## Процесс

На пути феноменологического познания, вы погружаете себя во множество частных явлений в пределах какого-то горизонта наблюдения, не выбирая меду ними и не придавая ни одному из них никакого особенного значения. Этот способ познания требует освобождения от всего предвзятого, от внутренних склонностей и предпочтений, будь то эмоции, намерения, суждения. Это восприятие направленное и не направленное, собранное и опустошенное в одно и то же время.

Феноменологическое отношение требует от нас держать себя в состоянии, содержащем в себе готовность к действию, но без самого действия. Через это внутреннее напряжение, мы приходим в высшее состояние собранности и готовности. Выдерживая это напряжение, вы обнаружите через некоторое время, что разнообразие в пределах наблюдаемого горизонта ведет к единому центру, и неожиданно вы увидите взаимосвязи, возможно даже особый порядок вещей, некоторую истину и даже, может быть, следующие шаги, которые нужно предпринять. Это видение приходит как бы извне, и воспринимается как дар. Такое в

**и**

дение, как правило, конечно.

## **Отступая в сторону**

Первое требование для получения опыта такого рода - это отсутствие намерений. Если у вас есть намерения, вы привносите в реальность свои собственные неразрешенные мотивы, и можете даже преобразовать эту реальность в своем восприятии так, чтобы она соответствовала вашему внутреннему представлению, и вы даже можете убеждать или влиять на людей исходя из своей внутренней картинки. Если вы делаете это, то вы поступаете так, как будто вы некоторым образом выше реальности, как будто реальность - это объект, а вы субъект, вместо того, чтобы, напротив, самому быть частью реальности. Что от нас требуется - так это отпустить свои намерения, даже хорошие намерения. Даже здравый смысл говорит нам о том, что если мы действуем с хорошими намерениями, даже с самыми лучшими намерениями, мы очень часто получаем нечто нежелательное. Намерения не ведут к пониманию