

Секция 2. ХРИСТИАНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И АНТРОПОЛОГИЯ НА ПРАКТИКЕ

УДК 159.93+159.923.32+27–4+165.641

Зенько Юрий Михайлович
(Санкт-Петербург)

СЕНСОРИКА, ОРГАНЫ ЧУВСТВ: СЕНСУАЛИСТСКИЙ И ХРИСТИАНСКИЙ ПОДХОДЫ

Аннотация: Современный информационный бум имеет много негативных последствий. Для решения этих проблем необходима культура использования информации, и в первую очередь — сенсорная культура. И эта культура заключается в первую очередь в умении различать и отбрасывать информацию вредную, пустую или просто ненужную. И святоотеческое учение о хранении органов чувств, с его многовековым опытом, здесь будет как нельзя кстати.

Ключевые слова: европейская наука, сенсуализм, органы чувств, хранение органов чувств, сенсорика, развитие сенсорики, сенсорная культура, нейро-лингвистическое программирование, НЛП, реклама, эротика.

В европейской науке до сих пор господствует сенсуализм — учение, признающее ощущения единственным источником познания. И это не случайно и связано с условиями возникновения и формирования самой европейской науки. В первую очередь здесь сказались ее секулярные, антицерковные тенденции: наука попыталась противопоставить религиозной вере эмпирическое знание о внешнем сенсорно воспринимаемом мире. Таким образом, сенсуализм был тем фундаментом, на котором строилась западная философия и наука, а во многом и обывденная жизнь. Неудивительно, что практически все западные психологические и педагогические учения также сенсуалистичны и по форме, и по содержанию. Мало того, что они ставят сенсорику во главу всех своих теоретических построений, кроме того, и в практическом плане они уделяют ей непропорционально большое внимание. В результате этого весь человек, наделенный сознанием и самосознанием, волей, памятью, вниманием, эмоциями и т. д., сводится до уровня «человека ощущающего», что, конечно же, просто недопустимо. Западный сенсуализм перешел и в американскую науку, в которой он получил еще большее развитие: особенно в бихевиоризме и когнитивной психологии.

В советской психологии и педагогике сенсуализм был официально признанной позицией. Так, например, уже в 1918 г. «мать советской педагогики», Надежда Константиновна Крупская, давала следующую установку: «Школа должна с самого раннего детства укреплять и развивать внешние чувства: зрение, слух, осязание и пр., так как это те органы, при помощи которых человек познает внешний мир. От их остроты, совершенства, развития зависит сила и разнообразие восприятий» (Крупская, 1958, с. 11). И во многом эта сенсуалистическая установка (где осознанно, а где неосознанно) продолжалась и дальше (см. напр.: Сенсорное воспитание дошкольников, 1963), и сохранилась до сегодняшнего дня. Это, безусловно, тема отдельного и подробного анализа, который не входит в рамки данной работы. Мы же переключим свое внимание на другую принципиальную проблему: что может быть плохого в развитии органов чувств самих по себе?

«Развитие сенсорики» не так безобидно, как это может показаться с первого взгляда. Например учение нейро-лингвистического программирования (НЛП) также столь сенсуалистично, что практически немислимо без своей «работы с сенсорными модальностями». И уже во многих наших школах НЛПисты учат «смотреть и слушать» наших детей, а многие педагоги не видят в этом ничего плохого. Но каковы конечные цели развития сенсорных модально-

стей для НЛП? По откровенному признанию самих ее основателей, Бэндлера и Гриндера, через совершенствование обычных сенсорных модальностей они хотят обнаружить экстрасенсорные каналы восприятия информации, и этой цели они даже посвящают специальную исследовательскую программу (Бэндлер, Гриндер, 1995, с. 264). И в этом они не новы. В нашей стране парапсихологические исследования (во время хрущевской оттепели) также шли совместно с изучением и развитием необычных сенсорных способностей, например, чувствительности кожи рук к цвету. А про настоящее время и говорить нечего. Ни для кого не секрет, что путь к «ясновидению» и «яснослышанию» у многочисленных современных «эзотериков», магов, колдунов и контактеров начинался именно с работы с органами чувств. Поэтому нет ничего удивительного, что многие псевдодуховные учения так настоятельно рекомендуют развивать физические чувства «плотного тела» для поднятия «в более высокие Сферы Бытия» (Наумкин, 1993, с. 86). В этом им есть у кого учиться — хотя бы у теософско-индийской традиции начала нашего века: «Необычные чувственные восприятия естественным образом следуют за дхараной, упражнениями концентрации внимания. Йога учит, что когда ум сосредоточивается на кончике носа, то через несколько дней человек начинает чувствовать удивительное благоухание. При сосредоточении на корне языка появляются слуховые ощущения, при сосредоточении на кончике языка — вкусовые, при сосредоточении на средней части языка возникает чувство прикосновения к чему-то. Сосредоточив все внимание на нёбе, человек начинает видеть паразитические вещи» (Вивекананда, 1993, с. 197).

В **святоотеческой** традиции зрению и слуху, да и вообще органам чувств уделялось достаточно много внимания, но при этом направленность работы с ними была совершенно другая, чем в светской психологии и педагогике (Зенько. 2023, с. 66–82). Признавая важность сенсорики, святоотеческое учение использует по отношению к ней ограничительную стратегию: ибо, по ее мнению, сенсорика входит в общую структуру души в качестве нижнего, зависимого звена, которое должно контролироваться высшими душевными силами. Поэтому, с этой точки зрения, органам чувств необходимо не искусственное развитие, что нарушает общий баланс всех душевных процессов, а наоборот, работу органов чувств необходимо контролировать и согласовывать с другими силами души. Русский святитель XIX, еп. Феофан Затворник об этом писал так: «Владей чувствами, особенно зрением и слухом, связи, держи язык. Кто не обуздает сих трех, того внутреннее — в расхищении,

в расслаблении и плене; того нет внутри; ибо это суть проходы души изнутри вовне, или окна, выстужающие внутреннюю теплоту» (Феофан еп. 1908, с. 248). Этими ясными и душеспасительными словами свт. Феофан объяснял для нашего времени смысл и дух святоотеческого учения, к изложению которого мы сейчас и перейдем.

Прп. Фалассий (VI в.) советовал: «Приведи чувства в подчинение уму, и не давай им времени развлекать его» (1900, с. 299). Он же подчеркивал: «Да служат тебе чувства и вещи чувственные к духовному созерцанию, а не к удовлетворению похоти плотской» (там же, с. 310). Варсонофий Великий (VI в.): «Усильно обуздывая органы чувств твоих: зрения, слуха, обоняния и осязания, и преуспеешь благодатию Христовою» (Варсонофий Великий, Иоанн, 1995, с. 191). Филофей Синайский, подвижник IX в., об этом пишет так: «Когда ум изнутри не обуздывает и не вяжет чувств, тогда глаза всюду разбегаются из любопытства, уши любят слушать суетное, обоняние изнеживается, уста становятся неудержимыми, и руки простираются осязать то, что не должно. За этим последуют вместо правды неправда, вместо мудрости — неразумие, вместо целомудрия — блудничество, вместо мужества — боязливость» (Филофей Синайский, 1900, с. 410). Он же писал: «Кто с некоторым насилием удерживает пять своих чувств... тот всячески соделывает для ума легчайшими сердечный подвиг и брань» (там же, с. 414). Никита Стифат (XI в.), византийский монах, мистик, последователь Симеона Нового Богослова: «Когда пятерица чувств подчинена четырем главнейшим добродетелям и хранит всегдашнюю им благопокорность, тогда естество тела... не мешает колесу жизни двигаться безмятежно» (Никита Стифат, 1900, с. 161).

Таким образом, со святоотеческой точки зрения органы чувств требуют в первую очередь улучшения, очищения и охранения (овладения), что позволит сохранить чистоту и правильную работу всей души в целом. Известный христианский богослов IX в. Феодор Эдесский об этом писал так: «Будем стараться под руководством разума образовывать и улучшать чувства; и больше всего глаза, уши» (1825, с. 167). И это не было каким-то маловажным или второстепенным делом, это было частью христианского учения о спасении, ибо «ничто так не посползновенно на грех, как эти органы, не управляемые разумом» (там же). В католичестве даже появилась особая методика работы с органами чувств. Игнатий Лойола в своих «Духовных упражнениях» (*«Exercitia spirituala»*) призывал: «Старайтесь в Вифлееме, старайтесь даже на Голгофе применять пять чувств: стремитесь видеть, слышать, вкушать,

осязать, обонять Страсти Христовы» (цит. по: Соколов, 1902, с. 88–89). При этом существовали специальные упражнения по работе с каждым из органов чувств, каждое из упражнений продолжалось по крайней мере час и исполнялось по несколько раз в день. Но эти упражнения не были просто «сенсорным тренингом», которым в настоящее время занимается нейро-лингвистическое программирование. Этими упражнениями достигалось правильное использование органов чувств для духовного развития человека. Хотя, конечно, нельзя не отметить, что с восточно-христианской точки зрения в таком использовании органов чувств слишком много чувственного и плотского.

Одновременно с очищением органов чувств нужно и их постоянное **охранение**. Свт. Григорий Богослов (IV в.): «Залепляй воском уши от гнилого слова... Не обольщайся чрез меру приятностями запахов, мягкостью осязания и вкусом» (Григорий Богослов, т. 2, 1994, с. 227). Максим Исповедник (VII в.): «душа закрывая чувства, словно врата, делает их чистыми от греховных образов» (1993, с. 177). Феодор Студит (XI в.): «Жадными очами не делайте страстных воззрений и сами себя не подвергайте очарованию. Заткните ухо от слышания неразумных речей и бесполезных сказаний... Руки, ноги, и все члены ваши да будут защищены от всего страстного» (1901, с. 40). Он же предостерегает: «надлежит блюсти чувства, особенно зрение, чрез которое, при неосмотрительном его употреблении, наипаче обык враг наш ввергать в душу страстный огонь» (там же, с. 61). Феодосий митр. Филадельфийский (XIV в.): «Храни чувства, и упразднишь услаждение чувственным» (1900, с. 176). Диадок, еп. Фотики (V в.): «зрение, вкус и прочие чувства рассеивают память сердца, когда пользуемся ими без меры...» (1900, с. 36). Кроме того, по его мнению, «все чувства телесные сопротивляются вере, так как чувства вкушать ищут только настоящего — присущего, а вера обещает богатство благ будущих» (там же, с. 35). Филофей Синайский (IX в.): «каждый из нас должен хранить свои чувства и каждодневно очищать себя от страстных воздействий и прегрешений. Как прежде в дни неразумия нашего, когда вращались в мире в суете ума, всем умом и всеми чувствами работали мы прелести греховной, так теперь преложившись на жизнь по Богу, надлежит нам всем умом и всеми чувствами работать Богу живому и истинному, Божией правде и воле» (Филофей Синайский, 1900, с. 417).

Традиция хранения органов чувств имеет в христианстве глубокие корни. Уже в IV в. у св. Ефрема Сирина можно найти слово «О хранении очей и языка» и поучение с длинным названием:

«О том, что не должно блуждать туда и сюда глазами, но поникать взором вниз, душою же стремиться вверх к Господу». Хранение же органов чувств необходимо по той причине, что «где оскверняется слух, оскверняется зрение, оскверняется и сердце, принимая непотребное через зрение и слух», — Григорий Нисский (IV в.) (1872, с. 457). Таким образом, «эти окна (органы чувств — Ю. З.) нужно открывать для Бога и закрывать для греха», — Иоанн Постник патр. Константинопольский (VI в.) (1826, с. 252). «Когда приобретаем некоторый навык в воздержании и удалении от видимых зол, производимых пятью чувствами, то после сего возможем и сердце свое блюсти с Иисусом и просвещаться в нем от Него, и с теплым некоторым расположением вкушать умом благодати Его» (Филофей Синайский, 1900, с. 404).

Еще с большим вниманием к проблеме органов чувств относятся в христианском **монашестве**. В «Невидимой брани» афонского монаха Никодима Святогорца (1749–1808) хранению органов чувств посвящается 24-я глава 1-й части, под характерным названием: «Общие уроки об употреблении чувств». Вот что он пишет: «Каждое чувство имеет свой круг предметов, приятных и неприятных. Приятными услаждается душа и, привыкши к сему, образует в себе похотение к ним. От каждого чувства внедряется, таким образом, в душу несколько похотений, или склонностей и пристрастий» (Никодим Святогорец, 1996, с. 126). Таким образом, встает важная и крайне актуальная проблема грехов, связанных непосредственно с органами чувств как таковыми. Этой проблеме в 1888 г. еп. Виссарион (Нечаев) (1823–1905) посвятил отдельную работу, в которой он анализирует грехи зрения, слуха, осязания, вкуса и обоняния, внутреннего чувства. Чего стоит один такой грех слуха, как подслушивание. И не только как удовлетворение своего любопытства: еще в конце прошлого века были живы некоторые формы подслушивания, которые являлись остатками языческих суеверий (Виссарион (Нечаев), 1899, с. 15). Злоупотребляющим чувством слуха, любящим склонять слух к тому, от чего его следует отвращать, он советует вспомнить, что «первый грех вошел в мир путем слуха», что «не послушай Ева речей диавола, не было бы греха в людях» (там же, с. 17). А великий христианский аскет IV в. Ефрем Сирийский выражается еще резче: «Слух есть широкая дверь. Эту дверь смерть вошла в мир, пожрала столько народов и все еще не насытилась! О, крепко надобно запирать сию дверь!» (Ефрем Сирийский, 1834, с. 40).

Сильна человеческая привычка к зрелищу, в которое она превращает любое ширококомасштабное событие, пусть даже и связан-

ное с духовной и религиозной жизнью. Отмечая недостаточное благоговение на крестных ходах, еп. Виссарион (Нечаев) с горечью писал: «На крестные ходы собираются тысячи народу, но зачем? Немногие здесь являются богомольцами, остальные — все зрители» (1899, с. 8). Остро стояла эта проблема в раннем христианстве, которое находилось в необъятном языческом море. Древнеримские плебеи требовали: «Хлеба и зрелищ!». И если, порой, хлеба могло и не хватить на всех, то зрелищ было в избытке. Безусловно, зрелища были большим соблазном и для христиан, недаром многим учителям Церкви приходилось предостерегать от них. Варсонофий Великий (VI в.) писал: «всякие зрелища суть не что иное, как лавки дьявольские, и старающийся о устройении их отпадает от стада Христова и делается добычею дьявола. Мы же знаем, что вы чада Церкви Христовой и всегда стараетесь делать угодное Ему, и не имеете нужды в учении, а лишь в напоминании, чтобы не входить в общение с теми, которые стремятся учредить зрелища дьявольские...» (Варсонофий Великий, Иоанн, 1995, с. 492–493). Тертуллиану († 211 г.) пришлось писать по этому вопросу специальную работу «О зрелищах». В ней он обращается к своим единоверцам: «Следуя правилам веры, началам истины и законам благочестия, познайте обязанность свою удаляться от соблазна зрелищ, как и от прочих мирских грехов» (Тертуллиан, 1994, с. 277). Тертуллиан жил в то время, когда язычество еще помнило и, главное, не скрывало свои истоки. Исследуя древние и современные ему источники, Тертуллиан приходит к однозначному выводу относительно всех зрелищ и игр: «их происхождение, постановка и наименования не имеют иного источника, кроме идолопоклонства» (там же, с. 285). Например, конные ристалища связаны с поклонением Солнцу, сценические зрелища — с культом Венеры и Либера, поэтические состязания — с почитанием Марса, гладиаторские бои — с культом почитания предков (там же, с. 282–285). Особенно интересно будет узнать в наше спортивное время, что без религиозно-языческой подоплеки не обходились и Олимпийские игры, которые были посвящены Юпитеру (там же, 284). Закономерно, что по мере расширения христианства все эти языческие зрелища и игры, в том числе и Олимпийские, теряли свое значение, сходили на нет и прекращали свое существование. И наоборот, по мере секуляризации Европы и отхода ее от христианства, в самом конце прошлого и начале нашего века большое внимание стали обращать на зрелища и спорт. В частности, в 1896 г. были возрождены Олимпийские игры. Сейчас уже ни для кого не является секретом, что современный

спорт давно превратился в «большую политику», став также, как и последняя, достаточно грязным делом.

Хранение органов чувств достаточно широкая и важная проблема. И хранить свои органы чувств нужно не только монахам. Как раз наоборот: монах в своей келье далек от тех многих физических соблазнов, которые окружают мирян со всех сторон. И это не только религиозная проблема, но и психологическая. Возьмем, например, **рекламу**. В России рекламный бум начался не так давно, но, тем не менее, уже у многих реклама вызывает резко отрицательное отношение. Ее однотипность, безвкусице и, особенно, навязчивость и в самом деле просто поражают. Нужны, конечно, и общегосударственные законы и мероприятия, ограничивающие рекламу, но пока в данной ситуации важную роль могли бы играть психологи: они помогали бы желающим отстраиваться от внешней навязчивой информации, охраняя этим свою душу и свои органы чувств.

Особо важная тема — использование в рекламе и другой видеопродукции эротики. Иногда говорят, что надо разделять хорошую эотику от плохой порнографии. Но здесь необходимо отдавать себе отчет в нескольких моментах. Во-первых, что для взрослого может быть «легкой эротикой», то для ребенка может быть причиной глубокой психологической травмы на всю жизнь. Во-вторых, даже если степень эротизации сдерживать, то все равно происходит ее постепенное увеличение: по народной мудрости «хорошему надо учить, а плохое само передается». Это знала и понимала христианская церковь. Вот что гласит 100-е правило шестого Вселенского собора (680 г.): «Очи твои пусть право да зрят и всецем хранением блюди свое сердце, завещевает премудрость (Притч. 4, 23. 25), ибо телесные чувства очень удобно передают свои впечатления душе. Поэтому мы повелеваем, чтобы отныне не начертывать... изображений, чарующих зрение, растлевающих ум и приводящих к взрыву нечистых страстей. Если кто отважится делать это, будет отлучен» (Деяния вселенских соборов, т. 4, 1996, с. 297).

И в заключение надо отметить, что современной педагогике и психологии необходимо правильно понять и использовать святоотеческий опыт по охранению органов чувств (Зенько. 2020). И здесь необходимо избегать и излишнего упрощения, и ненужного максимализма. Не законопачивать и зацементировать наглухо уши и глаза предлагают святые отцы христианской церкви. Основную их мысль, переводя на современный язык, можно выразить так: необходимо учиться контролировать процесс восприятия информации, необходимо быть при этом сознательными и изби-

рательными. Наше компьютерное и информационное время показало насколько актуальны и злободневны эти проблемы. Просто поражает современная сенсорная всеядность, выходящая за все разумные границы. В конечном итоге в наше время информация все больше превращается в некое подобие наркотика, с наличием соответствующих эффектов: привыкания, увеличения дозы, «ломки» и т. д. Для решения этих проблем необходима культура использования информации, и в первую очередь — **сенсорная культура**. И эта культура, безусловно, заключается не столько в умении находить и «потреблять» любую информацию, сколько в умении различать и отбрасывать информацию вредную, пустую или просто ненужную. И святоотеческий подход с его здоровой, охранительной тенденцией здесь будет, безусловно, как нельзя кстати.

Литература

Бэндлер Р., Гриндер Д. Наведение транса: Использование методик гипноза в НЛП. М.: Прозерпина, 1995. 302 с.

/Варсонофий Великий, Иоанн/. Преподобных отцев Варсануфия Великого и Иоанна руководство к духовной жизни в ответах на вопрошания учеников. М.: Правило веры, 1995. 496 с.

Вивекананда Свами. Четыре йоги / Пер. с англ. М.: Прогресс, Прогресс-Академия, 1993. 528 с.

Виссарион (Нечаев), еп. Грехи чувств. М., 1899. 32 с.

Григорий Богослов, свят. Собрание творений в 2-х т. М., 1994.

Григорий Нисский, свят. Творения. Ч. 8. М., 1872.

Деяния Вселенских Соборов. В 4 т. СПб.: Воскресение, 1996.

Диадок. Подвижническое слово // Добротолюбие. 2-е изд. Т. 3. М., 1900. С. 8–74.

/Ефрем Сирин, св./ Избранные мысли из писаний св. Ефрема Сирина // Христианское чтение. 1834. Ч. 4. С. 39–44.

Зенько Ю. М. Как выжить в эпоху информационного взрыва? При помощи христианской практики хранения органов чувств! СПб.: ЦХПА, 2020. 192 с.

Зенько Ю. М. Православная психология. СПб.: ЦХПА, 2023. 320 с.

Иоанн Постник. Послание к деде преданной Богу о покаянии, воздержании и девстве // Христианское чтение. 1826. Ч. 24. С. 246–306.

Крупская Н. К. К вопросу о социалистической школе // Ее же. Педагогические сочинения. Т. 2. М., 1958. С. 7–18.

Максим Исповедник, св. Творения. Кн. 1. М., 1993.

Никита Стифат, прп. Третья умозрительных глав сотница — о любви и совершенстве жизни // Добротолюбие. Т. 5. М., 1900. С. 144–161.

Никодим Святогорец, прп. Невидимая брань. М., 1996. 446 с.

Сенсорное воспитание дошкольников / Под ред. А. В. Запорожца, А. П. Усовой. М.: Изд-во АН СССР, 1963. 228 с.

Соколов П. П. Вера. Психологический этюд. М., 1902. 120 с.

Тертуллиан. О зрелищах // Его же. Избранные сочинения. М., 1994. С. 277–293.

Фалассий, авва. О любви, воздержании и духовной жизни к пресвитеру Павлу // Добротолюбие. 2-е изд. Т. 3. М., 1900. С. 290–317.

Феодор, еп. Едесский. Сто весьма душеполезных глав // Христианское чтение. 1825. Ч. 17. С. 123–177.

Феодор Студит, прп. Подвижнические монахам наставления // Добротолюбие. 2-е изд. Т. 4. М., 1901. С. 19–634.

Феолипт Филадельфийский. Девять глав // Добротолюбие. 2-е изд. Т. 5. М., 1900. С. 175–178.

Феофан (Говоров), еп. Путь к спасению. (Краткий очерк аскетике). 9-е изд. М.: Тип. И. Ефимова, 1908. 346 с.

Филофей Синайский. 40 глав о трезвении // Добротолюбие. 2-е изд. Т. 3. М., 1900. С. 401–421.

Зенько Юрий Михайлович (Санкт-Петербург), психолог, директор Центра христианской психологии и антропологии; zenko_y@mail.ru.

Ссылка на публикацию:

Зенько Ю. М. Сенсорика, органы чувств: сенсуалистский и христианский подходы // Современная христианская психология и антропология: актуальные вопросы. Материалы шестой всероссийской конференции. Санкт-Петербург, 2 ноября 2025 г. СПб.: ЦХПА, 2025. С. 63–72.