

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

Том 1

Психология личности

Самара 1999

Издательский Дом «БАХРАХ»

ББК 88

Р 18

ХРЕСТОМАТИЯ ПО ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ

Редактор-составитель - *ДМ. Райгородский*

Предисловие - *ДМ. Райгородского*

Научные рецензенты:

доктор психологических наук *Г.В. Акопов*

кандидат психологических наук *П.В. Яньшин*

Самарский Государственный Педагогический Университет

- Р 18** Райгородский Д.Я..
Психология личности. Т.1. Хрестоматия. Издание второе, дополненное. - Самара: Издательский Дом "БАХРАХ", 1999. - 448 с.

ISBN 5-89570-007-1

Предлагаемая книга - это первое в отечественной практике издание, где изложены теории личности величайших психологов XX века, и каждая теория сопровождается текстом классиков психологии, представленных в этой книге.

Это поможет читателю осмыслить значение разных теорий в постижении сложного мира личности. Книга предназначена для психологов, философов, педагогов, юристов, а также для всех тех, кто интересуется психологией личности.

ISBN 5-89570-007-1

© Д.Я. Райгородский, 1999

© Издательский Дом "БАХРАХ", 1999

ПРЕДИСЛОВИЕ

Книга возникла на основе курса лекций, читаемого составителем в Самарском филиале университета Российской Академии образования. При этом ставилась задача реализации нескольких целей.

Сама форма дистантного обучения, обширная география проживания студентов — от крупных городов до небольших поселков, — обострила проблемы поиска и приобретения литературы по специальным вопросам. Проблема обостряется и тем, что сегодня, в силу финансовых проблем, существующие библиотеки не имеют возможности обеспечения литературой многочисленной студенческой аудитории.

Несмотря на то, что за последние годы выпущено множество книг, связанных с психологией личности, малые тиражи и коммерческая основа книготорговли привели к тому, что покупаемые частными фирмами небольшие количества книг раскупаются в крупных городах, оставляя периферию без литературы. Отсюда и возникла цель - дать будущему психологу, где бы он ни проживал, такую книгу, которая ввела бы его в курс проблем психологии личности на уровне классических форм образования.

Но была и методологическая цель.

За последние 75 лет была предпринята всего одна попытка издания учебного пособия по теории личности в зарубежной психологии. Но внешняя и внутренняя цензура, партийно-идеологическое неприятие "чуждых нам" теорий сделали сегодня эту книгу скорее "памятником застоя" нежели учебным пособием.

Почти одновременно, в 1982 г., вышла книга "Психология личности". Тексты. Для поколения психологов тех лет эта книга была как "глоток свободы". Вдруг оказалось, что есть У.Джеймс, с его "физической", "духовной" и "социальной" личностями. Есть А.Маслоу с его "бытийными ценностями" и "мета-потребностями", реализация которых составляет смысл жизни, и желанием увидеть человека "под знаком вечности". Есть К.Хорни, которая убеждена, что люди "хотят, чтобы их любили". Есть Э.Фромм с его "социальным характером". И многие, многие другие. Эта книга, которая и сегодня не только не устарела, но заслу-

живает переиздания, глухим молчанием обошла психоаналитические концепции теории личности.

Для заполнения "психоаналитического вакуума" студенту предлагались регулярные "критические обзоры зарубежной психологии", пестревшие цветистыми штампами низкой пробы: "Психоанализ - лжеучение"; архетипы Юнга — "признак расового бессознательного", от которого один шаг до расизма; "индивидуальная психология" Адлера — подмена классовой борьбы осознанием собственной врожденной неполноценности и искусственное, насыщенное суррогатом "чувства власти и превосходства над окружающим".

Один из крупнейших советских психологов А.Н.Леонтьев так сформулировал общую позицию: "Методологическому плюрализму советские психологи противопоставили единую марксистско-ленинскую методологию, позволяющую проникнуть в действительную природу психики, сознания человека"¹. Подобная "методология" насаждалась в течение многих десятилетий.

Стремление дать читателю, будущему психологу, не тусклый мир методологического монополизма, а драматическую полифонию личностной Вселенной, выстроенной и обогащенной архитектурой методологического плюрализма — такова была главная — методологическая — цель.

Момент встречи читателя с самим понятием психология личности во всем его многообразии, с теорией личности, с текстом — это та "точка бифуркации", где рушится существовавший до этого мгновения горизонт ожидания — этот комплекс психологических представлений, определявший отношение читателя к себе, обществу, миру.

Само понятие "точка бифуркации" говорит не только и не столько о разрушении, сколько о том, что личность изменяет направление движения. Начинает создаваться новый горизонт ожидания — происходит изменение "Эго-центрированности".

Но осознать, что это значит для вчерашнего школьника, значит понять, что ты соучаствуешь в тайне. Медленно раскрывающейся тайне собственной личности, такой знакомой и такой таин-

¹ Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: в 2 т. М., 1983. Т.2, с.95.

ственной. Это состояние лучше всего передал К.Юнг: "Эта перемена наделяет личность каким-то доселе неизвестным смыслом. Она уже более не являет собою известное и социально-определенное Эго, но внутренне противоречивое суждение о том, чего же она собственно стоит — для других и для себя самой... И при этом с одной стороны, мир внутренний берет на себя значительную часть бремени мира внешнего, тем самым мир внешний теряет часть своей тяжести. С другой стороны, мир внутренний обретает больший вес, поднявшись до уровня некоего этического трибунала".

Этот процесс проходит три стадии: удивление, сомнение, вопрошание (осознание). К.Ясперс.

Эта философская модель, зачастую может быть и не сформулированная вчерашним школьником, точно отражает его состояние.

Удивление помогает осознать незнание и побуждает надежду на обретение скрытой истины.

Сомнение. Человек вдруг осознает условность всех знаний о себе, мире и предписаний, которые дало ему образование на уровне средней школы. Он обнаруживает, что эти нормы и знания не несут той достоверности, которая могла бы убедить ум.

Вопрошание (осознание) рождается из этой беспомощности и порождает поиск ИДЕИ, которая помогла бы найти выход. В момент встречи с теорией личности, с текстом классиков впервые возникает психологическая коммуникация, где философская триада получает субъективно-личностную, психологическую интерпретацию.

1. Что "Я" вбираю в себя из мира?
2. К чему "Я" имею склонность и что ищу в ходе течения собственного опыта?
3. Что "Я" проектирую в мир?
4. Необусловленные значения, которые "Я" включает в свой опыт.

Эти четыре вопроса в сущности сводятся к нескольким проблемам: какую личность я хочу увидеть в себе, какую личность я вижу в другом, что я в этом мире?

¹ К.Юнг. Воспоминания, сновидения, размышления. Киев. 1994. С.340.

И здесь ясперовская триада, спроецированная на историю возникновения теорий личности, персонифицируется символическим образом.

Конец XIX XX о. З.Фрейд - УДИВЛЕНИЕ.

XIX в. — это век великих открытий, золотой век литературы, искусства, музыки, науки. Век, гордящийся своим разумом в силу высокомерия своей культуры и эйфории отношения к цивилизации. Век обожествления и рабской покорности власти интеллекта.

Еще мгновение, еще 10-20 лет и земной разум победит дикие инстинкты в человеке, обуздает первобытные разнузданные влечения. Только не привлекать внимания людей к сексуальным проблемам, отвлечь взоры от всего щекотливого, как будто ничего нет. Это сущность кодекса нравственности XIX столетия в Европе. Эту благостную картину мира, эту сконструированную идиллию, покорившую миллионы людей, разрушает один человек.

Лозунги дофрейдовской психологии, требовавшей от цивилизованного человечества, чтобы оно разумом подавляло свои инстинкты, разрушает этот Великий одиночка. Тихим голосом он заявляет, что инстинкты вообще нельзя подавить, и, если кто-то думает, что будучи подавленными, они исчезают, то это поверхностная, необидительная точка зрения.

Их можно только оттеснить из сознательного в бессознательное. Но, скопившись в этой таинственной области психики, они порождают беспокойство, расстройство, болезнь.

Пренебрегаемые моралью, силы либидо составляют неотъемлемую часть человека. Это — стихия, которую не дано устранить!., но в лучшем случае можно переключить на безопасную для человека работу путем перенесения их в сознание. И рождается мысль, чеканная как афоризм: сублимация породила цивилизацию. За исключением религиозной области история цивилизации не знает другого такого феномена "культурного шока", каким было явление психоанализа миру. И сегодня, спустя 100 лет после его появления, страсти не утихают. Предлагаемая "антология" ненависти и восхищения - лишь слабые отзвуки канонады.

1915 г. И.Звево - Сознание Зено.

Психоанализ! Абсурдная иллюзия, трюк, способный возбудить лишь несколько старых истеричек.

1921 г. — Герман Гессе — Письма.

Для меня психоанализ стал тем очистительным огнем, через который мне необходимо пройти и который очень сильно жжет.

1924 г. — А.Бретон. — Манифест сюрреализма.

Благодаря большой случайности... была выведена на свет часть интеллектуального мира, на мой взгляд наиболее значительная, о которой мы и не подозревали.

1932 г. — А.Брагалья - "Муссолини против Фрейда".

Психоаналитик - это последователь Фрейда, биограф жестокого инстинктивного Я: это похоже на то, как некто благовоспитанный начал бы развешивать грязное белье на парапете бульвара во время воскресного гулянья.

1946 — А.Бегин — Романтическая душа и сновидения.

Эта доктрина (психоанализ) опирается на метафизику... Несомненно, сознание и подсознание обмениваются своим содержанием, но цикл, составляемый этими двумя частями нас самих, является закрытым, чисто индивидуальным.

1968 г. — Э.Эриксон — Лютер перед Лютером.

Тот факт, что психоанализ впервые в истории человечества высветил сексуальность со всеми ее разнообразными проявлениями и превращениями, чуждыми логике и этике, затмил собой другой факт — что вместе с психоанализом зародилась новая форма аскетизма, героического самоотречения — из тех, которые способны обеспечить прогресс морального сознания.

1976 г. — Э.Блох — Принцип надежды.

Чего хочет Фрейд — это заставить разум пролить свет на бессознательное, заторможенное, очистив таким образом человека от остатков лицемерия, за которым скрывается настоящая причина любого невроза.

1978 — А.Кардине — Мой анализ с Фрейдом.

Что я испытал, читая Фрейда, - это ощущение приключения, переживаемого в состоянии некоего гипноза, очарованный его обаянием, силой убеждения и гением.

1981 г. А.Валлон — Валлон читает Фрейда и Пиаже.

Огромной заслугой Фрейда является попытка показать, что мир не раз и навсегда был предоставлен во всем своем разно-

образин, органам чувств, но он завоеван в результате последовательных действий, главным создателем которых служит желание¹.

Таков был результат УДИВЛЕНИЯ, вызванный психоаналитической теорией личности З.Фрейда.

XX век - Б.Скиннер - К.Роджерс - СОМНЕНИЕ.

Многочисленные авторы теорий личности, которые возникали или наперекор психоанализу, или, попадая под его воздействие, все же сохраняли собственное видение психологии личности, располагаются на воображаемой линии континуума, на одном конце которой стоит направление бихевиоризма, представленное Уотсоном-Скиннером, а на другом — гуманическая психология, представленная именами К.Роджерса, Ш.Бюллер, А.Маслоу, В.Франкла и других.

Отзвуки неприязни и восхищения, вызванные психоанализом в Европе, в США не были ни услышаны, ни восприняты. Бихевиоризм завоевывал Америку! Его создатель и идеолог Уотсон был убежден, что психологию можно превратить в науку, которая открывает возможность контролировать и предсказывать поведение. Манипулируя внешними раздражителями, можно "изготовить" человека любого склада, с любыми константами поведения. Он считал, что предметом психологии является не сознание, а поведение, понимаемое как совокупность двигательных и сводимых к ним словесных и эмоциональных ответов — реакций на воздействия (стимулы) внешней среды.

Классический "манифест" бихевиоризма Уотсон сформулировал выразительно: "Дайте мне дюжину здоровых восприимчивых детей, позвольте воспитывать по моему методу, и я гарантирую, что сделаю любого из них кем захочу - врачом, юристом, художником, коммерсантом, даже попрошайкой или вором, независимо от его талантов, склонностей, стремлений, возможностей, призвания и наследственности..."

Бихевиоризм в США развивался столь же стремительно, как и психоанализ в Европе.

Последователь Уотсона, развивший и дополнивший его идеи,

¹ Дадун Р. Фрейд М. 1994. С.486.

Б.Ф.Скинер пошел еще дальше. В одной из своих работ он писал, что за всю свою жизнь он имел только одну идею - идею "управления" поведением. Один из самых непримиримых противников Скинера, один из авторов гуманистической психологии — К.Роджерс писал: "Наука о поведении несомненно движется вперед в своем развитии. Предоставляемая ею власть управлять поведением будет сосредотачиваться в руках одного человека или группы. Этот человек или группа, несомненно, будут выдвигать свои цели, а большинство из нас при этом все в большей мере будет подвергаться управлению с помощью столь тонких средств, что мы даже не будем осознавать их как средство управления. Таким образом, независимо от того, принадлежит ли власть совету мудрых психологов, или Сталину, или Старшему Крату¹ и является ли их целью счастье, производительность, преодоление эдипова комплекса, подчинение или любовь к Старшему Брату, мы несомненно будем приближаться к поставленной цели, возможно думая при этом, что сами желаем достичь ее. Таким образом, оказывается, что наступает какая-то разновидность полностью управляемого общества... Вы вправе спросить: "А как насчет личной свободы, ...демократических концепций прав человека?..." Все эти альтернативные причины лежат вне человека"-.

Бихевиоризм - это рычаг для создания проекта мира, созданного властью, в котором поведенческие науки используются как инструмент управления людьми, причем не только поведением, но и мыслями.

Пройдет 10 лет и Г.Маркузе, оценивая современное общество, констатирует, что этот проект мира — реализован.

"В этом обществе аппарат производства тяготеет к тоталитарности в той степени, в которой он определяет не только социально необходимые профессии, умения и установки, но также индивидуальные потребности и устремления. Таким образом, предается забвению противоположность частного и публичного существования, индивидуальных и социальных потребностей. Технология служит установлению новых, более действенных и более приятных форм социального контроля и социального сплыва-

¹ Оруэл. 1984. М. 1993.

² Карл Р.Роджерс. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М., 1994. С. 453.

ния. Тоталитарная тенденция этого контроля утверждается еще и другим способом — путем распространения в менее развитых областях мира и путем создания сходных черт в развитии капитализма и коммунизма"¹.

Эта концепция управляемого общества, где человек не более чем манипулируемый "объект", концепция социального инкубатора, где нужны только задаваемые параметры, и можно осуществлять управление мотивацией, формирование интересов, и даже программировать "параметры" будущих поколений, породила, как антипод, как альтернативу, новое направление в психологии. Именно К.Роджерс — один из наиболее последовательных и непримиримых противников Скиннера, считается родоначальником нового направления — гуманистической психологии, этой "третьей силы" которая противопоставила себя не только бихевиоризму, но и психоанализу, противопоставила "глубинной психологии" — "вершинную психологию".

Для понимания значимости гуманистической психологии, с ее представлениями о человеке, целесообразно сравнить концепцию К.Роджерса с концепциями З.Фрейда и Ф.Скиннера. Если в психоанализе и других моделях конфликта жизнь человека представляется как компромисс, а ее цель — уменьшить конфликт, то в теориях гуманистической психологии жизнь — это процесс развертывания стремления к актуализации своих возможностей и способностей, генетически заложенных в человеке.

Если психоанализ постулирует, что общество находится в непрерывном конфликте с индивидом, так как требования жизни в обществе не соответствуют природе человека, то гуманистическая психология утверждает, что человек в его лучшем виде, высоко оценивающий себя и живущий полной жизнью, способен ценить людей, хорошо к ним относиться и даже находить в этом удовольствие.

"Хороший человек" — это не "невротическая личность", не "разрушитель", не конформист по отношению к обществу. Он обладает спонтанностью, индивидуальностью, воображением, доверием к себе, открытостью опыту и знанием опыта, во всем его многообразии. Все эти качества интегрируются и стремлении чело-

¹ Г.Маркузе. Одномерный человек. М., 1994. С.ХІХ

иска обрести смысл жизни. И эти поиски смысла, доступные Любому человеку независимо от пола, возраста, образования, характера и среды — являются вопросом призвания и человеку приходится отвечать на него ежедневно — не словами, а действиями, в поисках путей, делающими жизнь человека осмысленной. Эти поиски ставят перед личностью три основополагающих вопроса: что я даю жизни (в смысле творческой работы), что я беру от мира (в смысле переживания ценностей) и какова позиция, которую я занимаю по отношению к судьбе, которую я не в состоянии изменить. Поиски и нахождение ответов на эти вопросы и составляют содержание жизни человека, которая сохраняет свой смысл до конца — до последнего дыхания¹.

Сомнение в том, что человек — это не более чем манипулируемый объект, реагирующий на стимулы, как и в том, что самоактуализация и поиски смысла жизни являются генетически обусловленными, привели к пониманию, что психологическая практика требует целостного подхода к человеку — к его действиям, отношениям с другими и внутреннему миру. Эти сомнения привели к тому, что в последнее время делаются попытки приблизить теорию бихевиоризма и гуманистическую психологию друг к другу.

Эти сомнения знаменуют собой и наступление творческого кризиса, объединяющего обе теории, под знаком наступления теорий психосоциального развития человека, как активного организатора своей собственной жизни и окружающей среды.

*XX - XXI век - К. Юнг - ВОПРОШЕНИЕ
(ОСОЗНАНИЕ)*

К.Юнг — современник З.Фрейда, психоаналитик и первый "еретик", восставший против "пансексуализма" З.Фрейда.

"Разведение" двух современников, двух величайших психологов, в разные временные измерения, в разные смысловые пласты, наполненные им одним присущим психологическим содержанием — это не столько методологический прием, сколько "убежденность в том, что "психология Юнга" наиболее адекватно от-

¹ В.Франкл. Человек в поисках смысла. М. 1990. С.175.

ражает беспощадное время XX века и дает психолого-футурологический прогноз эпохи XXI века.

В 1933 г., отвечая на вопросы берлинского радио, К.Юнг ответил на один принципиальный вопрос.

А.Вайцеккер: "Какое различие между психологией, которая подобно вашей, исполнена видения, и психологией Фрейда и Адлера, которая всецело основывается на интеллектуальной основе?"

К.Юнг: "... Как Фрейдом, так и Адлером развивается частная точка зрения — делающая упор только на сексуальность или на стремление к власти — в противовес целостности феноменального мира. В этом случае какая-то часть феномена обособляется от целого и расчленяется на все более мелкие фрагменты до тех пор, пока смысл того, что пребывает только в целом, не оборачивается бессмыслицей...".

Именно личность — это "смысл того, что пребывает только в целом". В этой мысли заложен тот конфликт, который разделил Юнга и Фрейда. Не отказываясь от понятия "либидо", Юнг определяет его как общий жизненный инстинкт — "психическую энергию", несводимую к сексуальному инстинкту (по Фрейду).

Этот инстинкт включает в себя все человеческие влечения. Энергия либидо "распределяется природой между различными функциональными системами", и только "излишек" ее направляется на эволюцию культуры и цивилизации.

Если различные представления о либидо были первым этапом расхождения, то представление о бессознательном в теории Юнга стало той точкой отсчета, от которой и началось расхождение этих двух великих психологов. Представление Юнга о "личном бессознательном" и "коллективном бессознательном" (особенно последнее) в полной мере не было осознано его современниками и до конца не осознано потомками.

Его психологический анализ Муссолини, Гитлера и Сталина, его психологический анализ национал-социализма — это невестребованные страницы будущей "Психологии масс, психологии наций, психологии сообществ". Его "Диагностика диктаторов",

¹ Три интервью К.Юнга/ В. Одайник. Психология политики М. 1996. С. 342.

прозвучавшая в интервью 1938 г. и сегодня не устарела и может служить учебным пособием для будущих российских политических психологов. Понимание К.Юнгом феномена "личность столь многоаспектно, что невозможно в рамках предисловия, даже пунктирно наметить его концепцию, суть и смысл которой щедро "рассыпаны" в 20-ти томах его собрания сочинений.

Но есть у него одно исключение. В 1932 г. он прочел в Вене доклад "О становлении личности"¹. Эта работа и сегодня, спустя 64 года, может служить настольной книгой психолога, и напоминанием об ответственности педагогу. "Никто не в состоянии воспитать личность, если он сам не является личностью. И не ребенок, а только взрослый может достичь этого уровня развития в качестве спелого плода жизненных свершений, направленных на эту цель. Ведь достичь уровня личности означает максимально развернуть целостность индивидуальной сущности. ...Здесь требуется вся человеческая жизнь со всеми ее биологическими, социальными и психологическими аспектами. Личность — высшая реализация врожденного своеобразия у отдельного живого существа. Личность — результат наивысшей жизненной стойкости, абсолютного приятия индивидуально сущего и максимально успешного приспособления к общезначимому при величайшей свободе выбора...

Личность развивается в течение всей жизни человека из темных или даже вовсе необъяснимых задатков, и только наши дела покажут, кто мы есть... Мы не знаем наперед, какие дела и злодеяния, какая судьба, какое добро и какое зло содержатся в нас; и только осень покажет, что было зачато весной..."².

"Психология отдельного человека, однако, соответствует психологии нации, (курсив Юнга - Д.Р.). То, что делают нации, то делает и каждый отдельный человек, и пока он это делает, это делает и нация" (курсив Юнга - Д. Р.)³ Эта мысль была высказана Юнгом в 1916 г. Потрясенный первой мировой войной, предчувствуя трагическую судьбу XX века, "века-волкодава", К.Юнг пишет: "Психологические процессы, сопровождающие современную войну, - прежде всего невероятная деградация об-

¹ К.Юнг. Конфликты детской души. М. 1995. С.185.

² К.Юнг. Конфликты детской души. М. 1995. С.185

³ Юнг К. Психология бессознательного. М. 1994. С.28.

щепринятых суждений, взаимная клевета, небывалая страсть к разрушению, неслыханные потоки лжи и неспособность людей остановить кровавого демона - как ничто другое способны обратить взор мыслящего человека на проблему хаотического бессознательного, беспокойно дремлющего под упорядоченным миром сознания"¹.

И сегодня, через 80 лет с тех пор как были написаны эти строки, после ужасов фашизма, сталинского гугага, атомного ада над Хиросимой и Нагасаки, на пороге ХХ! века, опять по всему земному шару льется кровь. И сегодня мы начинаем осознать, что ставшее уже тривиальным утверждение, что "история ничему не учит", нуждается в психологическом дополнении: пока хаос коллективного бессознательного царит на планете.

ВОПРОШЕНИЕ, персонифицированное в К.Юнге, есть и *ОСОЗНАНИЕ* необходимости борьбы с демонами коллективного бессознательного.

Книга, которую вы открываете, представляет авторов, чьи теории являются золотым фондом психологии личности. Впервые в отечественной практике под одной обложкой собраны теории личности и текст основных работ выдающихся психологов ХХ века. Это облегчит читателю осознание соответствующей теории.

Для тех читателей, чья увлеченность психологией выходит за рамки предлагаемой книги, приводится библиография книг, изданных в России, по каждой теории личности.

Д.Я.Райгородский

¹Юнг К. Психология бессознательного. М. 1994. С.29.

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ У.ДЖЕЙМСА¹

Личность, по Джеймсу, возникает как взаимодействие инстинктивных и привычных граней сознания, а также личных волевых аспектов. Патологии, персональные различия, стадии развития, тенденции самоактуализации и все остальное — это реорганизация основных строительных блоков, предоставленных природой и утонщенных эволюцией.

ХАРАКТЕРИСТИКИ МЫШЛЕНИЯ

Личное сознание

"Каждая мысль имеет тенденцию быть частью личного сознания". Следовательно, указывает Джеймс, нет такой вещи, как индивидуальное "сознание", независимое от своего владельца. Есть только процесс мысли, переживаемый или воспринимаемый индивидуумом. Сознание включает определенного рода внешние отношения, это особого рода материя или способ бытия.

Изменения в сознании

"Единственное, что психология имеет право постулировать Вначале - это факт мышления как такового". У.Джеймс.

"В каждом личном сознании мысли все время меняются. Мы не можем иметь в точности ту же самую мысль дважды. Мы можем увидеть тот же объект, воспринять тот же звук, попробовать ту же пищу, но наше сознание этих восприятий каждый раз меняется. То, что при поверхностном подходе кажется повторяющимися мыслями, в действительности - меняющийся ряд, каждая мысль уникальна, каждая определена предыдущими модификациями первоначальной мысли. "Мы часто сами поражаемся странным различиям при нашем последовательном рассмотрении той же вещи. Мы удивляемся тому, что говорили месяц назад по определенному поводу. Мы уже переросли возможность того состо-

яния ума, неизвестно как. От года к году мы видим вещи в новом свете. То, что было нереальным, переросло в реальное; то, что было волнующим, стало скучным. Друзья, определявшие наш мир, стали бледными тенями; женщины, когда-то божественные, звезды, ветры, воды, — все переменилось; девушки, которые несли ощущение бесконечности, теперь едва существуют; картины стали пустыми; что касается книг, — то что мистически-значительного мы находили в Гете, или что делало Джона Милля столь весомым?" У.Джеймс.

Непрерывное мышление

"Внутри каждого личного сознания мышление по существу непрерывно". Некоторые теоретики уклоняются от кажущегося парадокса непрерывности и постоянных изменений, Джеймс же предлагает решение, основанное на том, как переживается мысль. "Проходящая мысль", по проф. Джеймсу, "есть мыслитель. Каждая проходящая мысль, каждая проходящая волна сознания осведомлена о том, что предшествовало ей в сознании. Каждая пульсация мысли, умирая, передает свои права на владение ментальным содержанием следующей мысли".

Каждая проявляющаяся мысль берет часть своей силы, фокусировки, содержания и направления из предыдущих мыслей. "Сознание, таким образом, не представляется самому себе разделенным на кусочки. Такие слова как "цепь" и "последовательность" не описывают его адекватно, как оно представляется в первой инстанции. Оно не есть что-то связанное: оно протекает. "Река" или "поток" - метафоры, описывающие его наиболее естественно. "Говоря о нем впредь, будем называть его потоком мысли, или сознания, или субъективной жизни". У.Джеймс. .

Этот поток непрерывен. Джеймс (как позже Фрейд) основывал многие из своих идей о ментальном функционировании на предпосылке непрерывности мысли. Даже когда воспринимаются разрывы в сознании, они не сопровождаются чувством нарушения непрерывности. Например, просыпаясь утром, вы не спрашиваете в удивлении, кто это проснулся, вам не нужно бежать к

зеркалу, чтобы убедиться, что это вы. Вам не нужно убеждать себя, что сознание, к которому вы проснулись, непрерывно перешло из того сознания, с которым вы легли спать.

Выборы сознания

"Традиционная психология описывает дело так, будто река состоит из ведер, чаш, бадеек и других емкостей, содержащих воду.

Даже если бы ведра и кастрюли действительно стояли в потоке, между ними продолжала бы течь свободная вода. Именно эту свободную воду сознания психологи решительно не замечают".

Сознание селективно; "оно всегда интересуется более одной частью объекта, чем другой, пока оно мыслит". Что определяет выбор или предпочтение одного другому - это и есть тема большей части психологии. Джеймс привлекает внимание к основным детерминантам процесса выбора: вниманию и привычке.

Внимание

"Ум на каждом шаге представляет собой театр одновременных возможностей. Сознание состоит в сравнении их друг с другом, выборе из них и подавлении остальных".

Мыслители до Джеймса (включая Локка, Юма, Харли, Спенсера и других) принимали, что ум пассивен и опыт просто как бы "падает" на него. Личность развивается в прямой пропорции к разнообразию получаемого опыта. Джеймс считал эту идею наивной, а заключение — очевидно ложным. Прежде чем опыт может быть пережит, ему должно быть уделено внимание. "Мой Опыт — это то, на что я согласился обратить внимание. Только то, что и заметил, формирует мой ум; без селективного интереса опыт был бы совершенным хаосом. Только интерес создает акценты и аспекты, свет и тени, фон и фигуры, — одним словом, воспринимаемую перспективу". Человек, не способный удерживать внимание, подвергается ударам опыта, не будучи в состоянии их упорядочить, и может действовать хаотично и спутанно. Хотя внимание в значительной мере детерминировано ментальными привчками, возможен реальный выбор даже вопреки этим цепям Привычных реакций.

Привычка

"Каждый знает, что такое внимание. Этот процесс принятия умом, в ясной и живой форме, одного из кажущихся одновременно возможными объектов или направлений мысли. Фокусировка, центрация внимания имеют такую природу. Это подразумевает отвлечение от одних вещей, чтобы эффективно действовать с другими, и является состоянием, реально противоположным запутанному, сумеречному или легко скользящему, которое называется отвлечением".

Привычки - это действия или мысли, которые кажутся автоматическим ответом на данный опыт. Они отличаются от инстинктов тем, что привычка создается, может быть изменена или устранена сознательным управлением. Привычки ценны и необходимы. "Привычка упрощает движения, необходимые для достижения определенного результата, делает их более точными и менее утомительными". В этом смысле привычки — одна из граней обретения искусства. С другой стороны "привычка уменьшает сознательное внимание, с которым исполняются наши действия". Хорошо это или нет — зависит от обстоятельств. Отвлечение внимания от действия делает выполнение его более легким, но составляет препятствие его изменениям. "Фактически наши добродетели являются привычками, так же как и наши пороки. Вся наша жизнь, поскольку она имеет определенную форму, есть лишь сумма привычек — практических, эмоциональных и интеллектуальных, — систематически организованных, к нашему благу или злу, и неотвратно влекущих нас к нашей судьбе, какова бы она ни была".

Джеймса поражала сложность обретенных привычек, как и их сопротивление угасанию: "Ради культивирования быстроты визуального и тактильного восприятия и точности соответствующих движений, необходимых для успеха различного рода фокусов, Гудин (цирковой артист) рано начал учиться искусству жонглирования мячами в воздухе. Научившись, после месячной практики, держать в воздухе одновременно четыре мяча, он стал класть перед собой книгу, и, жонглируя мячами в воздухе, приучал себя в то же время читать. "Это может показаться необычным, - гово-

рил он, - но я удивлю их еще больше сказавши, что я совсем недавно повторил этот любопытный эксперимент. Хотя прошло тридцать лет с тех пор, как я занимался мячами, и вряд ли я дотрагивался до них с тех пор, я все же смог без труда читать, удерживая три мяча в воздухе".

"Обычно мы видим лишь то, что превосхищаем, предполагаем".

Чувство рациональности

Почему вы принимаете одну рациональную идею и отвергаете другую? Джеймс предполагает, что частично это эмоциональное решение: мы принимаем то, что позволяет нам понять факты более эмоционально удовлетворяющим образом. Джеймс списывает это эмоциональное удовлетворение как "сильное чувство легкости, мира, покоя. Это отсутствие необходимости (далее) объяснить это, приводить основания или оправдания - вот что я называю чувством рациональности". Прежде, чем человек примет теорию (например, любую из теорий, рассматриваемых в этой книге), должны быть удовлетворены два независимых ряда потребностей. Во-первых, теория должна быть интеллектуально пригодной, связной, логичной и т.д. Во-вторых, она должна быть эмоционально приемлемой, она должна побуждать нас думать или действовать таким способом, какой для нас лично удовлетворителен и приемлем.

"Привычка, таким образом - огромное маховое колесо общества, наиболее точный консервативный деятель... Для мира хорошо, что в большинстве из нас годам к тридцати характер затвердевает, как гипс, и больше уже не размягчается... Чем больше мелочей повседневной жизни можем мы доверить не требующему усилий привычному автоматизму, тем более высвобождаются высшие силы нашего ума для работы, для которой они предназначены".

Примером может быть, скажем, обращение за советом. Если, например, вы хотите получить информацию относительно действия марихуаны, к кому вы обратитесь за этой информацией? Можете ли вы предвидеть, какого рода информацию и совет получите вы от родителей, от друзей, которые не пользуются марихуаной, от друзей, которые это делают, от продавца наркотика, от

полицейского чиновника, психиатра, министерского чиновника или исследователя, работающего в консультативном центре? Скорее всего, вы можете заранее предвидеть как род информации, которую вы получите в каждом случае, так и вашу реакцию.

"Человек, полагавший, что он мертв, разговаривал со своим другом. Друг не мог переубедить его, и в конце концов спросил: "Хорошо, может ли мертвый человек истекать кровью?" — "Нет, конечно!" — Друг схватил иглу и ткнул ею приятеля в палец. Палец начал кровоточить. Человек посмотрел на свой палец, потом повернулся к другу: "Ого, оказывается у мертвого может течь кровь!"

Этот аспект принятия решений часто игнорируется. Мы хотели бы верить, что принимаем решения на чисто рациональной основе; однако всегда есть эмоциональный фон, не менее значимый для процесса. Джеймсовское понятие чувства рациональности — первый предшественник фрейдовского понятия рационализации. Рационализация предполагает процесс желания подбирания оправдательных оснований когда что-то уже сделано, — иногда по причинам иррациональным. Чувство рационального — эмоциональная нагрузка, которую идея получает прежде чем мы принимаем или не принимаем ее.

У.ДЖЕЙМС

ЛИЧНОСТЬ²

Личность и "я". О чем бы я ни думал, я всегда в то же время более или менее осознаю самого себя, свое личное существование. Вместе с тем ведь это я сознаю, так что мое самосознание является как бы двойственным частью познаваемым и частью познающим, частью объектом и частью субъектом; в нем надо различать две стороны, из которых для краткости одну мы будем называть личностью, а другую — "я". Я говорю "две стороны", а не "две обособленные сущности", так как признание тождества нашего "я" и нашей личности даже в самом акте их различения

есть, быть может, самое неукоснительное требование здравого смысла, и мы не должны упускать из виду это требование с самого начала, при установлении терминологии, к каким бы выводам относительно ее состоятельности мы ни пришли в конце исследования. Итак, рассмотрим сначала 1) познаваемый элемент в сознании личности, или, как иногда говорят, наше эмпирическое Ego, и затем 2) познающий элемент в нашем сознании, наше "я", чистое Ego, как выражаются некоторые авторы.

ПОЗНАВАЕМЫЙ ЭЛЕМЕНТ В ЛИЧНОСТИ

Эмпирическое "я" или личность. Трудно провести черту между тем, что человек называет самим собой и своим. Наши чувства и поступки по отношению к некоторым принадлежащим нам объектам в значительной степени сходны с чувствами и поступками по отношению к нам самим. Наше доброе имя, наши дети, наши произведения могут быть нам так же дороги, как и наше собственное тело, и могут вызывать в нас те же чувства, а в случае посягательства на них — то же стремление к возмездию. А тела наши — просто ли они наши или это мы сами? Бесспорно, бывали случаи, когда люди отрекались от собственного тела и смотрели на него как на одеяние или даже тюрьму, из которой они когда-нибудь будут счастливы вырваться.

Очевидно, мы имеем дело с изменчивым материалом: тот же самый предмет рассматривается нами иногда как часть нашей Личности, иногда просто как "наш", а иногда — как будто у нас нет с ним ничего общего. Впрочем, в самом широком смысле Личность человека составляет общая сумма всего того, что он Может назвать своим: не только его физические и душевные качества, но также его платье, дом, жена, дети, предки и друзья, его репутация и труды, его имение, лошади, его яхта и капиталы. Все это вызывает в нем аналогичные чувства. Если по отношению ко всему этому дело обстоит благополучно — он торжествует; если дела приходят в упадок — он огорчен; разумеется, каждый из перечисленных нами объектов неодинаково влияет на состояние его духа, но все они оказывают более или менее сходное воздействие на его самочувствие. Понимая слово "личность" в самом

широком смысле, мы можем прежде всего подразделить анализ ее на три части в отношении 1) ее составных элементов; 2) чувств и эмоций, вызываемых ими (самооценка); 3) поступков, вызываемых ими (заботы о самом себе и самосохранение).

Составные элементы личности могут быть подразделены также на три класса: 1) физическую личность, 2) социальную личность и 3) духовную личность.

Физическая личность

В каждом из нас телесная организация представляет существенный компонент нашей физической личности, а некоторые части тела могут быть названы нашими в теснейшем смысле слова. За телесной организацией следует одежда. Старая поговорка, что человеческая личность состоит из трех частей: души, тела и платья, — нечто большее, нежели простая шутка. Мы в такой степени присваиваем платье нашей личности, до того отождествляем одно с другой, что немногие из нас, не колеблясь ни минуты, дадут решительный ответ на вопрос, какую бы из двух альтернатив они выбрали: иметь прекрасное тело, облеченное в вечно грязные и рваные лохмотья, или под вечно новым костюмом скрывать безобразное, уродливое тело. Затем ближайшей частью нас самих является наше семейство, отец и мать, жена и дети — плоть от плоти и кость от кости нашей. Когда они умирают, исчезает часть нас самих. Нам стыдно за их дурные поступки. Если кто-нибудь обидел их, негодование вспыхивает в нас тотчас, как будто мы сами были на их месте. Далее следует наш домашний очаг, наш home. Происходящее в нем составляет часть нашей жизни, его вид вызывает в нас нежнейшее чувство привязанности, и мы неохотно прощаем гостю, который, посетив нас, указывает недостатки в нашей домашней обстановке или презрительно к ней относится. Мы отдаем инстинктивное предпочтение всем этим разнообразным объектам, связанным с наиболее важными практическими интересами нашей жизни. Все мы имеем бессознательное влечение охранять наши тела, облекать их в платья, снабженные украшениями, лелеять наших родителей, жену и детей и припокивать себе собственный уголок, в котором мы могли бы жить, совершенствуя свою домашнюю обстановку.

Такое же инстинктивное влечение побуждает нас накапливать состояние, а сделанные нами ранее приобретения становятся и большей или меньшей степени близкими частями нашей эмпирической личности. Наиболее тесно связаны с нами произведения нашего кровного труда. Немногие люди не почувствовали бы своего личного уничтожения, если бы произведение их рук и мозга (например, коллекция насекомых или обширный рукописный труд), созидавшееся ими в течение целой жизни, вдруг оказалось уничтоженным. Подобное же чувство питает скупой к своим деньгам. Хотя и правда, что часть нашего огорчения при потере предметов обладания обусловлена сознанием того, что мы теперь должны обходиться без некоторых благ, которые рассчитывали получить при дальнейшем пользовании утраченными ныне объектами, но все-таки во всяком подобном случае сверх того в нас остается еще чувство умаления нашей личности, превращения некоторой части ее в ничто. И этот факт представляет собой самостоятельное психическое явление. Мы сразу попадаем на одну доску с босяками, с теми *rauvres diables* (отребьем), которых мы так презираем, и в то же время становимся более чем когда-либо отчужденными от счастливых сынов земли, властелинов суши, моря и людей, властелинов, живущих в полном блеске могущества и материальной обеспеченности. Как бы мы ни зывали к демократическим принципам.

Социальная личность

Признание в нас личности со стороны других представителей человеческого рода делает из нас общественную личность. Мы не только стадные животные, не только любим быть в обществе себе подобных, но имеем даже прирожденную склонность обращать на себя внимание других и производить на них благоприятное впечатление. Трудно придумать более дьявольское наказание (если бы такое наказание было физически возможно), чем если бы кто-нибудь попал в общество людей, где на него совершенно не обращали внимания. Если бы никто не оборачивался при нашем появлении, не отвечал на наши вопросы, не интересовался нашими действиями, если бы всякий при встрече с

нами намеренно не узнавал нас и обходился с нами как неодушевленными предметами, то нами овладело бы своего рода бешенство, бессильное отчаяние. Здесь облегчением были бы жесточайшие телесные муки, лишь бы при них мы чувствовали, что при всей безвыходности нашего положения мы все-таки не пали настолько низко, чтобы не заслуживать ничего внимания.

Собственно говоря, у человека столько социальных личностей, сколько индивидов признают в нем личность и имеют о ней представление. Посягнуть на это представление - значит посягнуть на самого человека. Но, принимая во внимание, что лица, имеющие представление о данном человеке, естественно распадаются на классы, мы можем сказать, что на практике всякий человек имеет столько же различных социальных личностей, сколько имеется различных групп людей, мнением которых он дорожит. Многие мальчики ведут себя довольно прилично в присутствии родителей или преподавателей, а в компании невоспитанных товарищей бесчинствуют и бранятся, как пьяные извозчики. Мы выставляем себя в совершенно ином свете перед нашими детьми, нежели перед клубными товарищами; мы держим себя иначе перед нашими постоянными покупателями, чем перед нашими работниками; мы - нечто совершенно другое по отношению к нашим близким друзьям, чем по отношению к нашим хозяевам или к нашему начальству. Отсюда на практике получается деление человека на несколько личностей; это может повести к дисгармоничному раздвоению социальной личности, например, в случае, если кто-нибудь боится выставить себя перед одними знакомыми в том свете, в каком он представляется другим; но тот же факт может повести к гармоничному распределению различных сторон личности, например, когда кто-нибудь, будучи нежным по отношению к своим детям, является строгим к подчиненным ему узникам или солдатам.

Самой своеобразной формой социальной личности является представление влюбленного о личности любимой им особы. Её судьба вызывает столь живое участие, что оно покажется совершенно бессмысленным, если прилагать к нему какой-либо иной масштаб, кроме мерил органического индивидуального влече-

ния. Для самого себя влюбленный как бы не существует, пока его социальная личность не получит должной оценки в глазах любимого существа, в последнем случае его восторг превосходит все границы.

Добрая или худая слава человека, его честь или позор - это названия для одной из его социальных личностей. Своеобразная общественная личность человека, называемая его честью, - результат одного из тех раздвоений личности, о которых мы говорили. Представление, которое складывается о человеке в глазах окружающей его среды, является руководящим мотивом для одобрения или осуждения его поведения, смотря по тому, отвечает ли он требованиям данной общественной среды, которые он мог бы не соблюдать при другой житейской обстановке. Так, частное лицо может без зазрения совести покинуть город, зараженный холерой, но священник или доктор нашли бы такой поступок несовместимым с их понятием о чести. Честь солдата побуждает его сражаться и умирать при таких обстоятельствах, когда другой человек имеет полное право скрыться в безопасное место или бежать, не налагая на свое социальное "я", позорного пятна.

Подобным же образом судья или государственный муж в силу своего положения находит бесчестным заниматься денежными операциями, не заключающими в себе ничего предосудительного для частного лица. Нередко можно слышать, как люди проводят различие между отдельными сторонами своей личности: "Как человек я жалею вас, но как официальное лицо я не могу вас пощадить"; "В политическом отношении он мой союзник, но с точки зрения нравственности я не выношу его". То, что называют мнением среды, составляет один из сильнейших двигателей в жизни. Вор не смеет обкрадывать своих товарищей; карточный игрок обязан платить карточные долги, хотя бы он вовсе не платил иных своих долгов. Всегда и везде кодекс чести фешенебельного общества возбранял или разрешал известные поступки единственно в угоду одной из сторон нашей социальной личности. Вообще вы не должны лгать, но в том, что касается ваших отношений к известной даме, — лгите, сколько вам угодно; от равного себе вы принимаете вызов на

дуэль, но вы засмеетесь в глаза лицу низшего по сравнению с вами общественного положения, если это лицо вздумает потребовать от вас удовлетворения, — вот примеры для пояснения нашей мысли.

Духовная личность

Под духовной личностью, поскольку она связана с эмпирической, мы не разумеем того или другого отдельного преходящего состояния сознания. Скорее, мы разумеем под духовной личностью полное объединение отдельных состояний сознания, конкретно взятых духовных способностей и свойств. Это объединение в каждую отдельную минуту может стать объектом нашей мысли и вызвать эмоции, аналогичные эмоциям, производимым в нас другими сторонами нашей личности. Когда мы думаем о себе как о мыслящих существах, все другие стороны нашей личности представляются относительно нас как бы внешними объектами. Даже в границах нашей духовной личности некоторые элементы кажутся более внешними, чем другие. Например, наши способности к ощущению представляются, так сказать, менее интимно связанными с нашим "я", чем наши эмоции и желания. Самый центр, самое ядро нашего "я", поскольку оно нам известно, святое святых нашего существа - это чувство активности, обнаруживающееся в некоторых наших внутренних душевных состояниях. На это чувство внутренней активности часто указывали как на непосредственное проявление жизненной субстанции нашей души. Так ли это или нет, мы не будем разбирать, а отметим здесь только своеобразный внутренний характер душевных состояний, обладающих свойством казаться активными, каковы бы ни были сами по себе эти душевные состояния. Кажется, будто они идут навстречу всем другим опытным элементам нашего сознания. Это чувство, вероятно, присуще всем людям.

За составными элементами личности в нашем изложении следуют характеризующие ее чувства и эмоции.

Самооценка

Она бывает двух родов: самодовольство и недовольство собой. Самолюбие может быть отнесено к третьему отделу, к отделу поступков, ибо сюда по большей части относят скорее известную группу действий, чем чувствований в узком смысле слова.

Для обоих родов самооценки язык имеет достаточный запас синонимов. Таковы, с одной стороны, гордость, самодовольство, высокомерие, суетность, самопочитание, заносчивость, тщеславие; с другой — скромность, униженность, смущение, неуверенность, стыд, унижение, раскаяние, сознание общественного позора и отчаяние. Указанные два противоположных класса чувствований являются непосредственными, первичными дарами нашей природы. Представители ассоцианизма, быть может, скажут, что это вторичные, производные явления, возникающие из быстрого суммирования чувств удовольствия и неудовольствия, к которым ведут благоприятные или неблагоприятные для нас душевные состояния, причем сумма приятных представлений дает самодовольство, а сумма неприятных — противоположное чувство стыда. Без сомнения, при чувстве довольства собой мы охотно перебираем в уме все возможные награды за наши заслуги, а, отчаявшись в самих себе, мы предчувствуем несчастье; но простое ожидание награды еще не есть самодовольство, а предвидение несчастья не является отчаянием, ибо у каждого из нас имеется еще некоторый постоянный средний тон самочувствия, совершенно не зависящий от наших объективных оснований быть довольными или недовольными. Таким образом, человек, поставленный в весьма неблагоприятные условия жизни, может пребывать в невозмутимом самодовольстве, а человек, который вызывает всеобщее уважение и успех которого в жизни обеспечен, может до конца испытывать недоверие к своим силам.

Впрочем, можно сказать, что нормальным возбудителем самочувствия является для человека его благоприятное или неблагоприятное положение в свете — его успех или неуспех. Человек, эмпирическая личность которого имеет широкие пределы, который с помощью собственных сил всегда достигал успеха, личность с высоким положением в обществе, обеспеченная материально, окруженная друзьями, пользующаяся славой, едва ли будет склонна поддаваться страшным сомнениям, едва ли будет относиться к своим силам с тем недоверием, с каким она относилась к ним в юности. ("Разве я не взрастила сады великого Вавилона?") Между тем лицо, потерпевшее несколько неудач одну за другой, падает духом на половине житейской дороги, проникается болезненной неуверенностью в самом себе и отступает перед попытками, вовсе не превосходящими его силы.

Чувства самодовольства и унижения одного рода - их можно считать первичными видами эмоций наряду, например, с гневом и болью. Каждое из них своеобразно отражается на нашей физиономии. При самодовольстве иннервируются разгибающие мышцы, глаза принимают уверенное и торжествующее выражение, походка становится бодрой и несколько покачивающейся, ноздри расширяются и своеобразная улыбка играет на губах. Вся совокупность внешних телесных выражений самодовольства в самом крайнем проявлении наблюдается в домах умалишенных, где всегда можно найти лиц, буквально помешанных на собственном величии; их самодовольная наружность и чванная походка составляют печальный контраст с полным отсутствием всяких личных человеческих достоинств. В этих же "замках отчаяния" мы можем встретить яркий образец противоположного типа — добряка, воображающего, что он совершил смертный грех и навек загубил свою душу. Этот тип, униженно пресмыкающийся, уклоняющийся от посторонних наблюдений, не смеющий с нами громко говорить и глядеть нам прямо в глаза. Противоположные чувства, подобные страху и гневу, при аналогичных патологических условиях могут возникать без всякой внешней причины. Из ежедневного опыта нам известно, в какой мере барометр нашей самооценки и доверия к себе поднимается и падает в зависимости скорее от чисто органических, чем от рациональных причин, причем эти изменения в наших субъективных показаниях нисколько не соответствуют изменениям в оценке нашей личности со стороны друзей.

Заботы о себе и самосохранение. Под это понятие подходит значительный класс наших основных инстинктивных побуждений. Сюда относится телесное, социальное и духовное самосохранение.

Заботы о физической личности. Все целесообразно-рефлекторные действия и движения питания и защиты составляют акты телесного самосохранения. Подобным же образом страх и гнев вызывают целесообразное движение. Если под заботами о себе мы условимся разуметь предвидение будущего в отличие от самосохранения в настоящем, то мы можем отнести гнев и страх к инстинктам, побуждающим нас охотиться, искать пропитание, строить жилища, делать полезные орудия и заботиться о своем организме. Впрочем, последние инстинкты в связи с чувством любви, родительской привязанности, любознательности и соревнования

распространяются не только на развитие нашей телесной личности, но и на все наше материальное "я" в самом широком смысле слова.

Наши заботы о социальной личности выражаются непосредственно в чувстве любви и дружбы, в желании обращать на себя внимание и вызывать в других изумление, в чувстве ревности, стремлении к соперничеству, жажде славы, влияния и власти; косвенным образом они проявляются во всех побуждениях к материальным заботам о себе, поскольку последние могут служить средством к осуществлению общественных целей. Легко видеть, что непосредственные побуждения заботиться о своей социальной личности сводятся к простым инстинктам. В стремлении обращать на себя внимание других характерно то, что его интенсивность несколько на зависит от ценности достойных внимания заслуг данного лица, ценности, которая была бы выражена в сколько-нибудь осязательной или разумной форме.

Мы из сил выбиваемся, чтобы получить приглашение в дом, где бывает большое общество, чтобы при упоминании о каком-нибудь из виденных нами гостей иметь возможность сказать: "А, я его хорошо знаю!" — и раскланиваться на улице чуть не с половиною встречных. Конечно, нам всего приятнее иметь друзей, выдающихся по рангу или достоинствам, и вызывать в других восторженное поклонение. Теккерей в одном из романов просит читателей сознаться откровенно, не доставит ли каждому из них особенного удовольствия прогулка по улице Pall Mall с двумя герцогами под ручку. Но, не имея герцогов в кругу своих знакомых и не слыша гула завистливых голосов, мы не упускаем и менее значительных случаев обратить на себя внимание. Есть страстные любители предавать свое имя гласности в газетах — им все равно, в какую газетную рубрику попадет их имя, в разряд ли прибывших и выбывших, частных объявлений, интервью или городских сплетен; за недостатком лучшего они не прочь попасть даже в хронику скандалов. Патологическим примером крайнего стремления к печатной гласности может служить Гито, убийца президента Гарфильда. Умственный горизонт Гито не выходил из газетной сферы. В предсмертной молитве этого несчастного одним из искреннейших выражений было следующее: "Здесьняя газетная пресса в ответе пред Тобой, Господи".

Не только люди, но местность и предметы, хорошо знакомые мне, в известном метафорическом смысле, расширяют мое социальное "я". "Ga me sonnai" (оно меня знает), — говорил один фран-

цузский работник, указывая на инструмент, которым владел в совершенстве. Лица, мнением которых мы вовсе не дорожим, являются в то же время индивидами, вниманием которых мы не брезгуем. Не один великий человек, не одна женщина, разборчивая во всех отношениях, с трудом отвергнут внимание ничтожного франта, личность которого они презирают от чистого сердца.

В рубрику "Попечение о духовной личности" следует отнести всю совокупность стремлений к духовному прогрессу — умственному, нравственному и духовному в узком смысле слова. Впрочем, необходимо допустить, что так называемые заботы о своей духовной личности представляют в этом более узком смысле слова лишь заботу о материальной и социальной личности в загробной жизни. В стремлении магометанина попасть в рай или в желании христианина избежать мук ада, материальность желаемых благ сама собой очевидна. С более положительной и утонченной точки зрения на будущую жизнь многие из ее благ (сообщество с усопшими родными и святыми и присутствие Божества) суть лишь социальные блага наивысшего порядка. Только стремление к искуплению внутренней (греховной) природы души, к достижению ее безгрешной чистоты в этой или будущей жизни могут считаться заботами о духовной нашей личности в ее чистейшем виде.

Наш широкий внешний обзор фактов, наблюдаемых в жизни личности, был бы неполон, если бы мы не выяснили вопроса о соперничестве и столкновениях между отдельными ее сторонами. Физическая природа ограничивает ваш выбор одними из многочисленных представляющихся нам и желаемых нами благ, тот же факт наблюдается и в данной области явлений. Если бы только было возможно, то уж, конечно, никто из вас не отказался бы быть сразу красивым, здоровым, прекрасно одетым человеком, великим силачом, богачом, имеющим миллионный годовой доход, остряком, бонвиваном, покорителем дамских сердец и в то же время философом, филантропом, государственным деятелем, военачальником, исследователем Африки, модным поэтом и святым человеком. Но это решительно невозможно. Деятельность миллионера не мирится с идеалом святого; филантроп и бонвиван - понятия несовместимые; душа философа не уживается с душой сердцеда в одной телесной оболочке.

Внешним образом такие различные характеры как будто и в самом деле совместимы в одном человеке. Но стоит действительно развить одно из свойств характера, чтобы оно тотчас заглуши

ло другие. Человек должен тщательно рассмотреть различные стороны своей личности, чтобы искать спасения в развитии глубочайшей, сильнейшей стороны своего "я". Все другие стороны нашего "я" призрачны, только одна из них имеет реальное основание в нашем характере, и потому ее развитие обеспечено. Неудачи в развитии этой стороны характера суть действительные неудачи, вызывающие стыд, а успех - настоящий успех, приносящий нам истинную радость. Этот факт может служить прекрасным примером умственных усилий выбора, на которые я выше настойчиво указывал. Прежде чем осуществить выбор, наша мысль колеблется между несколькими различными вещами; в данном случае она выбирает одну из многочисленных сторон нашей личности или нашего характера, после чего мы не чувствуем стыда, потерпев неудачу в чем-нибудь, не имеющем отношения к тому свойству нашего характера, которое остановило исключительно на себе наше внимание.

Отсюда понятен парадоксальный рассказ о человеке, пристыженном до смерти тем, что он оказался не первым, а вторым в мире боксером или гребцом. Что он может побороть любого человека в мире, кроме одного, - это для него ничего не значит: пока он не одолеет первого в состязании, ничто не принимается им в расчет. Он в собственных глазах как бы не существует. Тщедушный человек, которого всякий может побить, не огорчается из-за своей физической немощи, ибо он давно оставил всякие попытки к развитию этой стороны личности. Без попыток не может быть неудачи, без неудачи не может быть позора. Таким образом, наше довольство собой в жизни обусловлено всецело тем, к какому делу мы себя предназначим. Самоуважение определяется отношением наших действительных способностей к потенциальным, предполагаемым - дробью, в которой числитель выражает наш действительный успех, а знаменатель наши притязания:

$$\text{Самоуважение} = \frac{\text{Успех}}{\text{Притязание}}$$

При увеличении числителя или уменьшении знаменателя дробь будет возрастать. Отказ от притязаний дает нам такое же желанное облегчение, как и осуществление их на деле, и отказываться от притязания будут всегда в том случае, когда разочарования беспрестанны, а борьбе не предвидится исхода. Самый яркий из

возможных примеров этого дает история евангельской теологии, где мы находим убеждение в греховности, отчаяние в собственных силах и потерю надежды на возможность спастись одними добрыми делами. Но подобные же примеры можно встретить и в жизни на каждом шагу. Человек, принявший, что его ничтожество в какой-то области не оставляет для других никаких сомнений, чувствует странное сердечное облегчение. Неумолимое "нет", полный, решительный отказ влюбленному человеку как будто умеряют его горечь при мысли о потере любимой особы. Многие жители Бостона, *crede experto* (верь тому, кто испытал) (боюсь, что то же можно сказать и о жителях других городов), могли бы с легким сердцем отказаться от своего музыкального "я", чтобы иметь возможность без стыда смешивать набор звуков с симфонией. Как приятно бывает иногда отказаться от притязаний казаться молодым и стройным! "Слава Богу, — говорим мы в таких случаях, — эти иллюзии миновали!" Всякое расширение нашего "я" составляет лишнее бремя и лишнее притязание. Про некоего господина, который в последнюю американскую войну потерял все свое состояние до последнего цента, рассказывают: сделавшись нищим, он буквально валялся в грязи, но уверял, что никогда еще не чувствовал себя более счастливым и свободным.

Наше самочувствие, повторяю, зависит от нас самих. "Приравняй свои притязания к нулю, — говорит Карлейль, — и целый мир будет у ног твоих. Справедливо писал мудрейший человек нашего времени, что жизнь начинается с момента отречения".

Ни угрозы, ни увещевания не могут воздействовать на человека, если они не затрагивают одной из возможных в будущем или настоящих сторон его личности. Вообще говоря, только воздействием на эту личность мы можем завладеть чужой волей. Поэтому важнейшая забота монархов, дипломатов и вообще всех стремящихся к власти и влиянию, заключается в том, чтобы найти у их "жертвы" сильнейший принцип самоуважения и сделать воздействие на него своей конечной целью. Но если человек отказался от того, что зависит от воли другого, и перестал смотреть на все это как на части своей личности, то мы становимся почти совершенно бессильны влиять на него. Стоическое начало счастья заключалось в том, чтобы заранее считать себя лишенными всего того, что зависит не от нашей воли, — тогда удары судьбы станут нечувствительными. Эпиктет советует нам сделать нашу личность неуязвимой, суживая ее содержание и в то же время укрепляя ее устойчивость; "Я должен умереть — хорошо, но должен ли я умирать, непременно жалуясь на свою судьбу? Я буду

открыто говорить правду, и, если тиран скажет: "За твои речи ты достоин смерти", — я отвечу ему: "Говорил ли я тебе когда-нибудь, что я бессмертен? Ты будешь делать свое дело, а я — свое: твое дело — казнить, а мое — умирать бесстрашно; твое дело — изгонять, а мое — бестрепетно удалиться. Как мы поступаем, когда отправляемся в морское путешествие? Мы выбираем кормчего и матросов, назначаем время отъезда. На дороге нас застигает буря. В чем же должны в таком случае состоять наши заботы? Наша роль уже выполнена. Дальнейшие обязанности лежат на кормчем. Но корабль тонет. Что нам делать? Только одно, что возможно, — бесстрашно ждать гибели, без крика, без ропота на Бога, хорошо зная, что всякий, кто родился, должен когда-нибудь и умереть".

В свое время, в своем месте эта стоическая точка зрения могла быть достаточно полезной и героической, но надо признаться, что она возможна только при постоянной наклонности души к развитию узких и несимпатичных черт характера. Стоик действует путем самоограничения. Если я стоик, то блага, какие я мог бы себе присвоить, перестают быть моими благами, и во мне является наклонность вообще отрицать за ними значение каких бы то ни было благ. Этот способ оказывать поддержку своему "я" путем отречения, отказ от благ весьма обычен среди лиц, которых в других отношениях никак нельзя назвать стоиками. Все узкие люди ограничивают свою личность, отделяют от нее все то, чем они прочно не владеют. Они смотрят с холодным пренебрежением (если не с настоящей ненавистью) на людей, непохожих на них или не поддающихся их влиянию, хотя бы эти люди обладали великими достоинствами. "Кто не за меня, тот для меня не существует, т.е., насколько от меня зависит, я стараюсь действовать так, как будто он для меня вовсе не существовал". Таким путем строгость и определенность границ личности могут вознаградить за скудость ее содержания.

Экспансивные люди действуют наоборот: путем расширения своей личности и приобщения к ней других. Границы их личности часто бывают довольно неопределенны, но зато богатство ее содержания с избытком вознаграждает их за это. *Nihil humanum a me alienum puto* (ничто человеческое мне не чуждо). "Пусть презирают мою скромную личность, пусть обращаются со мною, как с собакой; пока есть душа в моем теле, я не буду их отвергать. Они — такие же реальности, как и я. Все, что в них есть действительно хорошего, пусть будет достоянием моей личнос-

ти". Великодушные этих экспансивных натур иногда бывает поистине трогательно. Такие лица способны испытывать своеобразное тонкое чувство восхищения при мысли, что, несмотря на болезнь, непривлекательную внешность, плохие условия жизни, несмотря на общее к ним пренебрежение, они все-таки составляют неотделимую часть мира бодрых людей, имеют товарищескую долю в силе ломовых лошадей, в счастье юности, в мудрости мудрых и не лишены некоторой доли в пользовании богатствами Вандербильдтов и даже самих Гогенцоллернов.

Таким образом, то суживаясь, то расширяясь, наше эмпирическое "я" пытается утвердиться во внешнем мире. Тот, кто может воскликнуть вместе с Марком Аврелием: "О, Вселенная! Все, что ты желаешь, то и я желаю!", имеет личность, из которой удалено до последней черты все, ограничивающее, суживающее ее содержание - содержание такой личности всеобъемлюще.

Иерархия личностей

Согласно почти единодушно принятому мнению, различные виды личностей, которые могут заключаться в одном человеке, и в связи с этим различные виды самоуважения человека можно представить в форме иерархической шкалы с физической личностью внизу, духовной - наверху и различными видами материальных (находящихся вне нашего тела) и социальных личностей в промежутке. Часто природная склонность заботиться о себе вызывает в нас стремление расширять различные стороны личности; мы преднамеренно отказываемся от развития в себе лишь того, в чем не надеемся достигнуть успеха. Таким-то образом наш альтруизм является "необходимой добродетелью", и циники, описывая наш прогресс в области морали, не совсем без основания напоминают при этом об известной басне про лису и виноград. Но таков уж ход нравственного развития человечества, и если мы согласимся, что в итоге те виды личностей, которые мы в состоянии удержать за собой, являются (для нас) лучшими по внутренним достоинствам, то у нас не будет оснований жаловаться на то, что мы постигаем их высшую ценность таким тягостным путем.

Конечно, это не единственный путь, на котором мы учимся подчинять низшие виды наших личностей высшим. В этом подчинении, бесспорно, играет известную роль этическая оценка, и, наконец, немаловажное значение имеют здесь суждения, высказанные нами о поступках других лиц. Одним из курьезнейших законов

нашей (психической) природы является то обстоятельство, что мы с удовольствием наблюдаем в себе известные качества, которые кажутся нам отвратительными у других. Ни в ком не может возбудить симпатии физическая неопрятность иного человека, его жадность, честолюбие, вспыльчивость, ревность, деспотизм или заносчивость. Предоставленный абсолютно самому себе, я, может быть, охотно позволил бы развиваться этим наклонностям и лишь спустя долгое время оценил положение, которое должна занимать подобная личность в ряду других. Но так как мне постоянно приходится составлять суждения о других людях, то я вскоре приучаюсь видеть в зеркале чужих страстей, как выражается Горвич, отражение моих собственных и начинаю мыслить о них совершенно иначе, чем их чувствовать. При этом, разумеется, Нравственные принципы, внушенные с детства, чрезвычайно ускоряют в нас появление наклонности к рефлексии.

Таким-то путем и получается, как мы сказали, та шкала, на которой люди иерархически располагают различные виды личностей по их достоинству. Известная доля телесного эгоизма является необходимой подкладкой для всех других видов личности. Но чувственный элемент стараются приуменьшить или в лучшем случае уравновесить другими свойствами характера. Материальным видам личностей, в более широком смысле слова, отдается предпочтение перед непосредственной личностью — телом. Жалким существом почитаем мы того, кто не способен пожертвовать небольшим количеством пищи, питья или сна ради общего подъема своего материального благосостояния. Социальная личность в ее целом стоит выше материальной личности в ее совокупности. Мы должны более дорожить нашей честью, друзьями и человеческими отношениями, чем здоровьем и материальным благополучием. Духовная же личность должна быть для человека высшим сокровищем: мы должны скорее пожертвовать друзьями, добрым именем, собственностью и даже жизнью, чем утратить духовные блага нашей личности.

Во всех видах наших личностей — физическом, социальном и духовном — мы проводим различие между непосредственным, действительным, с одной стороны, и более отдаленных, потенциальных, с другой, между более близорукой и более дальновидной точками зрения на вещи, действуя наперекор первой и в пользу последней. Ради общего состояния здоровья необходимо жертвовать минутным удовольствием в настоящем; надо выпустить из рук один доллар, имея в виду получить сотню; надо порвать дружеские сношения с известным лицом в настоящем, имея в

виду при этом приобрести более достойный круг друзей в будущем; приходится проигрывать в изяществе, остроумии, учености, дабы надежнее стяжать спасение души.

Из этих более широких потенциальных видов личностей потенциальная общественная личность является наиболее интересной вследствие некоторых парадоксов и вследствие ее тесной связи с нравственной и религиозной сторонами нашей личности. Если по мотивам чести или совести у меня хватает духу осудить мою семью, мою партию, круг моих близких; если из протестанта я превращаюсь в католика или из католика в свободомыслящего; если из правоверного практика аллопата я становлюсь гомеопатом или каким-нибудь другим сектантом медицины, то во всех подобных случаях я равнодушно переношу потерю некоторой доли моей социальной личности, ободряя себя мыслью, что могут найтись лучшие общественные судьи (надо мной) сравнительно с теми, приговор которых направлен в данную минуту против меня.

Апеллируя к решению этих новых судей, я, быть может, гонюсь за весьма далеким и едва достижимым идеалом социальной личности. Я не могу рассчитывать на его осуществление при моей жизни; я могу даже ожидать, что последующие поколения, которые одобрили бы мой образ действий, если бы он им был известен, ничего не будут знать о моем существовании после моей смерти. Тем не менее чувство, увлекающее меня, есть, бесспорно, стремление найти идеал социальной личности, такой идеал, который по крайней мере заслуживал бы одобрение со стороны строжайшего, какой только возможен, судьи, если бы таковой был налицо. Этот вид личности и есть окончательный, наиболее устойчивый, истинный и интимный предмет моих стремлений. Этот судья — Бог, Абсолютный Разум, Великий Спутник. В наше время научного просвещения происходит немало споров по вопросу о действительности молитвы, причем выставляется много оснований pro и contra. Но при этом почти не затрагивается вопрос о том, почему именно мы молимся, на что не трудно ответить ссылкой на неудержимую потребность молиться. Не лишено вероятия, что люди так действуют наперекор науке и на все будущее время будут продолжать молиться, пока не изменится их психическая природа, чего мы не имеем никаких оснований ожидать.

Все совершенствование социальной личности заключается в замене низшего суда над собой высшим; в лице Верховного Судии идеальный трибунал представляется наивысшим; и большинство людей или постоянно, или в известных случаях жизни обращаются к этому Верховному Судии. Последнее исчадие рода

человеческого может таким путем стремиться к высшей нравственной самооценке, может признать за собой известную силу, известное право на существование.

Для большинства из нас мир без внутреннего убежища в минуту полной утраты всех внешних социальных личностей был бы какой-то ужасной бездной. Я говорю "для большинства из нас", ибо индивиды, вероятно; весьма различаются по степени чувств, какие они способны переживать по отношению к Идеальному Существо. В сознании одних лиц эти чувства играют более существенную роль, чем в сознании других. Наиболее одаренные этими чувствами люди, наверное, наиболее религиозны. Но я уверен, что даже те, которые утверждают, будто совершенно лишены их, обманывают себя и на самом деле хоть в некоторой степени обладают этими чувствами. Только нестадные животные, вероятно, совершенно лишены этого чувства. Может быть, никто не в состоянии приносить жертвы во имя права, не олицетворяя до некоторой степени принцип права, ради которого совершается известная жертва, и не ожидая от него благодарности.

Другими словами, полнейший социальный альтруизм едва ли может существовать; полнейшее социальное самоубийство едва ли когда приходило человеку в голову.

Телеологическое значение забот о своей личности

На основании биологических принципов легко показать, почему мы были наделены влечениями к самосохранению и эмоциями довольства и недовольства собой. Для каждого человека прежде всего его собственное тело, затем его ближайшие друзья и, наконец, духовные склонности должны являться в высшей степени ценными объектами. Начать с того, что каждый человек, чтобы существовать, должен иметь известный минимум эгоизма в форме инстинктов телесного самосохранения. Этот минимум эгоизма должен служить подкладкой для всех дальнейших сознательных актов, для самоотречения и еще более утонченных форм эгоизма. Если не прямо, то путем переживания приспособленнейшего все духи привыкли принимать живейший интерес в участии своих телесных оболочек, хотя и независимо от интереса к чистому "я", интереса, которым они также обладают.

Нечто подобное можно наблюдать и по отношению к судьбам нашей личности в воображении других лиц. Я бы теперь не существовал, если бы не научился понимать одобрительные или не-

добрительные выражения лиц, среди которых протекает моя жизнь. Презрительные же взгляды, которые окружающие меня люди бросают друг на друга, не должны производить на меня особенно сильного впечатлений. Мои духовные силы также должны интересоваться меня более, чем духовные силы окружающих, и на том же основании. Меня бы не было В ТОЙ среде, где я теперь нахожусь, если бы я не влиял культурным образом на других и не оказывал бы им поддержки. При этом закон природы, научивший меня однажды дорожить людскими отношениями, с тех пор навсегда заставляет меня дорожить ими.

Телесная, социальная и духовная личности образуют естественную личность. Но все они являются, собственно говоря, объектами мысли, которая во всякое время совершает свой процесс познания; поэтому при всей правильности эволюционной и биологической точек зрения нет оснований думать, почему бы тот или другой объект не мог первичным инстинктивным образом зародить в нас страсть или интерес. Явление страсти по происхождению и сущности всегда одно и то же, независимо от конечной цели; что именно в данном случае является объектом наших стремлений -- это дело простого факта. Я могу в такой же степени и так же инстинктивно быть увлечен заботами о физической безопасности моего соседа, как и моей собственной телесной безопасности. Это и наблюдается на наших заботах о теле собственных детей. Единственной помехой для чрезмерных проявлений неэгоистических интересов является естественный отбор, который искореняет все то, что было бы вредным для особи и для ее вида. Тем не менее многие из подобных влечений остаются неупорядоченными, например половое влечение, которое в человечестве проявляется, по-видимому, в большей степени, чем это необходимо; наряду с этим еще остаются наклонности (например, наклонность к опьянению алкоголем, любовь к музыке, пению), влечения, не поддающиеся никаким утилитарным объяснениям. Альтруистические и эгоистические инстинкты, впрочем, координированы. Стоят они, насколько мы можем судить, на том же психологическом уровне. Единственное различие между ними в том, что так называемые эгоистические инстинкты гораздо многочисленнее.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Дайджест. *Д.Фейдимен, Р.Фрэйгер*. Теория и практика личностно-ориентированной психологии. М 1995 г.
2. *У.Джеймс*. Психология. М. 1991 г Дайджест.
3. *У.Джеймс*. Сокровища религиозного опыта. М 1992 г.

ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ
КОНЦЕПЦИЯ
ЛИЧНОСТИ

Э.БЕРН

ЧТО ТАКОЕ ЧЕЛОВЕК?¹

Человек — это ярко окрашенная энергетическая система, полная динамических стремлений. Как и любая энергетическая система, он все время пытается прийти в состояние покоя. Он вынужден это делать. Для этого и служит энергия; ее таинственная функция — восстанавливать собственное равновесие.

Человек устроен таким образом, что при всяком внутреннем или внешнем происшествии рано или поздно должно произойти что-нибудь такое, что восстановит равновесие.

Вышедшая из равновесия энергия (напряжение) проявляется в человеке физически и психически. Психически напряжение проявляется в чувстве беспокойства и удрученности. Это чувство происходит из потребности каким-нибудь способом восстановить равновесие и снять напряжение. Такие потребности называются желаниями. Лишь живые существа могут желать, и все живое живет желанием. Некоторые из сложных человеческих желаний получили названия: половое стремление, честолюбие и стремление к одобрению. Есть много и других желаний — сознательных и бессознательных; некоторые из них имеют название, а другие — нет. Одна из самых интересных задач современной психологии — распознавание желаний и изучение их взаимных связей.

Так, в исправном моторе напряжения не вызывают каких-либо осложнений и не ищут себе выхода; там все нарочно устроено так, чтобы в каждый данный момент напряжения могли действовать лишь в одном направлении. У человека же могут быть различные желания, толкающие его одновременно в разных направлениях, и это может причинять ему значительные неудобства. Простой пример — девушка, страдающая сыпью, на первом балу в своем колледже. У нее два одновременных желания: почесаться и не почесаться; и даже самая воспитанная молодая леди почувствует себя беспокойно, если у нее возникнет во время вальса

¹ Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных. СПб. 1991. Дайджест.

конфликт между желанием соблюсти хорошие манеры и желанием почесаться.

Проблема человека состоит в том, что ему приходится откладывать снятие некоторых напряжений, во избежание возникновения новых, еще более сложных, например, замешательства. С этим прямо связан тот факт, что некоторые люди страдают раскалывающими череп головными болями и жгучими болями в животе, другие же ничего подобного не испытывают. Как мы увидим дальше, необходимость задерживать снятие напряжений, присущая энергетической системе человека, — причина многих интересных вещей.

Итак, человек — это живая энергетическая система, напряжения которой вызывают желания, и задача человека — удовлетворять эти желания, не вступая в конфликт с самим собой, с другими людьми и с окружающим миром.

ЧТО ЧЕЛОВЕКУ НАДО?

В каждый момент, если не возникает каких-либо помех, человек склонен вести себя так, чтобы по возможности снять сильнейшее из своих напряжений, удовлетворив самое заветное из своих желаний. Каждое удовлетворенное желание приближает его к цели — к ощущению покоя и безопасности, или к свободе от беспокойства. Беспокойство — это признак напряжения; оно убывает, когда восстанавливается энергетическое равновесие. Никто никогда не достигает цели вполне, потому что все время возникают новые желания, и слишком много желаний жаждет удовлетворения в одно и то же время, так что удовлетворение какого-нибудь из них зачастую усиливает напряжение других. Мира нет и во сне; спящий издает громкий храп и всю ночь, через правильные промежутки времени, тяжело ворочается с боку на бок.

Жизнь раздражает нас на каждом шагу; мужчины закуривают сигару и обнаруживают, что это мерзость, а женщины не могут найти билет, засунув его в собственную сумку; и раздражающие пустяки, и более серьезные внутренние и внешние фрустрации¹, уже вовсе не располагающие к юмору, угрожающе подавляющая способность человека удовлетворять свои желания и тем самым усиливают его напряжение и беспокойство. Важны не столько

¹ Расстройство, крушение надежд (Прим. перев.).

сами происшествия, сколько их влияние на возможность исполнения желаний. Одно и то же событие, случившееся одновременно с разными людьми, может беспокоить одного из них и нисколько не тронуть другого — в зависимости от желательного для них будущего. Может показаться, что беспокойство вызвано самим событием, но на самом деле человек беспокоен потому, что это событие может изменить перспективы удовлетворения его желаний. Машина может спустить шину во вполне определенный момент на вполне определенном участке дороги; но у разных водителей возникает свой уровень беспокойства, всецело зависящий от их желаний в отношении более или менее близкого будущего: существенно, насколько водитель торопится, каково его финансовое положение, с кем он едет и тому подобное; а в иных случаях, например, беспокойство водителя зависит от состояния его мочевого пузыря. Какая-нибудь веселая компания школьников может и вовсе не огорчиться таким случаем, а воспринять его как развлечение. Человек, потерявший работу, может впасть в беспокойство, связанное, однако, не с его отношением к труду, а с угрозой некоторым его желаниям, например, желанию наполнять свой желудок, внушать уважение соседям или доставлять радость своим детям. Однако индивид без семейных забот, не настаивающий на регулярном питании и не стремящийся произвести впечатление на соседей сиянием своей новой машины, может ни разу не испытать беспокойства этого рода, вполне довольствуясь положением хиппи или философа, живущего в бочке. Беспокойство происходит от внутренних желаний, а не от внешних событий. Где нет желаний — нет и беспокойства. Труп спокойно исполняет свою роль перед любой публикой.

Люди думают, будто они стремятся к безопасности; но в действительности они стремятся к ощущению безопасности, потому что истинной безопасности, разумеется, не существует. Ощущение безопасности усиливается, если человек располагает средствами снять напряжения и рассеять тревоги, удовлетворить свои желания; это помогает обеспечить равновесие в энергетической системе, которую представляет собой человек. Если принять во внимание, насколько противоречивы напряжения, связанные с нашими важнейшими желаниями, то нетрудно понять, что "поиск свободы от беспокойства" не всегда означает то же, что "поиск безопасной ситуации".

Ощущение опасности или безопасности более зависит от про-

исходящего в нашем психике, нежели от происходящего во внешнем мире.

Человек пытается достичь ощущения безопасности, отыскивая наиболее действенные способы удовлетворить свои желания; но, к несчастью, этому препятствуют другие желания и внешние силы. Страх перед внешними силами ослабевает, когда выясняется, что с ними можно справиться или что они не угрожают достижению желаемых целей; однако беспокойство, связанное с желанием, не исчезает до тех пор, пока не представляется возможным это напряжение снять.

КАКОВЫ САМЫЕ МОЩНЫЕ СТРЕМЛЕНИЯ?

Два самых мощных стремления человека - это стремление к созиданию и стремление к разрушению. Из стремления к созиданию возникают любовь, великодушие и щедрость, пылкое произведение потомства и радостное творчество. Напряжение, толкающее человека к этим конструктивным целям, мы будем называть либидо¹; важнейшая его функция — обеспечить продолжение человеческого рода. Стремление к уничтожению приводит в действие вражду и ненависть, слепой гнев и жуткие наслаждения жестокостью и распадом живой плоти. Напряжение, дающее силу этим чувствам, мы будем называть мортидо². Наиболее концентрированно это напряжение выражается в борьбе за существование; при надлежащем применении оно помогает индивиду спастись от внутренних и внешних опасностей. На обычном языке либидо — это энергия воли к жизни, сохраняющей род; мортидо — энергия воли к смерти, сохраняющей индивида, если объектом ее является подлинный враг.

Естественно, эти два стремления часто вступают в конфликт друг с другом, толкая человека к противоположным поступкам по отношению к людям и окружающей среде. С неприятными конфликтами этого рода справляются по-разному. Обычный способ разделяться с ними состоит в том, что одно из соперничающих желаний выталкивается из сознания, как будто его нет. В мирное время люди склонны утверждать, что мортидо не существует вообще, а в военное время пытаются утверждать, что либидо не существует по отношению к врагу. Однако не замечаемое

¹ Вожделение, похоть (*Прим.перев.*).

² Неологизм - смерть (*Прим.автора*).

ими стремление вопреки их воле влияет на их поступки, так что и поведении большинства людей ни любовь, ни ненависть не проявляются в чистом виде. Слишком уж они любят, часто вопреки своей сознательной воле, кусать добрую руку, которая их кормит, и кормить ненавистный рот, который их кусает.

Другой способ справиться с конфликтом — это позволить тому и другому чувству попеременно одерживать верх, каждому в свою очередь. Человек, который попеременно любит и ненавидит, часто вызывает у наблюдателя не меньшее удивление, чем если бы он попеременно откусывал кусок мороженого и кусок сыра; трудно отделаться от впечатления, что оба вида пищи удовлетворяют, быть может, один и тот же голод.

Стремление к созиданию и к уничтожению, кульминацией которых является половое сношение и убийство, — это и есть тот первичный материал, с которым приходится работать человеку и цивилизации. Чтобы сохранить собственную жизнь, общество и человеческий род, люди вынуждены применять деструктивно направленную энергию, необходимую для достижения некоторых целей, например, для искоренения жестокости, убийств и болезней; конструктивно направленная энергия имеет целью духовный и материальный прогресс. Психическое развитие человека зависит от его способности направить эти внутренние силы к наиболее продуктивным целям.

Есть различие между желанием и попыткой его удовлетворить, между чувством любви или ненависти и его выражением. Силу, с которой индивид выражает свою любовь и ненависть к другим или к самому себе и с которой он пытается удовлетворить свое либидо и мортидо, можно назвать агрессивностью. Человек с сильными чувствами может обманывать себя и других, выражая их слабо, и, напротив, человек со слабыми чувствами вызывает такое же заблуждение, выражая их открыто.

Наряду с агрессивностью выражения следует еще учитывать направление чувств любви и ненависти. Некоторые люди направляют свою любовь главным образом на других; некоторые — преимущественно на самих себя. Количество любви, принимающей то или иное направление, может со временем меняться. Точно так же человек может интенсивно ненавидеть кого-нибудь другого, и наиболее агрессивным проявлением этой ненависти является убийство. Он может интенсивно ненавидеть самого себя, и наиболее агрессивно эта ненависть проявляется в самоубий-

стве. И убийство, и самоубийство одинаково выражают агрессивность; единственная разница, касающаяся психической энергии, состоит в ее направлении.

Большинство людей не доходит до таких крайностей. Либи́до и мортидо находятся под надежным контролем, маскируемые друг с другом и, возможно, иными силами, так что многие проживают свою жизнь, не догадываясь, насколько мощны эти стремления и как сильно они влияют на мотивы и поступки человека. Между тем, можно с уверенностью утверждать, что человеческое поведение в широких пределах определяется напряжениями либи́до и мортидо, нарушающими психическое равновесие человека и толкающими его к действиям, которые обещают это равновесие восстановить. Изыскивая возможности удовлетворить свои созидательные и уничтожительные стремления, человек уменьшает свое ощущение беспокойства и приближается к ощущению безопасности, которое и является его целью. Мы увидим в дальнейшем, как трудно человеку выразить свои стремления, сколько неудач вызывают неизбежные приспособления и компромиссы и что происходит, если с этими желаниями и напряжениями человек не может справиться.

Интенсивность либи́до и мортидо, по-видимому, в значительной мере зависит от химических веществ, находящихся в крови. Можно было бы предположить, что половые вещества, выделяемые яичниками и семенными железами, должны влиять на либи́до, а вещества "страха и гнева", производимые надпочечными железами, должны влиять на мортидо; однако до сих пор не доказано, что введение каких-либо известных нам химических веществ может заставить человека сильнее любить или ненавидеть. Гораздо более убедительны результаты, полученные на животных. У крыс инъекция "материнского" гормона гипофиза вызывает несомненное усиление любовного материнского поведения. И хотя в отношении человека ничего еще не доказано, при исследовании его стремлений не надо забывать о различных железах, которые могут иметь к ним отношение.

Многие сомневаются в происхождении деструктивных стремлений, но мало кто отрицает их существование. Они не всегда проявляются видимым образом, но это вовсе не значит, что их нет. Точно так же и стремление к производству потомства не всегда проявляется видимым образом, но никто не отрицает, что оно существует. Всякий, у кого есть в доме дети, должен при-

знать, что они по временам проявляют разрушительные склонности и враждебность и с возрастом, как показывает опыт, не избавляются от таких склонностей, а приучаются выражать их более осторожно и утонченно, как и свою любовь. Деструктивные стремления проявляются также в сновидениях. Сновидения человека - его собственные изделия, которым он сам придает любой желательный ему вид. Если люди часто видят во сне уничтожительные поступки, значит, нечто в человеке получает удовольствие от этих поступков. Психиатры спорят, главным образом, о том, являются ли деструктивные стремления врожденными или же они развиваются в результате подавления созидательных стремлений. Нам незачем входить здесь в эти споры, поскольку люди ведут себя таким образом, как если бы деструктивные склонности были у них всегда; для изучения дальнейшего поведения человека безразлично, складываются ли они в первые месяцы жизни или присутствуют уже в момент рождения.

Человеку свойственно производить события; какие события он производит, где и когда он их производит, в значительной степени зависит от двух его сильнейших стремлений: от агрессивности, с которой он их выражает, и от его способа разрешать возникающие конфликты.

ПРОБЛЕМА ЧЕЛОВЕКА

Проблема человека та же, что у любой энергетической системы: найти путь наименьшего сопротивления для разрядки напряжения. Электрическая батарея, которая также является энергетической системой, находит путь наименьшего сопротивления в цели почти мгновенно — в малую долю секунды. Другие энергетические системы, такие, как текущая река или ураган, находят путь наименьшего сопротивления в несколько часов. Человек — энергетическая система, нередко затрачивающая на это годы и способная откладывать разрядку на неопределенное время, поскольку человек способен хранить энергию.

Психические напряжения в человеке проявляются главным образом в виде либидо и мортидо, а эти две силы стремятся проявиться немедленно. Это, значит, что человек имеет склонность взять то, что ему хочется, как только ему этого захочется, и сразу же уничтожить все, что становится ему поперек пути, мешает ему или раздражает его. Такой прямолинейный образ действий можно нередко наблюдать у младенца, еще не научившегося на горь-

ком опыте сдерживать свои желания. Если, однако, таким образом пытается вести себя взрослый, то он наталкивается на помехи двоякого рода: со стороны других людей, также стремящихся к тому, чего они желают в данное время, и готовых устранить всех и все, мешающее им в этом, и со стороны природы, не всегда готовой предоставить желаемое в тот момент, когда это нужно человеку, и не готовой измениться, чтобы облегчить ему жизнь.

Природа и другие люди не только препятствуют человеку, мешая ему удовлетворить тут же на месте его желания, но также постоянно угрожают его жизни. Всевозможные энергетические системы вокруг него: бурные моря, ревущие столбы воздуха, именуемые ветром, потрясающие землю вулканы, готовые к прыжку звери и, наконец, другие человеческие существа — все они также ищут пути уменьшить свои напряжения, как только эти напряжения возникают. Мало того, что его раздражают все эти мешающие ему динамические предметы, — ему приходится еще следить, как бы не помещать самим этим предметам слишком уж сильно или неуместным способом. Проблема его, следовательно, состоит в том, чтобы найти наилучший способ обращения с другими энергетическими системами, с целью удовлетворить свои желания возможно скорее и с наименьшей опасностью.

В некоторых частях света для этого применяется магия. За небольшое вознаграждение, например, за десяток собачьих зубов или оглушительную пластинку для проигрывателя, новогвинейский колдун готов навести порчу на соперника в любви, досаждающего его клиенту; он исполняет это, втыкая колючки в сделанное из травы изображение жертвы. Обитатели мест, посещаемых ураганами, полагают, что ветер любит сырое мясо; чтобы умиловать управляющего ветром бога и предотвратить подобные ужасы в будущем, ему приносят в жертву животных. В некоторых частях света люди представляют себе смерть чем-то вроде официанта, падкого на подачки, и улучшают свое самочувствие щедрой благотворительностью. В нашей стране в такие вещи, разумеется, не верят; здесь полагают, что наилучший метод — это изучить, как могут вести себя другие люди и природа в различных условиях и как добиваться от людей и природы желаемого результата с наилучшими шансами на успех. Итак, чем вернее мы судим об окружающем, тем вероятнее получим то, что хотим.

Очевидно, чтобы удовлетворить свои желания, не навлекая на себя неприятностей, человек должен научиться управлять свои-

ми либидо и мортидо; иначе говоря, он должен научиться ждать. Он должен также научиться правильно судить о своем окружении и умело обращаться с ним, чтобы уменьшить опасность поражения или гибели, когда придет, наконец, время Действовать.

Это — проблема управления. Человек должен научиться управлять тремя группами сил: самим собою, другими людьми и природой. Это называется Принципом Реальности, потому что, чем более реалистичен человек — то есть, чем точнее наблюдает он эти три вида явлений, — тем скорее и полнее он сможет безопасно удовлетворить свое либидо и мортидо. Принцип Реальности требует, чтобы человек формировал четкие образы.

Как правило, люди имеют вполне удовлетворительные образы некоторых вещей из своего окружения. Хороший фермер разбирается в явлениях природы. Удачливый бизнесмен понимает, чего можно ожидать от людей в определенных обстоятельствах. Но лишь в редких случаях человек ясно представляет себе, что могут заставить его делать даже без его ведома собственные либидо и мортидо. Именно в этом отношении делаются крупнейшие и наиболее частые ошибки.

К счастью, мы имеем в себе нечто, позволяющее нам справляться с этой трехликой действительностью, которую приходится удерживать в столь чувствительном равновесии. Эта система называется Эго; как предполагается, она действует в соответствии с Принципом Реальности. Предполагается также, что она производит правильные наблюдения и составляет правильные суждения о внутренних напряжениях индивида и о напряжениях окружающих его энергетических систем; предполагается, далее, что она руководит индивидом в соответствии с этими данными, наилучшим образом способствуя его благу. С помощью этой системы индивид откладывает, когда это выгодно, удовлетворение своих желаний, пытаясь перестроить окружающий мир таким образом, чтобы эта цель оказалась достижимой впоследствии.

Чтобы выполнить свою задачу, Эго должно обладать некоторым мастерством в управлении психической энергией, а также некоторым мастерством в обращении с людьми и вещами. Таким образом, Эго — это "орган мастерства". Энергия для осуществления этой функции получается из части энергии либидо и мортидо, последовательно отщепляемой в раннем детстве; эта энергия становится независимой и даже во многих отношениях противопоставляет себя первичной энергии либидо и мортидо. По

мере того, как личность знакомится с действительностью, энергия Эго служит для управления первичной энергией в соответствии с Принципом Реальности. Человек получает большое удовлетворение от владения собственным телом при плавании и нырянии, от владения резиновым шариком, бегающим по площадке для гольфа, от владения маленькими бумажными игрушками, которые называются игральными картами, или от владения механизмом самолетного мотора. Все эти занятия приносят двойное удовлетворение: они удовлетворяют не только первичные либидо и мортидо, но и те доли либидо и мортидо, которые от них отщепились и получают свое удовлетворение от владения вещами через Эго.

После отщепления относительно небольших долей, необходимых для образования Эго, остается огромная масса первичных либидо и мортидо; психиатры по серьезным психологическим причинам стали представлять себе эту массу как "все это", или просто "Оно". Либидо и мортидо, заключенные в Эго, и либидо и мортидо, оставшиеся в Оно, часто противостоя друг другу, а не сотрудничают, поскольку одна из задач Эго - овладение и управление Оно, которое всегда отбивается. Оно желает немедленного выражения и удовлетворения; Эго нередко хочет заставить Оно подождать.

Так как психиатры в разных странах говорят на разных языках, они сочли удобным, как и другие ученые, использовать в качестве научных терминов греческие и латинские слова, еще с древности широко известные во всем мире. Поэтому они обычно называют Оно на языке древних римлян: Ид. Либидо и мортидо, оставшиеся в Ид, называются при этом "инстинктами Ид".

Здесь уместно будет предостеречь читателя от некоторых сравнений. Поршень автомобильного мотора, разумеется, толкает приложенная к нему сила, но это вовсе не значит, что его толкает некий человек, сидящий в моторе. Точно так же энергия Эго и инстинкты Ид — это силы, а не человечки, сидящие в нашем мозгу с заряженными револьверами и готовые сразиться друг с другом при малейшем искушении. (В действительности, есть и человечки, и большие мужчины и женщины, сидящие у нас в мозгу и всегда готовые заговорить; но о них будет речь дальше, в главе об анализе взаимодействий.)

Наша жизнь так трудна именно по той причине, что Эго находится в описанной выше сложной ситуации. Перед ним три силы,

с которыми оно должно бороться, держать их под контролем и, в конечном счете, заставить их совместно работать для удовлетворения и безопасности индивида: инстинкты Ид, силы природы и другие люди. Люди обычно отдают себе отчет в существовании природы и других людей, но не представляют себе достаточно отчетливо, что Ид является такой же реальностью, весьма важной и беспокойной, с которой приходится считаться. Такая недооценка Ид объясняется, в частности, тем, что Ид всегда прячется и находит всевозможные способы надувать Эго.

Как бы ни был искусен человек в обращении с людьми и окружающими предметами, он не найдет покоя, если не научится так же хорошо справляться со своим Ид. В конечном счете, наше счастье зависит не от способности очаровывать женщин или добывать деньги, но от способности утвердить мир в собственной психике. Проблема человеческого Эго в этом трудном мире — найти путь наименьшего внутреннего и внешнего сопротивления для безопасного удовлетворения созидательных и уничтожительных стремлений. Проблема общества — воспитать созидательные стремления и подавить уничтожительные.

КАК ЛЮДИ ВЫРАЖАЮТ СВОИ СТРЕМЛЕНИЯ?

Пока человек откладывает снятие какого-либо напряжения Ид, энергия, связанная с подавленным желанием, не находит применения. Вдобавок требуется тяжелая работа Эго, чтобы удерживать Ид в повиновении, и немалое количество энергии затрачивается уже на то, чтобы удерживать соответствующую часть Ид в скрытом состоянии. Это весьма напоминает деятельность тайной полиции, имеющую целью лишить некоторую часть нации свободы слова. В результате нация ослабевает не только потому, что множество граждан недовольно и не может содействовать национальным целям, но еще и потому, что немалое число других должно тратить свое время на присмотр за недовольными. Если бы эти последние могли быть удовлетворены, то их деятельность была направлена на пользу нации, а не во вред ей, и вдобавок тайная полиция стала бы ненужной, так что и полицейские могли бы заняться каким-нибудь полезным делом. Кто видел тюремную охрану, стерегущую заключенных, легко поймет, какой двойной ущерб это причиняет обществу; точно так же процессы подавления приводят к потере энергии у отдельного человека.

Если Ид может быть безопасным образом удовлетворено, то Эго может отдохнуть, и тогда Эго и Ид, действуя вместе, могут посвятить добавочную энергию чему-нибудь полезному для индивида и для общества.

Природа выработала способы, позволяющие избегать этой двойной затраты энергии, так что желания Ид, прямое и полное выражение которых не допускается, могут выразиться в косвенной форме. Тем самым хотя бы часть их энергии может быть направлена к полезным целям, и в то же время Эго может хотя бы частично отдохнуть при ослаблении напряжений Ид.

На короткое время удается иногда попросту вытеснить желания Ид из нашего сознания, полагая, что их не существует, однако ни в коем случае нельзя забывать, что такое предположение их не устраняет. В конечном счете, они так или иначе пробьют себе дорогу, вопреки всем нашим усилиям. Если человек не отдаст себе в этом отчета, он может в конце концов натворить немало странных вещей. Признавая у всех других подсознательные конструктивные и деструктивные стремления, он может отрицать их у самого себя. И может случиться, что собственное поведение застанет его врасплох.

Чем больше мы знаем о желаниях нашего Ид, тем легче избавиться от сексуальных ошибок и обуздать праведный гнев.

После некоторого промежутка времени, когда Эго вытесняет из сознания или подавляет желания Ид, они могут, например, косвенно проявиться следующим образом: дождавшись, пока Эго уснет, они выступают* переодетом виде в наших сновидениях.

Это, впрочем, не особенно помогает, если напряжения достаточно сильны и не находят себе другого выхода, то подавленная энергия Ид может нанести столь сильный вред организму и поведению человека, что Эго теряет контроль над частью его тела и психики. Эта потеря контроля проявляется в виде невроза. Невроз (или психоневроз, что для наших целей одно и то же), оказывается, таким образом, скрытым выражением желаний Ид. Этим вопросом мы подробнее займемся в дальнейшем.

Теперь же мы хотим прежде всего понять, каким образом ИД влияет на нормальное повседневное поведение и как людям удастся спускать чрезмерное давление, не превращая свою (во всяком случае, взрослую) жизнь в нагромождение яростных стычек. Это достигается большей частью путем подстановки\некоторого другого объекта или другой деятельности вместо первона-

чальной цели их желаний; замена должна быть достаточно близка к действительному удовлетворению, чтобы на какое-то время успокоить Ид, и достаточно далека от него, чтобы избежать угрожающих последствий.

Первичная потребность либидо — как можно теснее сблизиться с другим человеком, чаще с человеком противоположного пола. Конечно, способ фактического удовлетворения отчасти зависит от возраста. Теснейшее сближение младенца с другим человеком — это сосание материнской груди, что и составляет благотворную цель либидо у младенцев обоего пола. При искусственном питании ребенок чаще нуждается в добавочных ласках, возмещающих наслаждение сосанием. По достижении зрелости теснейшее возможное сближение — это половое объятие. В старости¹ самый доступный способ удовлетворить эту первичную потребность — пожалуй, держать кого-нибудь за руку и с кем-нибудь говорить.

Телесный контакт доставляет, конечно, самое прямое удовлетворение либидо; однако напряжение либидо можно ослабить чем угодно, что бы давало ощущение сближения: физического, духовною или эмоционального. В этом смысле представляет ценность более близкое соседство, более интимное обсуждение общих интересов или переживание общей эмоции. Людям помогает даже, когда они делают одно и то же в одно и то же время, хотя бы и порознь. Некоторые разлученные пары уславливаются думать друг о друге каждый день в одно и то же время, например, за ужином, писать друг другу в одно и то же время дня и делать разные другие вещи, чтобы быть вместе, хотя и в разлуке. В некоторых ситуациях, однако, подобные "предварительные наслаждения" не облегчают напряжения либидо, а лишь усиливают его или дополнительно мобилизуют. В ряде случаев, когда такие предварительные наслаждения действительно предшествуют половому акту, интенсивность их способствует полноте конечного удовлетворения. Женщины обычно верят более твердо и с более юного возраста, чем мужчины, что, чем больше нормальные партнеры любят друг друга и чем больше у них общих интересов, тем большее удовлетворение получают они от половых сношений. Если

¹ Старостью я называю возраст начиная с восьмидесяти пяти. В среднем возрасте нет никакого естественного спада половых сил, хотя и наблюдается искусственный спад. Каков бы ни был лев, он может упасть духом, если его лет горок продержат в клетке.

половые сношения с противоположным полом откладываются слишком долго по внешним обстоятельствам или по требованиям совести, то есть и другие возможности. Во-первых, некоторое удовлетворение может быть получено от ухаживания и общения. Во-вторых, некоторые люди способны получать почти полное удовлетворение вовсе без партнера или с партнером того же пола, иначе говоря, посредством мастурбации или гомосексуализма. В первом случае у них есть надлежащий сексуальный объект, то есть, лицо противоположного пола, но не достигается сексуальная цель — половое сношение. Во втором случае у них нет надлежащего объекта, но достигается сексуальная цель — оргазм. В обоих случаях нечто оказывается смещенным; говорят, что либидо смещается от своей собственной цели или от своего собственного объекта.

Некоторые из наиболее интересных и общественно полезных смещений либидо происходят в тех случаях, когда и цель, и объект служат частичными заместителями биологической цели и биологического объекта. Это происходит при так называемой сублимации¹, то есть, деятельности, стремящейся приблизить других людей и самого делателя к высшим предметам жизни. Ряд психических функций организуется таким образом, чтобы доставлять людям эти утонченные виды наслаждений. Хорошим примером может служить живопись. В этом случае художник подставляет в качестве объекта модель, заменяющую любовного партнера (причем эта модель может быть и не человеком, а каким-либо неодушевленным предметом, например, пейзажем или корзиной фруктов), а в качестве цели — трепет художественного творчества, заменяющий любовные содрогания.

Жизнь Данте Алигьери свидетельствует о том, как великий поэт выражает себя в своем творчестве, когда невозможно прямо выразить себя в любви. Поэт подставляет воображаемых людей и вымышленные обстоятельства на место подлинной женщины, которую он не в силах обрести или которой не может обладать; он подставляет творческий пыл на место любовной страсти. Все это Данте демонстрирует во взаимоотношении между своей поэзией и своей Беатриче. Впрочем, можно сублимировать и не будучи гением. Многие ощущают тот же творческий трепет, когда плотничают у себя дома, пополняют свою коллекцию ракушек

¹ От лат. *sublimis* - Высокий, возвышенный (*Прим.перев.*).

или почтовых марок, хвалятся или управляют машиной или лодкой, любовно собранной своими руками.

Есть и другие способы удовлетворения путем сублимации; мы привели эти примеры лишь с целью показать, каким образом подавленное либидо использует разные виды деятельности, косвенными путями облегчая психические напряжения от неудовлетворенных первичных желаний.

Энергия мортидо точно так же находит косвенные пути выражения. Первичная потребность мортидо — устранение другого человека, обычно того же пола. Половые различия между объектами либидо и объектами мортидо можно видеть также у животных — у птиц, рыб и млекопитающих. Дятлы, золотые рыбки, слоны и собаки обычно любовно относятся к представителям противоположного пола и ищут сближения с ними; напротив, представители собственного пола, как правило, вызывают у них ярость и попытки устранения раздражающего объекта. То же можно видеть и у людей, как только с них спадет налет вежливости; каждый может убедиться в этом, посетив какое-нибудь питейное заведение.

Мортидо для нас гораздо загадочнее, чем либидо, поскольку в нашей стране в мирное время оно может быть полностью удовлетворено лишь путем убийства или самоубийства. В военное время психиатры могут узнать о нем больше, поскольку в их задачу входит изучение действия мортидо на живом материале. Куда больше нас знают об этих вещах тоталитарные и авторитарные правительства. В нашей демократии, где насилие и пытка не рассматриваются как законные методы полицейской практики, а осуждаются в качестве преступных и неестественных, некоторые аспекты мортидо менее известны. В повседневной жизни либидо имеет возможность вылиться в разнообразные виды деятельности; мортидо имеет для этого меньше условий. В жизни сколько-нибудь счастливого индивида приступы ярости случаются реже оргазмов.

Возможно, заслуживает внимания влияние бессознательного мортидо на политические решения. В этих вопросах нередко упускают из виду психологическую основу, сосредотачивая все внимание на внешних проблемах и ситуациях. Попытаться устранить войну изменением общественных условий — это примерно то же, что попытаться предотвратить появление детей регулирование женской одежды. Изменение состояния первичных предме-

тов мало воздействует на силу первичных стремлений, которые в конечном счете могут пробить себе дорогу.

Все, что дает ощущение сближения, действует удовлетворению либидо, и точно так же все, что дает ощущение удаления, содействует удовлетворению мортндо. Отъезды из города, ссоры, сарказм, всевозможные выходки наперекор другим, из одного только упрямства - все это косвенные пути удовлетворения мортндо. Как это ни странно, нам известно из опыта, что сюда же относится и воздержание, хотя оно может показаться на первый взгляд чем-то противоположным удивлению.

И либидо, и мортндо имеют в своем прямом удовлетворен», два аспекта. Либидо удовлетворяется или путем приближения индивида к объекту, или же путем приближения объекта к индивиду в разной степени у разных людей; точно также мортндо может быть удовлетворено или путем бегства от объекта, или же путем обращения его в бегство. Пассивное либидо мужчины хочет, чтобы женщина к нему пришла, активное же либидо побуждает его преследовать женщину. Точно так же пассивное мортндо побуждает его к бегству, активное же мортндо побуждает вступить в бой, чтобы изгнать другого мужчину. Когда мортндо вызывается опасностью, некоторые люди бегут, а другие сражаются. Таким образом, мортндо — это сила, связанная с двумя эмоциями, — страхом и гневом; поведение человека зависит от того, какая из этих эмоций в данной ситуации сильнее. В любом случае достигается одна и та же цель — удаление индивида от угрожающей энергетической системы.

Как и либидо, мортндо может выражаться различными способами. Вместо удаления противника того же пола можно атаковать его, не устраняя со сцены, как это происходит в деловой конкуренции, в спортивных состязаниях или тогда, когда отпускают саркастические замечания в споре. В других случаях мортндо устраняет индивида противоположного пола, например, муж убивает из ревности свою жену, причем объектом мортндо служит человек того же пола; или же индивид устраняет само себя посредством самоубийства; наконец, вместо человека устраняется животное, как это происходит на охоте. В первом случае имеется собственный объект, но не достигается конечная цель, так что мортндо смещается от своей цели; в остальных случаях объект замещается другим, но цель устранения достигается, так что мортндо смещается от своего объекта. Мортндо также может бы

сублимировано; это происходит, например, у резчиков по камню, плотников и шахтеров, которые создают прекрасные и полезные вещи, атакуя неодоушевленные предметы. Одной из полезнейших сублимаций мортидо служит хирургия.

Читатель знаком теперь с несколькими парами психологических понятий, очень важных для понимания людей; вот их перечень:

Созидательные стремления и уничтожительные стремления; либидо и мортидо; энергия, направленная внутрь, и энергия, направленная наружу; сближение и удаление; смещение цели и смещение объекта; активное и пассивное.

Вернемся теперь к девушке-сироте Нана и посмотрим, как действуют некоторые из этих пар. Мы увидим при этом, насколько неразумно и неразборчиво Ид, и как напряжения либидо и мортидо пытаются проявиться в одно и то же время, пользуясь всяким случаем.

Мы уже знаем отчасти причины, по которым Нана стала вести смолоду беспорядочный образ жизни. Ранняя смерть ее матери, беспутное поведение отца и отсутствие семейной жизни вызвали у нее глубокую потребность в ласке или в чем-то похожем на ласку. Когда ей было девятнадцать, отец ее был убит при попытке ограбить среди бела дня бронированную машину возле Первого национального банка Олимпии. Безрассудный характер покушения свидетельствовал о том, что ему не очень хотелось жить, и потому он не очень боялся смерти. Как он часто говаривал: "если человеку не так уж хочется дальше играть, то не все ли равно, как выпадают кости". После такого скандала Нана нелегко было честно зарабатывать себе на жизнь, и вскоре она оказалась вынужденной брать деньги у своих многочисленных поклонников, несмотря на все свое отвращение к такой мерзости. Разные люди в городе взяли себе за обыкновение, подвыпив, посещать Фоумборн-стрит и наносить визиты Нана. Отвращение Нана к своей профессии усиливалось визгливыми поношениями, которые устраивала ей на улицах миссис Фейтон, городская проститутка.

Она попыталась улучшить, как могла, свои обстоятельства и согласилась жить с известным скрягой мистером Кроуном, худощавым высокорослым стариком мрачного вида, который к ней привязался. Она думала, что ненавидит мистера Кроуна, жестоко колотившего ее, точно так же, как раньше это делал отец; но когда он в скором времени умер, Нана, к собственному удивлению, горько о нем скорбела, хотя он и завещал всю кучу денег не ей,

как обещал прежде, а Обществу противников вивисекции. Ей пришлось вернуться к прежней жизни.

Рано или поздно Нана должна была подцепить венерическую болезнь; она заразилась от мистера Мелигера, приличного на вид, но нервного юриста, часто ездившего по делам в Чикаго. Когда ей сказал об этом мистер Пелл, она была шокирована И не сразу поверила; впрочем, состояние ее вскоре улучшилось в результате правильного лечения. Когда ей показалось, что она уже излечилась, она пренебрегла предостережением врача и вновь тайно приняла двух своих излюбленных посетителей. Вследствие этого Ролф Метис и Джозайя Толли от нее заразились.

Главными эмоциональными напряжениями Нана были: во-первых, жажда ласки, которой она была совершенно лишена в детстве; во-вторых, стремление к красивым вещам, усиленное убогой обстановкой ее жизни (все деньги, заработанные ею сверх повседневных расходов, она тратила на репродукции известных картин и книги об искусстве, которые хранила в запортом шкафу втайне от своих поклонников); в-третьих, досада на отца, никогда не доставлявшего ей ласку в желательном для нее виде и с желательной частотой; и, в-четвертых, досада на общество в целом, которое она винила в убийстве отца и в своей несчастной жизни.

Двигателями ее поведения были неудовлетворенные напряжения Ид, большей частью исходившие из раннего детства. Теперь им было легче выразиться, поскольку после смерти отца она стала "независимой" и еще более одинокой.

Конечно, с ее стороны неразумно было сваливать вину на банк, нанявший бронированную машину, но так уж получилось. Ид нередко перекладывает или смещает вину.

Ее способ жизни предоставил ей разные способы удовлетворить свое изголодавшееся либидо, направленное на внешний мир. Но жизнь эта не доставляла ей нормального эмоционального сближения с другим человеком, предлагая лишь убогие заменители. Она доставляла ей деньги на удовлетворение сублимированных созидательных стремлений, проявлявшееся в тайном интересе к искусству; внутренняя деликатность и угрызения совести не давали ей в этом признаться. Наконец, ее образ жизни позволял ей носить дорогие платья, также удовлетворяя этим направленное на внешний мир либидо в виде тщеславия.

Направленное внутрь мортидо также получало облегчение от такой жизни, поскольку женщина, с ее чувствительностью, должна была от всего этого немало страдать. Мистер Кроун доставлял ей в этом смысле более прямое облегчение тем, что ее колотил. Что касается мортидо, направленного наружу, то она удовлетворила его, отобрав у старого скряги какую-то долю его драгоценных денег, а затем заразив двух своих друзей, что привело к их окончательному удалению и тем самым к удовлетворению ее уничтожительного стремления.

Если пренебречь ее собственными объяснениями и принять в расчет лишь то, что в самом деле произошло (а так обычно и поступают психиатры), нетрудно усмотреть здесь по крайней мере два случая смещения объекта. Мистер Кроун занял во многих отношениях место ее отца, и это сходство усиливало подсознательное удовольствие и от его финансового наказания, и от проявленной к нему нежности. Таким образом, ее смешанные чувства к отцу сместились на мистера Кроуна; смещение это она не вполне сознавала, о чем свидетельствуют неожиданные для нее самой слезы после смерти старика. Ролф и Джозайя, награжденные болезнью, оба были связаны с банком; она сделала их козлами отпущения вместо банка, который она неразумно хотела наказать за смерть отца.

В наказании этих трех человек видна и активная, и пассивная сторона. Мистер Кроун был наказан активно ее экстравагантными затеями, вынуждавшими его тратить деньги и вызывавшими у него ревность. Двух других она наказала своей пассивностью. Чтобы заразить их, она ничего не затевала, а просто пассивно поддавалась их уговорам, позабыв сказать им о своей болезни; и она сделала это, по-видимому, без всякого умысла, поскольку убедилась в своем излечении.

Очень важно, что во всех ее поступках либидо и мортидо удовлетворялись одновременно. Яснее всего это проявилось в злополучную ночь, когда она получила удовольствие от полового общения с двумя мужчинами и в то же время заразила их своей болезнью. То же видно в ее смешанных чувствах к мистеру Кроуну. В действительности, не имея об этом отчетливого представления, она находилась в своеобразном двуличном, двустороннем отношении ко всем участникам этой истории, в том числе и к самой себе.

Кое-кому может показаться, что нехорошо рассматривать этот случай таким образом, как мы это сделали выше, потому что она и в самом деле не знала, что все еще больна. Верно, что ее Эго не знало этого наверняка, но некоторые сомнения все же оставались, как она обнаружила впоследствии, обратившись к психиатру. Одним из способов проявления Ид и является "грех забвения".

КАК ЛЮДИ ОБРАЩАЮТСЯ СО СВОИМ ОКРУЖЕНИЕМ?

Люди обычно обращаются со своим окружением таким образом, что от каждого их поступка получает некоторое удовлетворение либидо или мортидо, предпочтительно же оба вместе. Удовлетворение получается при этом от чувства сближения, или соиздания, и удаления, или уничтожения. Однако Ид вряд ли обладает хоть малейшей способностью учиться или приводить вещи в надлежащий порядок, как мы себе это представляем.

Иначе обстоит дело с Эго, управляющим в нормальных условиях нашей способностью обращаться с разными объектами, например, с собственными руками, ногами или мышлением. Ид способно лишь желать, Эго же умеет исполнять и учиться. Ид напоминает капризного римского императора; Эго подобно верному слуге, пытающемуся исполнить его неразумные желания. Император говорит: "Желаю иметь к обеду *truffles au champagne!*"¹. Слуге известно, где и как добыть желаемое императором и как приготовить еду ему по вкусу. Сам император никогда не сумел бы найти и одного трюфеля. Если он что-нибудь хочет, ему приходится добывать это через слугу, связывающего владыку с миром за стенами дворца. Точно так же Ид говорит: "Желаю иметь жену и детей!" И Эго должно устроить жизнь индивида на ближайшие годы таким образом, чтобы желание Ид могло быть удовлетворено. Эго обращается с окружением двумя способами: манипулируя и обучаясь. Действия Ид могут быть обнаружены во всех поступках индивида, если заметить, какие желания в действительности удовлетворяются их конечным итогом (не принимая во внимание ни способа удовлетворения, ни собственных объяснений индивида). Что касается Эго, то его работа видна во

¹ Трюфели в шампанском (*франц.*) (*Прим. перев.*).

всевозможном упорядочении мыслей и поступков индивида, который думает, что все сделанное им и сводится к этой работе. Если речь идет о сновидении, то деятельность Ид обнаруживается желанием, которое удовлетворяется в этом сне; труднее увидеть в этом случае работу Эго, если только желаемое не подверглось заметному манипулированию, выдающему его участие. Именно по этой причине часто случается, что после пробуждения Эго находит увиденный сон странным и нелепым. При изучении математики, напротив, работа Эго во всем выполненном манипулировании и обучении вполне очевидна, работа же Ид остается скрытой, и иногда нелегко понять, какие подсознательные желания удовлетворяются констатацией того, что дважды два — четыре.

Ид некоторым образом "естественнее" Эго, подобно тому, как корова "естественнее" бифштекса. Бифштекс — это корова, подвергнутая манипуляциям человеческого Эго. Природа упорядочена, но не путем манипулирования. Деревья естественным образом растут в лесу. И только манипуляции человеческого Эго заставляют их расти правильными рядами в саду. Семена прорастают там, где они находят лучшую почву, или куда их заносит метром. И только Эго может заставить цветы расти красивыми клумбами. Эго и есть тот, кто сажает в клетки животных, роет прямые каналы, видит в себе созвездия и создает противоположности, исключаящие друг друга. В природе, и точно так же в Ид, нет никаких противоположностей, исключаящих друг друга. В наше время все знакомы с электронами и атомами. Имеет ли смысл спрашивать об атоме, твердый он или мягкий, темный или светлый, хороший или плохой? Более того, нельзя утверждать, что он материя или энергия, время или пространство. Он и то, и другое или ни то, ни другое. В психиатрии, как и в физике, нам придется отбросить не только представление о противоположностях, исключаящих друг друга, но также представление о причине и следствии в том смысле, как их обычно понимают. В природе явления не вызываются и не объясняются. Они попросту происходят в разные моменты времени. Представления о причине и объяснении изобретены нашим Эго. Они не являются частью природы. Идеи этого рода еще раз свидетельствуют о склонности нашего Эго наводить во всем порядок. Явления не происходят "потому что". Они происходят "когда" и "как если бы", и нам приходится этим довольствоваться.

Таким образом, в Ид любовь не исключает ненависти. Любовь и ненависть могут существовать бок о бок в одно и то же время по отношению к одному и тому же лицу; они могут переплетаться друг с другом во всех наших чувствах, относящихся к этому лицу. Но люди склонны рассматривать любовь и ненависть как противоположности, исключающие друг друга; поэтому Эго "удивляется", обнаруживая в некоторых случаях почти одновременно крайние проявления привязанности и стремления к уничтожению. Крайняя привязанность часто переходит в полное уничтожение. Поэтому вспыльчивый мужчина нередко убивает женщину, которую страстно любит. Полиция, которой приходится иметь дело с реальностями, а не с упорядоченными идеями, хорошо это знает; в подобных случаях возлюбленный оказывается первым человеком, на которого падает подозрение (а не последним, как хотелось бы думать наше логичное Эго). Этот ход мыслей настолько привычен, что кажется логичным, хотя он в той же мере нелогичен; происходит же он из практического опыта, знающего, каким образом Ид бросает логике свой вызов.

Другая важная особенность Эго — это способность к обучению. Люди узнают действительность, запоминая разные вещи; это позволяет им делать общие утверждения, — в известном смысле, пророческого характера. Человек, не замечающий, что делается вокруг, попадает под дождь снова и снова. Но, если он достаточно долго живет в одном месте, он может понять, что облака определенного вида приносят с собой дождь. Он делает обобщение (пророчество) — низкие темные облака приносят дождь. Чтобы сделать такое обобщение, его Эго извлекает или абстрагирует из ряда наблюдений над облаками представления о темном и низком. Что касается Ид, то на него в этом полагаться нельзя, поскольку оно строит слишком уж много фантастических обобщений, ни на что не годных. Если, например, дети рождаются дома, то Эго ребенка может впасть в ошибку, будто появление доктора с его черным чемоданчиком означает нового младенца. Здесь Ид делает ложное обобщение, поскольку оно не умеет извлекать из происходящего точный смысл; в сновидениях, служащих лучшим материалом для изучения Ид, доктор может означать младенца, что бы он с собой ни принес, или же черный чемоданчик может означать младенца, хотя бы его принес не доктор. Если бы Эго представляло себе мир таким образом, оно ничего не могло бы сделать.

Ид больше, чем Эго, похоже на нетронутую природу; но оно не способно обращаться с действительностью, потому что не умеет манипулировать объектами и не в состоянии строить полезные обобщения. Чтобы эффективно обращаться с окружением, рекомендуется наблюдать, учиться, обобщать и манипулировать с помощью Принципа Реальности, соответственно контролируя инстинкты своего Ид. Однако, несмотря на все сказанное, в ряде случаев Ид удивительным образом проявляет больше мудрости, чем Эго; этим видимым противоречием мы займемся подробнее в параграфе, посвященном интуиции.

КАК ЧЕЛОВЕК РАСТЕТ И МЕНЯЕТСЯ?

Как легко понять, цель либидо состоит в том, чтобы поддерживать у взрослого человека постоянное желание производить потомство. Если либидо выражается в неприкрытой форме, как это бывает у многих молодых людей, то мы имеем индивида, "непрерывно гонящегося за обещанием оргазма", по удачной формулировке Сен-Сира. Очевидно также, что мортидо помогает индивиду выжить, внушая ему желание устранить все ему угрожающее. Если, однако, индивид живет среди цивилизованных людей, эти первичные стремления ему приходится скрывать. Поскольку жизнь устроена так сложно, что побуждения Ид фильтруются через Эго, непосредственные проявления либидо и мортидо удаётся видеть лишь в особых случаях.

Ид умеет только желать. Оно не способно учиться и расти, хотя в определенные периоды жизни меняется его сила, как это происходит во время созревания, а также время от времени меняется его направление, например, при рождении ребенка. С желаниями Ид может произойти одно из двух: либо они удовлетворяются, частично или полностью, либо подавляются. Если они удовлетворяются, чувствуется облегчение напряжения, как это бывает у человека сразу же после нормального полового акта, или сразу же после нанесения себе раны при неудачной попытке самоубийства. Если желания Ид подавляются, то напряжение возрастает, что приводит к дальнейшим попыткам его снять.

Поскольку первичные стремления к созиданию и уничтожению остаются в своей основе неизменными, рост или изменение человеческой личности состоит в изменении способов снятия этих напряжений.

Ид способно выражаться лишь в форме, соответствующей состоянию тела и его окружения. У новорожденного многие функции

еще не развиты. Ид сосущего младенца не может выражаться никаким способом, требующим хождения, поскольку его нервы и органы, необходимые для хождения, еще недостаточно развиты. Младенец лишен ряда удовольствий, так как не может управлять своим телом, пока не созреют нервы, ведущие к различным органам и мышцам. Он пользуется, однако, всем, чем может. Важнейшие движения, которыми он наделен от рождения, — это сосание и произведение звуков. Всякое удовлетворение либидо и мортидо должно быть, следовательно, достигнуто с помощью этих механизмов, с некоторым содействием других, менее развитых. Инстинкты Ид обычно лучше удовлетворяются с участием другого лица; и в самом деле, можно заметить, что младенец получает наибольшее удовольствие от сосания груди.

По мере того, как ребенок растет, его нервная система берет под свое управление все новые виды действий, что открывает новые пути для удовлетворения его Ид, пока, наконец, не наступает возраст силы и зрелости, когда становятся достижимыми конечные цели — взрослая половая деятельность и агрессия. Возрастают возможности ребенка получать удовлетворение, и вместе с тем расширяется круг его деятельности, поскольку человек любит жить возможно шире. После периода наслаждения сосанием ребенок научается управлять своим кишечником и мочевым пузырем, и это дает ему добавочные возможности наслаждения. Еще больше способов удовлетворения доставляет ему умение пользоваться руками и ногами. Позже, когда созревают его половые органы, он пользуется ими, чтобы получать свое наибольшее эмоциональное и физическое удовлетворение. На каждом новом этапе человек более или менее перерастает удовольствия предыдущего этапа, органы же, переставшие служить для наслаждения, используются для более заурядных целей. Таким образом, он переживает стадии наслаждения ртом, наслаждения кишечником и мочевым пузырем, наслаждения телом и наслаждения половыми органами.

Однако в ряде случаев, когда новый способ удовлетворения ему не слишком удастся или когда обстоятельства мешают ему экспериментировать с этим новым способом, человек продолжает придерживаться прежнего способа. Так обстоит дело у сироты, лишенного многих возможностей развития и потому продолжающего по младенческой привычке сосать свой большой палец; в этом случае ребенок застрял на одном из своих ранних этапов

развития. В других случаях ребенок может развиваться нормально, но в периоды стресса возвращаться к предыдущему этапу, отказываясь от недавно обретенного способа снимать напряжения; это происходит с ребенком, вновь принимающимся сосать свой большой палец, когда мать уезжает на отдых, и перестающим делать это после ее возвращения.

По мере своего роста нормальный человек не только проходит естественным путем последовательные стадии пользования органами соответственно развитию нервной системы, тела и желез; у него меняются также скорость, способы, частота и сами объекты удовлетворения. Эти изменения сильно зависят от Эго и происходят обычно в согласии с Принципом Реальности. Человек узнает, что некоторые пути удовлетворения часто ведут в конечном счете к худшей неудовлетворенности, и пытается вести себя в таких случаях благоразумнее. Он извлекает уроки из опыта. Ид, по-видимому, лениво и упрямо держится своих привычек, снова и снова пытаюсь получить удовлетворение на тех же старых бесплодных путях, если только Эго не очень твердо придерживается своего курса. Если Эго недостаточно бдительно, то Ид заставляет индивида повторять без конца одни и те же бездумные или недостойные ошибки.

Ид не только ничему не хочет учиться, пользуясь снова и снова теми же негодными методами в своих попытках получить удовлетворение; временами оно довольствуется поддельными реальностями — воображением, мечтами или видениями, которые доставляют наркотики. Иногда ему удается даже убедить Эго в реальности воображаемого; это называется галлюцинациями. Например, в алкогольной горячке вышедшее из-под контроля мортидо может искать удовлетворения в мрачных видениях змей и чудовищ, заменяя этим убийство или самоубийство. Такие зрительные галлюцинации кажутся индивиду реальными, поскольку критерий реальности в его Эго перестал действовать. В некоторых случаях молодой человек пытается удовлетворить свое либидо, вообразив, что его любит какая-нибудь красивая женщина, часто даже не знающая о его существовании. Если ему и в самом деле удастся удовлетворить свое либидо, вообразив, что его любит какая-нибудь красивая женщина, часто даже не знающая о его существовании. Если ему и в самом деле удастся уверовать в свои выдумки, это называется иллюзией. Подобными же иллюзиями страдают и женщины.

С возрастом люди стараются вести себя достойнее и осторожнее, воздерживаясь от поступков, которые могут лишить их собственного уважения и уважения других; поэтому напряжения мортидо все чаще направляются в обратную сторону, против самого индивида. Ребенок может дать волю своему мортидо в приступе ярости, не очень этим смущаясь; взрослый же человек, испытывая гнев или досаду на своих сотрудников, обычно пытается сдержаться, и в результате этого мортидо может направиться на его собственное тело.

Два самых обычных способа, которыми пользуется при этом мортидо — это повышение кровяного давления и изменение сечения кровеносных сосудов желудка. Если такое превращение эмоции в физическую реакцию происходит слишком часто, оно оставляет более или менее стойкие изменения. Например, кровяное давление может перестать снижаться после спокойного уик-энда, как мы видели в случае мистера Кинга; или же постоянные нарушения кровообращения в желудке могут привести к тому, что небольшая часть стенки желудка подвергается видоизменению, и образуется "язва желудка". Чтобы предотвратить такие вещи, бесполезно давать пощечины стенографистке или пинать мастера в мягкое место; надо научиться не раздражаться от пустяков, в том числе от финансовых потерь. В конечном счете, лучше уж остаться при своем желудке, чем при своих деньгах. Слишком часто получается так, что человек предпочитает сохранить свое имя на двери кабинета, отдавая свой желудок хирургам.

По мере того, как индивид растет, Это все более эффективно исполняет три своих задачи: облегчение либидо, облегчение мортидо и уменьшение угрозы со стороны внешнего мира. Хорошим примером служит земледелие, в котором мортидо доставляет энергию атаковать землю, а либидо - энергию ухаживать за растущим урожаем; между тем, продажа этого урожая уменьшает угрозу голода и в то же время увеличивает шансы более полного удовлетворения либидо и мортидо, облегчая женитьбу. И все это оставляет еще место для роскоши "божественного неприятия" и для эстетических переживаний.

Итак, личность нормального человека растет и меняется по мере того, как он учится новыми методами удовлетворять свое либидо и мортидо, пользуясь новыми органами и способностями, которыми он научился управлять, и покидая прежние, менее эффективные пути. В этом росте ему содействует Принцип Реальности, помогая постоянно бороться с постоянно навязываемыми ему менее эффективными, а подчас и опасными попытками искать удовлетворения на старых путях.

ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК ДОЛЖЕН УПРАВЛЯТЬ СОБОЙ?

Вначале ребенок еще не знает, что прямое выражение либидо и мортидо не окупается; он просто играет, не пытаясь управлять собой. Если здоровый младенец хочет сломать какой-нибудь предмет, он его ломает. Если ему хочется обхватить кого-нибудь руками, он обнимает мать или няню. Когда ребенок вырастает, он узнает, что подобное поведение может принести в конечном счете больше боли, чем удовольствия, что немедленное снятие какого-нибудь напряжения может привести к накоплению большего напряжения. В таких случаях надо решить, какое поведение приведет к наибольшему снятию напряжения на длительное время, и судить об этом должно Эго, если оно на это способно.

Если ребенок сломает музыкальную пилу, на которой играет отец, его за это выпорют или выбранят. Это причиняет страдание и приводит к психическому напряжению. Когда у него в следующий раз возникнет деструктивное настроение, он, возможно, призадумается: "Если я разобью эту вазу пятнадцатого века династии Мин, уменьшится ли от этого напряжение сильнее, чем возрастет потом, когда меня выпорют?" Если у отца твердая и непреклонная рука, то ответ будет "нет". Вследствие этого ваза останется целой на своем пьедестале — за кадкой с каучуковым деревом.

В более зрелом возрасте той же личности придется, возможно, ответить на вопрос: "Если я отобью девушку у инструктора дзюдо, уменьшится ли от этого напряжение сильнее, чем возрастет потом, когда инструктор швырнет меня наземь?" И ответ будет снова "нет", так что девушка инструктора дзюдо останется на своем пьедестале — возле той же кадки с каучуковым деревом.

Наказание вызывает возрастание напряжения, причем различными путями. Мы рассмотрим здесь лишь возрастание напряжения либидо, когда теряется возможность любви, и возрастание напряжения мортидо, когда теряется возможность мести. Выпоротый ребенок на какое-то время теряет возможность ласкаться к своему отцу; в то же время он лишен возможности выместить свою обиду, подвергнув отца подобному же обращению. Тот же результат получается, когда дело ограничивается бранью.

В некоторых случаях наказание приносит дрожь наслаждения и облегчение. Если порка вызывает не только либидо, но и мортидо, она принимает сексуальный характер. Многие взрослые точно так же, как дети, получают своеобразное удовольствие от наказания. Вот почему некоторые люди все время попадают в

беду. Побои и обиды не отталкивают их от различных опасных ситуаций, а, напротив, привлекают к ним.

Большая часть людей предпочитает, однако, избегать того, что обычно именуется "наказанием", и находит способы обращения с инстинктами своего Ид, позволяющие отложить их удовлетворение, если оно может привести к страданию. Они рассчитывают получить в конце концов полное или частичное удовлетворение, не оплатив его слезами.

В нашей стране взрослые редко наказываются физической болью, и люди управляют собой, чтобы избежать психических страданий, связанных с другими видами наказаний. Например, большинство людей воздерживается от преступлений, потому что преступление вызвало бы у них тяжелые фрустрации либидо — потерю самоуважения, уважения друзей, родственников и возлюбленных. Кроме этого, тюремное заключение означает отрыв от обычной общественной жизни и возрастание напряжений Ид, проявляющихся, например, в особых видах половой деятельности и во взрывах насилия. Большинство людей находит неприятными напряжения муртидо, возникающие от ненависти к самому себе.

До сих пор мы не упомянули о совести, которой обычно и приписывается хорошее поведение большинства людей. В действительности мы уже намекали на существование совести, когда пользовались выражениями "потеря любви", "потеря возможности любви", или когда говорили о ненависти к себе и потере самоуважения. В следующем параграфе мы увидим, как все это связано с совестью, и из чего она развивается. Люди не рождаются хорошими или плохими, а учатся своим способам поведения в очень раннем возрасте от окружающих людей. Когда ребенок становится плохим, родители нередко задают себе вопрос: "В чем тут наша вина? Каким примером были мы для наших детей?"

КАК ЧЕЛОВЕК ПРИНИМАЕТ РЕШЕНИЕ?

Есть два способа принимать решение. Первый из них состоит в обдумывании. Мы рассматриваем ту или иную возможность, взвешиваем все обстоятельства и принимаем решение, более или менее соответствующее Принципу Реальности. Второй способ обходится без сознательного обдумывания. Если бы нам пришлось думать о каждой мелочи, которую мы делаем в течение дня, то нерешительность обратила бы нашу жизнь в сплошную суматоху. Представьте себе, что нам пришлось бы каждый раз, нажимая кнопку, задумываться над тем, каким пальцем ее нажать;

тогда это превратилось бы в столь же длительную процедуру, как одевание у малышей. Поэтому мозг располагает способами принимать за нас решения без ведома нашего сознания.

Один из способов бессознательного принятия решений — автоматическая экономия мышления, называемая привычкой, — экономит усилия при обращении с простыми повседневными ситуациями, не вызывающими напряжений Ид. Встречаются люди, и в самом деле вынужденные обдумывать и разрабатывать каждый пустяк, который большинство из нас делает по привычке. У таких людей возникает множество забот, поглощающих все их время и энергию, так что у них почти не остается времени заняться всерьез обычными делами. Как показали исследования, обычные действия, вроде нажатия кнопки или мытья рук, не имеющие для обычного человека какого-либо эмоционального смысла, приобретают у таких людей особое значение. Их либидо и мортидо слишком смещено на тривиальные предметы и делает слишком многие образы неясными. Поскольку привычка работает лишь в ненапряженных ситуациях с отчетливыми образами, у таких одержимых как раз поступки, связанные с привычкой, вызывают трудности. Разные части окружающего мира чрезмерно привлекают их либидо и мортидо.

Для принятия решения в более эмоциональных ситуациях само Ид доставляет нам бессознательную силу. Сила эта основана на эмоциональных установках, заимствуемых в раннем детстве у родителей и других лиц, любовь которых мы ценим и боимся потерять. Выйдя из младенческого возраста, люди приобретают способность бессознательно принимать некоторые решения, соответствующие, как они полагают, воображаемым пожеланиям этих близких людей в данных условиях. Они ведут себя, как будто они говорят себе что-нибудь вроде следующего: "Я должен поступить таким образом, потому что этого потребовал бы мой отец, будь он сейчас рядом со мной. Если я поступлю не так, он нахмурит брови, как это бывало в детстве".

Важно заметить, что человеку вовсе незачем говорить себе эти вещи; результат получается, однако, в точности такой, как если бы он их себе сказал. Таким путем сберегаются время и энергия, необходимые для принятия решений.

У детей, воспитанных без отца или родителями, плохо исполнявшими свою роль, эта часть их развития оказывается нарушенной, что может причинить им в дальнейшей жизни возрастающие огорчения и трудности.

В состав родительских влияний входят усвоенные с детства уроки, как сохранять любовь других людей. В раннем детстве индивид усваивает, как он "должен" себя вести, поскольку родители порицают его, когда он поступает не так, как должен поступать, по их мнению; и это чувство "должного" внедряется столь глубоко, что становится частью психической структуры человека. В более позднем возрасте (то есть после пяти-шести лет) также усваивается нечто должное, теперь уже остающееся в сознании в виде так называемой совести и также играющее роль в принятии решений. Более ранняя подсознательная совесть, однако, важнее сознательной совести, поскольку она образуется раньше, укореняется глубже, имеет большую силу, труднее поддается изменению и контролю и влияет на поведение человека без его отчетливого понимания, а части вопреки его воле.

Когда индивид вырастает, его родители уже не стоят рядом с ним, готовые наказать его за отступления от должного поведения; но их могущественные, тяжело нагруженные эмоциями образы остаются в его психике, а это не менее действенно, поскольку индивид будет всегда поступать в соответствии со своими образами, а не с реальным окружением. Неважно, что этим образам должного двадцать или сорок лет, потому что они подсознательны, а подсознательное, как мы знаем, никогда не стареет, и образы его пропитаны ощущением бессмертия, сохраняющим их молодыми и свежими. Что касается наказания в случае проступка, то и оно обходится без участия родителей. Об этом заботится его собственное Ид.

Точно так же, как часть либидо обращается на самого индивида, внушая ему уважение к себе, так и часть его мортидо обращается внутрь, доставляя энергию для собственного наказания. Если его поступок несовместим с поведением, усвоенным как должное в раннем детстве, эта часть его мортидо высвечивает перед ним порицающие образы родителей. Когда мы делаем что-нибудь, чего бы делать не должны, возникающая при этом реакция называется "виной". И если даже индивид не сознает этой вины, то неудовлетворенное напряжение направленного внутрь мортидо, возникающее от его безнравственности, проявляется в виде потребности в наказании. Вина и потребность в наказании означают, что образы родителей проявляют активность, угрожая ему наказанием приблизительно так же, как это делали его подлинные родители. Пока эта потребность в наказании не удовлетворена, она про-

должает существовать; напряжение может накапливаться годами, а попытки снять его могут привести к тому, что человек будет снова и снова попадать в беду. Направленная внутрь разрушительная энергия должна быть поэтому устранена. Как и другие виды энергии Ид, она может зайти слишком далеко, если Эго не осознает, что происходит, и не остановит развитие процесса. В противном случае потребность в наказании может причинить индивиду неприятности, нередко проявляющиеся в "забывчивости" или "легкомыслии".

Как мы видим, напряжения Ид несколько сложнее, чем можно было подозревать в начале. Имеются напряжения либидо, направленного наружу, и напряжения либидо, направленного внутрь; напряжения мортидо, направленного наружу, и напряжения мортидо, направленного внутрь. Все четыре группы напряжений требуют удовлетворения, и обязанность Эго держать их все под контролем. Одна из важнейших и самых трудных задач Эго — следить за тем, чтобы направленное внутрь напряжение мортидо не возросло сверх меры вследствие удовлетворения какого-либо из остальных трех напряжений. Иными словами, "вина" может вызвать большее напряжение, чем было снято поступком, вызвавшим эту вину; некоторые люди, не умеющие контролировать свое чувство вины, способны безудержно наказывать себя за какой-нибудь банальный проступок.

Бессознательные образы родителей и их преемников, воплощающие ранние уроки жизни, нагружены долей либидо и мортидо, отщепленной от остального Ид. Эта система, участвующая в принятии решений, носит название Суперэго. Вопрос о вине и потребности наказания сложен, поскольку явления эти связаны с рядом элементов, участвующих в принятии решений. Первый из них — только что описанное Суперэго. Второй — это идеал Эго, состоящий из СЛОЖИВШИХСЯ у индивида сознательных и бессознательных образов того, чем он хотел бы быть; образы эти сформированы по образцу некоторых людей, кем он восхищается и кому хотел бы подражать, поскольку приписывает им идеальные качества. Далее, у индивида есть еще сознательный образ того, что хорошо и что плохо, полученный главным образом от его религиозных наставников, школьных учителей и других авторитетов; эти авторитеты и формируют то, что обычно называется совестью.

Для простоты мы объединим все эти три элемента под общим именем Суперэго.

Одна из первых вещей, на которых ребенок учится выполнять свой долг, — это правильное управление кишечником; поэтому период тренировки кишечника играет важную роль в формировании Суперэго. Это хороший пример твердо установленной, но довольно сложной связи между кишечником и мортидо, с которой мы еще встретимся ниже.

Следует иметь в виду, что мортидо, заключенное в Суперэго, есть некоторая доля, отщепленная от остального Ид и способная выступать в большей или меньшей степени в качестве противника Ид. Итак, в конечном счете Эго встречается с тремя энергетическими системами, которые надо принимать в расчет перед действием: это желания Ид, реальность внешнего мира и Суперэго.

Как мы видим, решения человека могут приниматься сознательно или подсознательно. Сознательные решения, как нам хотелось бы думать, регулируются Принципом Реальности и сознательной совестью. Подсознательные решения в случае действий небольшого эмоционального значения могут быть упрощены привычкой, чем достигается также сбережение энергии. В большей части эмоциональных ситуаций решения зависят от исхода конфликта между подсознательными силами Суперэго и Ид. Решение принимается без ведома индивида, не знающего стоящих за этим решением подлинных сил; когда оно уже принято, индивид берет на себя задачу найти для него оправдание, убедив себя и других, что оно принято в соответствии с реальной ситуацией. Этот процесс называется "рационализацией".

ДЛЯ КОГО ВСЕ ЭТО ДЕЛАЕТСЯ?

Что такое "Я"? Мы описали желания Ид, удовлетворение которых доставляет индивиду удовольствие. Мы рассказали, каким образом Суперэго руководит действиями Эго и наказывает индивида за его грехи. Мы рассмотрели, каким образом Эго, зажатое между этими двумя силами, должно руководить "нами" среди опасностей внешнего мира. Для кого же работают все эти силы? Что такое мое истинное Я? Может быть, это мое Эго? Или мое Ид? Или мое Суперэго?

Одна женщина описывала свое Я как нечто управляющее всем ее остальным существом. Самое себя она представляла чем-то вроде возницы, управляющего запряженной ослом тележкой. Осел был частью ее самой; временами он брал верх и заставлял ее делать вещи, о которых она жалела. В таких случаях ее Я осуждало осла. Чем было это Я, о котором она говорила? Это было Эго.

Эго — это система, способная видеть самое себя подобно тому, как части тела могут ощущать одна другую. Отсюда у людей возникает ощущение, что они могут проследить за работой собственной психики как будто со стороны точно так же, как могут проследить за перемещениями своей ноги. В действительности в Эго содержатся три части, и все они могут смотреть друг на друга в разные моменты времени. Одну из этих частей составляют специальные родительские образы; другая часть — это взрослое Я, работающее в соответствии с Принципом Реальности; и вдобавок у каждого человека сидит в голове маленький ребенок, которым он некогда был. У каждой женщины есть в голове маленькая девочка, а у каждого мужчины — маленький мальчик. Родительская часть, взрослая часть и детская часть представляют собой три различных Я. Пока одно из этих Я действует независимо от остальных, индивид чувствует себя одной личностью; но если две из них действуют одновременно, то каждая из них смотрит на другую, удивляясь, что же происходит?

Есть, однако, нечто сверх этого — некая сила, побуждающая людей расти, развиваться и становиться лучше. Ее можно рассматривать как четвертую силу личности наряду с Эго, Суперэго и Ид. Об этой четвертой силе психиатры и психологи знают очень мало, а может быть, не знают ничего. Верующие могут сказать, что это душа. Ученые в настоящее время не имеют ответа. До сих пор мы избегали этого вопроса, описывая человека просто как энергетическую систему — систему сил, непрерывно пытающуюся восстановить или сохранить равновесие, и вовсе не пытающуюся "понравиться" кому-нибудь или чему-нибудь вне себя или в самой себе, не более, чем. Земля пытается кому-нибудь "понравиться", вращаясь вокруг Солнца. Полезно предположить, однако, что существует некая система напряжений, в нормальных условиях непрерывно толкающая живые существа в направлении прогресса. Мы можем предположить существование такой системы, чтобы объяснить, почему человек растет, почему человеческий род пытается стать лучше, почему животные в процессе эволюции становятся предприимчивее и почему психика обогащается творческой любовью к красоте, по мерс того как ее энергетическая система становится все сложнее — от медузы через лягушек и обезьян - к человеку. Мы можем забыть о том, кому все это нужно, и все же предполагать, что внутри нас есть некая сила, устремляющая нас дальше и выше.

Как мы увидим дальше, невроз дает индивиду ряд преимуществ. Какая же сила заставляет его хотеть выздороветь, если ему во многих отношениях лучше остаться со своим неврозом? Какова целебная сила природы, вызывающая у больного тела и больной психики стремление к здоровью, к продолжению роста? Что заставляет зародыш развиваться? Почему не останется он просто зародышем? Расти — это тяжелый труд, требующий немалых затрат энергии. Что вынудило каких-то медуз развиваться в человека? Почему не остались они навсегда медузами? Эволюция ведь тоже тяжелый труд.

В поисках ответа обратимся к Зенону, великому семиту, жившему более двух тысяч лет тому назад. Много лет Зенон скитался и задавал вопросы. Скитания его завершились в Афинах, в древней Греции, но он продолжал задавать вопросы. Зенон часто говорил о физисе, силы природы, вечно побуждающей все вещи расти, а выросшие — совершенствоваться. Не он первый пришел к идее физиса, но он много размышлял о ней в связи с ростом и развитием живых существ. С тех пор многие философы говорили о творческой силе природы, побуждающей все вещи расти, следуя неким правильным и прогрессивным путем.

Если подобное стремление к росту существует в психике и теле человека, то каким образом можно включить его в нашу энергетическую систему, и как оно связано с другими напряжениями нашей психики? Напомним, что выше была речь о мортидо, направленном внутрь и наружу, и о либидо, направленном наружу; но до сих пор мало упоминалось либидо, направленное внутрь. Может оказаться, что энергия роста происходит от либидо, направленного внутрь. Это объяснение кажется, однако, слишком уж простым; не исключено и прямо противоположное: либидо может оказаться лишь одним из аспектов энергии роста. Может быть, физис вообще не существует; но при всей нашей неспособности сказать об этом предмете что-либо определенное, очень уж многие вещи происходят таким образом, как если бы такая сила была; и поэтому легче понять человека, предположив, что она и в самом деле существует.

Начиная с этого места, мы позволим себе предполагать, что физис — это сила, с которой приходится считаться при изучении человеческой психики, избегая при этом вопроса, связана ли эта сила с направленным внутрь либидо и в чем может состоять такая связь. Мы не решили до конца проблему, кто этот "возница", ради которого Эго, Суперэго и Ид поддерживают тонкое равновесие напряжений, позволяющее человеку расти и развиваться; но мы осознали, что в человеческой психике есть и другие возможности, которыми не следует пренебрегать.

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ З.ФРЕЙДА¹

ОСНОВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

Психический детерменизм

Фрейд основывает свое теоретическое мышление на предположении, что в душевной жизни нет перерывов и непоследовательности. Каждая мысль, возникшее воспоминание, чувство или действие имеют свою причину. Каждое душевное событие вызывается сознательным или бессознательным намерением и определяется предшествующими событиями. Поскольку некоторые душевные события "кажутся" возникшими спонтанно, Фрейд начинает искать и описывать скрытые связи, которые соединяют одно сознательное событие с другим.

Сознание, предсознание, бессознательное

"Начальный пункт этого исследования дается фактом, не имеющим себе параллели, не поддающимся никаким описаниям и объяснениям — фактом сознания. Тем не менее, когда кто-то говорит о сознании, мы знаем непосредственно, из нашего наиболее личного опыта, что это значит". Сознание — лишь небольшая часть ума; оно включает то, что мы сознаем в каждый данный момент. Хотя Фрейд занимался и с механизмами сознания, его гораздо больше интересовали менее открытые и исследованные области, которые он назвал предсознанием и бессознательным.

Бессознательное Фрейдовской первоначальной предпосылкой является связанность всех психических событий. Если мысль или чувство кажутся несвязанными с предшествующими мыслью или чувством, связи находятся в бессознательном. Если эти бессознательные связи обнаруживаются, кажущаяся бессвязность этим разрешается. "Мы называем бессознательным психический процесс, существование которого мы должны предполагать, выводить по каким то причинам из его следствий, — но о котором мы ничего не знаем".

К области бессознательного принадлежат инстинктивные элементы, которые никогда не были сознательными и вообще недо-

ступны сознанию. Кроме того, есть материал, который отделен от сознания, подвергнут цензуре и "подавляем". Этот материал не забыт и не утерян, но он не допускается к воспоминанию. Мысль или воспоминание действует на сознание, но опосредованно.

Бессознательный материал обладает жизненностью и непосредственностью. Через несколько десятилетий воспоминания, вновь допущенные в сознание, не теряют своей эмоциональной силы. "Мы убедились на опыте, что бессознательные психические процессы сами по себе "безвременны". Начать хотя бы с того, что они не организуются хронологически; время ничего в них не меняет, идея времени неприменима к ним". Ф.Фордхам.

Большая часть сознания бессознательна. Здесь находятся основные детерминанты личности, источники психической энергии, побуждения и инстинкты.

Предсознание

Формально говоря, предсознание — часть бессознательного, но такая часть, которая легко может стать сознательной. Доступные фрагменты памяти — часть предсознания. Это может быть память обо всем, что вы делали вчера, улицы, на которых вы жили в течение вашей жизни, дата норманского завоевания, ваши любимые лакомства, запах горелых осенних листьев, форма пирога, который испекла мама к вашему десятилетию, и множество других прошлых переживаний. Предсознание подобно большому складу памяти, в которой сознание может нуждаться для выполнения своих функций.

Побуждения или инстинкты

Инстинкты — это те же напряжения, которые направляют организм к определенным целям. Во фрейдовском употреблении этот термин не относится к сложным унаследованным формам поведения, обнаруживаемым у низших животных; он касается их эквивалентов у людей. Инстинкты — "последняя причина всякой деятельности". Фрейд, как правило, называл физический аспект инстинктов потребностями; психические аспекты инстинктов могут быть в целом названы желаниями. Инстинкты — это силы, побуждающие людей к действию.

Инстинкт содержит четыре компонента: источник, цель, импульс и объект. Источником, в котором возникает потребность, может быть часть тела или все тело целиком. Цель состоит в уменьшении потребности до такой степени, что действие далее перестает быть нужным, т.е. в том, чтобы дать организму то удовлетворение, которого он в данный момент желает. Импульс — то количество энергии, силы или напряжения, которое используется, чтобы удовлетворить инстинкт; импульс определяется силой или настоятельностью потребности. Объект инстинкта — это те предметы или действия, или выражения, которые удовлетворяют первоначальную цель.

Рассмотрим, как проявляются эти компоненты у человека, испытывающего жажду. Тело обезвоживается и начинает нуждаться в жидкости; источник — растущая потребность в жидкости. По мере усиления она может быть осознана как "жажда". Если она не удовлетворяется, она становится все более выраженной: ее интенсивность растет, то есть растет импульс энергии, которая может быть использована на делание чего-то, что удовлетворит жажду. Цель состоит в том, чтобы уменьшить напряжение. Объект — это не просто жидкость, молоко, вода или пиво; он включает все действия, которые направлены к уменьшению напряжения. Это может включить вставание, хождение в кладовую, выбор питья, его приготовление и выпивание.

Начальные поисковые реакции могут быть инстинктивными, но решающим является то, что инстинкт может быть полностью или частично удовлетворен различными путями. У животных способность удовлетворить потребность часто ограничивается паттерном стереотипного поведения. Человеческие инстинкты лишь иницируют потребность в действии; они не предрешают определенность действия и того, как оно будет выполнено. Решения, возможные для индивидуума, определяются его биологической потребностью, психическим "желанием" (которое может быть сознательным или бессознательным), и множеством имеющихся у него идей, привычек, мнений и пр.

Фрейд считает, что нормальный, здоровый психический и поведенческий паттерн направлен на уменьшение напряжения до ранее приемлемого уровня. Человек, ощущающий потребность, будет продолжать поисковую деятельность, ища возможности уменьшить первоначальное напряжение. Полный цикл поведения от релаксации к напряжению и деятельности и вновь к ре-

лаксации называется "напряжением — уменьшением напряжения". Напряжение разрешается возвращением тела на тот уровень равновесия, который существовал до возникновения потребности.

Рассматривая поведение, сон или любое психическое событие, можно искать лежащие за ним психологические побуждения, которые удовлетворяются этой деятельностью. Если вы видите, что люди едят, вы предполагаете, что они удовлетворяют голод; если они кричат, можно предположить, что их что-то беспокоит. Аналитическая работа включает поиск причин мыслей и поведения, чтобы потребность, неправильно удовлетворяемая определенной мыслью или определенным поведением, могла получить лучшее разрешение.

Кажется, однако, что многие мысли и формы поведения не только не уменьшают напряжение, но даже создают его, вызывают стресс и тревожность. Такое поведение может указывать, что прямое выражение потребности заблокировано. Хотя можно назвать множество "инстинктов", Фрейд попытался свести это разнообразие к нескольким основным.

Основные инстинкты

Фрейд дал два описания основных инстинктов. Он указывает две противоположные силы — сексуальную (или, более общно, эротическую, дающую физическое удовлетворение) и агрессивную или деструктивную. В более позднем и более общем описании эти две силы рассматриваются как поддерживающая жизнь и зовущая к смерти (или деструкции). Обе эти формулировки предполагают фундаментальный, биологический, продолжающийся и неразрешимый инстинктивный конфликт. Этот фундаментальный антагонизм может быть невидим в психической жизни, потому что большинство наших мыслей и действий вызывается не одной из этих инстинктивных сил изолированно, а обеими ими в сочетании.

Из смешения основных влечений возникает огромное разнообразие и сложность поведения. Например, Фрейд пишет: "Сексуальные инстинкты замечательны своей пластичностью, той легкостью, с которой они могут менять свою цель, замещать одну форму удовлетворения другой, и тем, как они могут быть сдерживаемы...".

Инстинкты - это каналы, по которым может протекать энергия. Эта энергия подчиняется своим собственным законам.

Либи́до и агрессивная энергия

Каждый из этих обобщенных инстинктов имеет свой, независимый от другого источник энергии. Либи́до (латинский - "желание") - энергия, доступная инстинктам жизни. Во фрейдовском употреблении термина предполагается, что эта энергия количественно измерима. "Ее создание, увеличение и уменьшение, распределение и перемещение должно дать нам возможность объяснить наблюдаемые психосексуальные феномены".

Другая важная характеристика либи́до - его "подвижность", легкость, с какой либи́до может переходить из одной сферы внимания в другую. Фрейд описывает переменчивый характер эмоциональных реакций как протекание энергии, втекающей и вытекающей из областей непосредственного интереса.

Энергия агрессивного инстинкта или инстинкта смерти не получила специального названия. Предполагается, что в общем она имеет те же свойства, что и либи́до, хотя Фрейд не поясняет этого.

Катексис

Катексис - это процесс, посредством которого имеющаяся в душе либи́динозная энергия привязывается или помещается в психическую репрезентацию личности, идеи или вещи. Катектированное либи́до перестает быть подвижным и не может уже перемещаться к новым объектам. Оно укореняется в той части души, которая привлекла и удерживает его.

Если представить себе запас либи́до как определенное количество денег, то катексис - процесс помещения их. Когда какая-то часть вложена во что-то или катектирована, — то настолько меньше вы можете вложить куда-либо еще.

Например, психоаналитическое исследование меланхолии интерпретирует потерю интереса к обычным целям и преувеличенную занятость недавней потерей как отвлечение либи́до от обычных отношений и "гиперкатексис" ее в область утраченного.

Психоаналитическая теория стремится понять, где либи́до могло быть неверно катектировано. Будучи освобождена или направлена иначе, та же самая энергия может быть использована для удовлетворения текущих потребностей. Стремление высвободить

связанные энергии мы найдем также у Роджерса и Маслоу, а также в буддизме и суфизме. Каждая из этих теорий строит свои заключения об источнике психической энергии, но все они соглашаются с фрейдовским представлением, что обнаружение и канализация психической энергии — одна из основных проблем в понимании личности.

Структура личности

Наблюдая своих пациентов, Фрейд столкнулся с бесконечным рядом психических конфликтов и компромиссов. Один инстинкт борется с другим; социальные запрещения блокируют биологические побуждения, пути преодоления противоречат друг другу. Он попытался упорядочить этот кажущийся хаос, предположив три основные структурные компонента души: Ид (Оно), Эго и Суперэго.

Ид

Ид (Оно) "содержит все унаследованное, все, что есть при рождении, что заложено в конституции — кроме всего прочего, следовательно, те инстинкты, которые возникают в соматической организации, и которые в Ид находят первое психическое выражение в форме, нам неизвестной".

Это первоначальная, основная, наиболее центральная структура личности, открытая как соматическим требованиям тела, так и действиям Эго и Суперэго. Хотя другие части структуры развиваются из Ид, само оно бесформенно, хаотично и неорганизовано. "Логические законы неприменимы к Ид... Противоположные импульсы существуют бок о бок друг с другом, не нейтрализуя и не ослабляя друг друга". Ид — резервуар энергии для всей личности.

"В Ид нет ничего соответствующего идее времени, нет признания протекания времени и (что примечательно и требует внимания философской мысли) нет изменения психических процессов при прохождении времени... Естественно, что Ид не знает ценностей, добра и зла, не знает морали". З.Фрейд.

Ид может быть уподоблено слепому королю, власть которого абсолютна, но который должен полагаться на других в распределении и использовании своей власти.

Содержание Ид почти целиком бессознательно; оно включает психические формы, которые никогда не были сознательными, равно как и материал, который оказался неприемлемым для сознания. Мысль или воспоминание, вытесненные из сознания и обретающиеся среди теней Ид, по-прежнему способны влиять на психическую жизнь человека. Фрейд подчеркивал, что забытый материал продолжает обладать силой действия, не уменьшившейся, по вышедшей из-под сознательного контроля.

Эго

Эго — та часть психического аппарата, которая находится в контакте с внешней реальностью. Она развивается из Ид по мере того, как ребенок начинает сознавать свою личность, чтобы служить повторяющимся требованиям Ид. Как кора дерева, Эго защищает Ид, но для этого берет энергию у Ид. Оно обеспечивает физическое и душевное здоровье и безопасность личности. Фрейд описывает различные функции Эго как по отношению к внешнему миру, так и во внутреннем мире, импульсы которого оно стремится удовлетворить.

"Основные характеристики Эго таковы. Вследствие отношения, установившегося уже между чувственным восприятием и мышечным действием, Эго управляет произвольными движениями. Его задачей является самосохранение. В отношении внешних событий оно выполняет эту задачу, сознавая внешние стимулы, накапливая (в памяти) опыт, избегая чрезмерных стимулов (посредством бегства), приспособляясь к умеренным стимулам (адаптация), и наконец научаясь совершать необходимые изменения во внешнем мире себе на пользу (посредством деятельности). Что касается внутренних событий, по отношению к Ид, Эго выполняет свою задачу, обретая контроль над требованиями инстинктов, решая, будет ли им позволено получить удовлетворение, откладывая удовлетворение до благоприятного времени и благоприятных обстоятельств во внешнем мире, или полностью подавляя их возбуждение. Его действия управляются рассмотрением напряжений, возникающих внутри или вызываемых извне. Усиление этих напряжений в целом чувствуется как неудовольствие, а ослабление — как удовольствие... Эго стремится к удовольствию и "старается избежать неудовольствия".

Таким образом Эго первоначально создается самим Ид в стремлении справиться с необходимостью уменьшить напряжение и увеличить удовольствие. Однако, чтобы делать это, Эго должно, в свою очередь, контролировать или модулировать импульсы Ид, так что индивидуум может быть менее непосредственным, но более реалистичным.

Рассмотрим в качестве примера гетеросексуальный импульс. Индивидуум чувствует напряжение, возникающее из неудовлетворенного сексуального возбуждения; Ид уменьшило бы это напряжение непосредственной и прямой сексуальной деятельностью. Эго должно решить, в какой мере сексуальное выражение уместно, и как создать ситуацию, в которой сексуальный контакт будет наиболее полным. Ид реагирует на потребности, Эго — на возможности.

Суперэго

Последняя часть структуры развивается не из Ид, а из Эго. Она служит судьей или цензором деятельности и мыслей Эго. Это хранилище моральных установлений, норм поведения и тех конструкций, которые создают запрещения в личности. Фрейд указывает три функции Суперэго: совесть, самонаблюдение и формирование идеалов. В качестве совести Суперэго ограничивает, запрещает и судит сознательную деятельность; но оно действует также бессознательно. Бессознательные ограничения косвенны, выступают как принуждения или запрещения: "Пациент.. ведет себя так, как будто он одержим чувством вины, о которой он ничего не знает".

Задача самонаблюдения возникает из способности Суперэго оценивать деятельность независимо от побуждения Ид к уменьшению напряжения, и независимо от Эго, которое также вовлечено в удовлетворение потребностей. Формирование идеалов связано с развитием самого Суперэго. Суперэго не является, как иногда полагают, отождествлением с одним из родителей или с его поведением. "Суперэго ребенка в действительности конструируется, но модель не его родителей, а по модели Суперэго его родителей: оно наполнено тем же содержанием, и становится носителем традиции и переживающих время суждений ценности, которые передаются таким образом от поколения к поколению".

Отношения между тремя подсистемами

Общая цель души — поддерживать, а если оно нарушено, то восстанавливать приемлемый уровень динамического равновесия, которое увеличивает удовольствия и минимизирует неудовольствие. Энергия, которая используется для действия системы, возникает в Ид в связи с его примитивной, инстинктивной природой. Эго, появляющееся из Ид, реалистически обращается с его основными побуждениями; оно также является посредником между силами, действующими в Ид и в Суперэго и требованиями внешней реальности. Суперэго, появляющееся из Эго, действует как моральный тормоз или противовес практическим заботам Эго. Суперэго устанавливает границы подвижности Эго.

Ид полностью бессознательно, Эго и Суперэго — частично бессознательны. "Без сомнения значительные части Эго и Суперэго могут оставаться бессознательными, более того, они нормально бессознательны. Это означает, что индивидум ничего не знает об их содержании, и нужно затратить много усилий, чтобы сделать их сознательными".

Практическая цель психоанализа в этих терминах состоит в том, чтобы "усилить Эго, сделать его более независимым от Суперэго, расширить поле его восприятия и усовершенствовать его организацию, чтобы оно могло освоить новую порцию Ид".
З.Фрейд.

ПСИХОСЕКСУАЛЬНЫЕ СТАДИИ РАЗВИТИЯ

По мере того как младенец становится ребенком, ребенок — подростком, подросток — взрослым, происходят определенные изменения в том, каковы его желания и как они удовлетворяются. Меняющиеся способы удовлетворения и физические области удовлетворения — основные элементы фрейдовского описания стадий развития. Термином "фиксация" Фрейд называет то, что происходит, когда человек не переходит нормально от одной стадии к другой, а остается слишком привязанным к определенной стадии. Человек, фиксированный на определенной стадии, предпочитает удовлетворять свои потребности более простыми и "детскими" способами, а не теми "взрослыми", которые появляются при нормальном развитии.

Оральная стадия

После рождения, потребности и удовлетворения концентрируются в основном на губах, языке и, несколько позже, на зубах. Основное побуждение младенца не социально и не межличностно: это просто потребность в питании, в уменьшении напряжения голода и жажды. Во время кормления ребенка также утешают, качают, прижимают и ласкают. Ребенок поначалу ассоциирует как удовольствие, так и уменьшение напряжения с процессом кормления.

Рот — первая область тела, которой младенец может управлять. Большая часть доступной энергии либидо направляется или сосредотачивается в этой области. По мере взросления все новые области тела развиваются и становятся важными местоположения удовлетворения. У взрослых остается много оральных привычек и постоянный интерес к поддержанию оральных удовольствий. Еда, сосание, жевание, курение, кусание, облизывание губ или причмокивание — физическое выражение этого интереса. Грызение ногтей, курение или переедание может быть связано с частичной фиксацией на оральные стадии, неполнотой психологической зрелости.

Поздняя оральная стадия, после появления зубов, включает удовлетворение агрессивных инстинктов. Кусание груди, причиняющее матери боль и ведущее к отниманию груди, — пример такого рода поведения. У взрослых сарказм, сплетни, "набрасывание" на пищу описываются как связанные с этой стадией развития.

Удержание некоторого интереса к оральным удовольствиям нормально. Это становится патологичным, только если становится доминирующим способом удовлетворения, то есть если человек преувеличенно зависит от оральных привычек в ослаблении тревожности.

Анальная стадия

По мере того как ребенок растет, он начинает сознавать новые области напряжения и удовлетворения. Между двумя и четырьмя годами дети обычно учатся контролировать сфинктер и мочевого пузыря. Ребенок обращает особое внимание на уринацию и дефекацию. "Проблемы туалета" разжигают естественный интерес к открытию себя. Увеличение психологического контроля

связано с пониманием, что такой контроль может быть новым источником удовольствия. Кроме того, дети быстро начинают понимать, что увеличение уровня контроля приносит им внимание и похвалу родителей. Верно и противоположное: забота родителей о "туалетном воспитании" позволяет ребенку требовать внимания как успехами, так и "неудачами".

Характерные черты взрослых, связанные с частичной фиксацией на анальной стадии, это аккуратность, бережливость и упрямство. Фрейд указывает, что эти черты часто встречаются вместе в одном человеке. Он говорит об "анальном характере", когда поведение тесно связано с опытом, пережитым на этой стадии детства.

Часть недоразумений, возникающих на анальной стадии, объясняется противоречием — для ребенка — между щедрыми похвалами с одной стороны и ощущением, что связанное с туалетом поведение "грязно" и должно держаться в секрете — с другой. Ребенок поначалу не понимает, что его экскременты и моча не ценны. Маленькие дети любят наблюдать сами действия дефекации и уринации, часто даже говорят "до свидания" своим экскрементам, довольно часто встречаются случаи, когда ребенок предлагает кусочек кала родителям как подарок. Поскольку его хвалят за то, что он "это сделал", он удивляется и приходит в недоумение, когда родители реагируют на "подарок" отвращением. Ни одна сфера современной жизни не наполнена в такой мере запрещениями и табу, как "туалетное" воспитание и поведение, типичное для анальной стадии.

Фаллическая стадия

Начиная по меньшей мере с трех лет ребенок переходит на фаллическую стадию, сосредотачивающуюся на генитальных областях тела. Фрейд считает, что эту стадию лучше всего характеризовать как фаллическую, поскольку в этот период ребенок либо замечает свой пенис, либо сознает, что у него таковой отсутствует. На этой стадии дети впервые сознают сексуальные различия.

Фрейд пытается понять напряжение в детском опыте, когда ребенок чувствует "сексуальное" возбуждение, то есть удовольствие от стимуляции области гениталий. Это возбуждение связано в уме ребенка с близким физическим присутствием родителей. Стремление к контакту с ними ребенку становится все труд-

нее удовлетворять; ребенок борется за интимность, которая существует между самими родителями. Эта стадия характеризуется желанием ребенка лечь в постель вместе с родителями и ревностью к вниманию, которое родители уделяют друг другу, а не ему.

Фрейд полагает, что дети в этот период реагируют на родителей как на потенциальную угрозу удовлетворения их потребностей. Для мальчика, который хочет близости к матери, отец приобретает черты соперника. В то же время ребенок хочет любви и привязанности своего отца, — и в этом отношении соперницей оказывается мать. Мальчик оказывается в невыносимом положении желания и страха по отношению к обоим родителям.

У мальчика Фрейд называл это положение "эдиповым комплексом", — по пьесе Софокла. В этой древнегреческой трагедии Эдип убивает отца (не зная, кто это) и позже женится на собственной матери. Когда он случайно узнает, кого он убил и на ком женился, Эдип уродует себя, вырывая себе глаза. Фрейд полагал, что любой мальчик переживает ту же внутреннюю драму. Он хочет обладать матерью и хочет убить отца, чтобы достигнуть своей цели. Он также боится отца и боится, что отец кастрирует его, сделав бесполом и тем самым — безопасным существом. Тревожность по поводу кастрации, страх и любовь к отцу, любовь и сексуальное влечение к матери никогда не могут быть полностью разрешены. В детстве весь комплекс полностью подавлялся. Держать его в области бессознательного, удерживать от внешнего проявления, даже от того, чтобы размышлять о нем, — таковы одни из первых задач развивающегося Суперэго.

У девочек проблема сходна, но ее выражение и разрешение принимают иной оборот. Девочка хочет обладать отцом и видит в матери основную соперницу. Если мальчики подавляют свои чувства из страха кастрации, то у девочек потребность подавления желаний менее остра, менее тотальна. Различие в интенсивности позволяет девочке "оставаться в эдиповской ситуации неопределенно долго. Она оставляет это лишь позже в жизни, и то не полностью". З.Фрейд.

Какую бы форму ни принимало разрешение этой борьбы, большинство детей, по-видимому, ослабляют привязанность к родителям после приблизительно пяти лет, обращаясь к отношениям со сверстниками, к учению, спорту и пр. Это время, от пяти-шести лет до полового созревания, называется латентным периодом; в

это время неразрешимые сексуальные желания фаллической стадии не привлекают внимания Эго и успешно подавляются Суперэго. "С этого времени до половой зрелости протекает так называемый латентный период, во время которого нормально сексуальность не прогрессирует; напротив того, сексуальные стремления уменьшаются в силе, и многое из того, что ребенок делал или знал ранее, оставляется и забывается. В этот период, после того как ранний расцвет сексуальной жизни иссякает, возникают такие отношения Эго как стыд, отвращение и мораль, предназначенные противостоять последующим бурям периода полового созревания и направлять пути вновь просыпающихся сексуальных желаний".

Генитальная стадия

Последняя стадия биологического и психологического развития наступает с приходом половой зрелости и возвращением либидинозной энергии к половым органам. Юноши и девушки сознают теперь свою половую принадлежность и начинают искать путей удовлетворения своих эротических и межличностных потребностей.

Сублимация

Сублимация - это процесс, посредством которого энергия, первоначально направленная на сексуальные или агрессивные цели, перенаправляется к другим целям, часто художественным, интеллектуальным или культурным. Сублимацию называют "успешной защитой". Первоначальную энергию можно представить как различную реку, разрушающую дома и поля. Для предотвращения этого строится плотина. Непосредственная опасность предотвращена, но за плотиной накапливается давление, угрожающее еще большими разрушениями, если плотина будет прорвана. Сублимация в этой аналогии подобна отводным каналам, которые могут быть использованы для создания электроэнергии, для орошения сухих земель, создания парков и пр. Первоначальная энергия реки успешно обращается на социально приемлемые и культурно санкционированные цели.

Сублимированная энергия создает то, что мы называем цивилизацией. Фрейд утверждает, что огромная энергия и значитель-

ная сложность цивилизации - это результат лежащей за ней пи давяемой энергии. Цивилизация побуждает к преодолению первоначальных импульсов, и в некоторых случаях альтернативны цели могут быть более удовлетворяющими для Ид, чем выполнение первоначальных стремлений.

Сублимированная энергия уменьшает первоначальные побуждения. Эта трансформация "дает огромное количество сил в рас поряжение цивилизованной деятельности; это возможно благодаря способности этой энергии менять цели без материального уменьшения в интенсивности" . З.Фрейд.

ПРЕПЯТСТВИЯ РОСТУ

Тревожность

Основная проблема души состоит в том, как справляться тревожностью. Тревожность вызывается ожидаемым или предвидимым возрастанием напряжения или неудовольствия; она может развиваться в любой ситуации (реальной или воображаемой), когда угроза какой-то части тела или души слишком велика, чтобы ее игнорировать, чтобы с ней справиться, или чтобы ее разрядить.

Прототипические ситуации, порождающие тревожность, таковы:

1. Потеря желаемого объекта — например, ребенок, лишенный родителей, близкого друга или любимого зверька.

2. Потеря любви — например, потеря любви и невозможность завоевывать вновь любовь или одобрение кого-то, кто много для вас значит.

3. Потеря личности (себя) — например, страхи кастрации, потеря "лица", публичное осмеяние.

4. Потеря любви к себе — например, когда Суперэго порицает действия или черты характера, что кончается чувством ненависти к себе.

Угроза подобных или других такого рода событий порождавая тревожность. Есть два основных способа уменьшить тревожность. Первый состоит в том, чтобы непосредственно обратиться к ситуации. Мы разрешаем проблемы, преодолеваем препятствия, противостоям угрозам или убегаем от них, одним словом, вступаем во взаимодействие с проблемой, стремясь уменьшить ее воздей-

ствие. Таким образом, мы осуществляем преодоление трудностей и уменьшение возможностей их возвращения, уменьшения при этом перспективы дополнительной тревожности в будущем. Говоря словами Гамлета, мы "вооружаемся против моря беспокойств и противостоянием приводим их к концу".

Во втором случае защита против тревожности состоит в искажении или отрицании самой ситуации. Эго защищает личность в целом от угрозы, искажая суть самой угрозы. Способы искажения называются защитными механизмами.

"Если Эго вынуждено принять свою слабость, оно испытывает тревожность — реалистическую перед лицом внешнего мира, моральную по отношению к Суперэго, невротическую по отношению к силе страстей Ид".

МЕХАНИЗМЫ ЗАЩИТЫ

Основные "патогенные" механизмы защиты, которые мы здесь опишем, это репрессия (подавление), отрицание, рационализация, реактивное образование, изоляция, проекция и регрессия. Сублимация, которая описана ранее, - это успешная защита; она в действительности разрешает и элиминирует напряжение потребностей. Хотя любой из этих механизмов может быть найден в здоровом индивидууме, тем не менее их наличие обычно указывает на возможные невротические симптомы.

РЕПРЕССИЯ (ПОДАВЛЕНИЕ). "Сущность подавления состоит просто в удалении чего-то из сознания и удержания на расстоянии от сознания". (З.Фрейд). Репрессия удаляет потенциально вызывающие тревожность события, идею или восприятие из сознания, препятствуя таким образом возможному разрешению. К сожалению, репрессированный элемент остается частью души, хотя и бессознательной, и по-прежнему остается проблемой. "Подавление не осуществляется раз и навсегда, оно требует постоянного расходования энергии для поддержания подавления, а подавляемое постоянное расходование энергии для поддержания подавления, а подавляемое постоянно стремится найти выход". (Р.Иванс). Истерические симптомы часто оказываются вызванным ранним подавлением. Некоторые психосоматические заболевания, такие как астма, артрит и язва могут быть связаны с подавлением. Преувеличенная вялость, фобии и импотенция или фригидность также могут быть производными подавляемых

чувств. Если, например, человек испытывал сильные амбивалентные чувства к отцу, он может любить его и одновременно желать его смерти. Желание его смерти, сопровождающее эти фантазии и возникающее из этого чувство вины и стыда могут быть бессознательными, поскольку Эго и Суперэго воспринимают это как неприемлемое. При смерти отца весь этот комплекс еще более строго подавляется. Принять эти чувства означало бы — радоваться смерти отца, что еще более неприемлемо для Суперэго, чем первоначальная обида и враждебность. В такой ситуации человек может казаться совершенно равнодушным к смерти отца, поскольку репрессия останавливает естественную печаль и чувство потери, так же и невыражаемую враждебность.

ОТРИЦАНИЕ. Отрицание — это попытка не принимать в качестве реальности событие, которое беспокоит Эго. Взрослые имеют тенденцию "грезить", что определенные события не таковы, каковы они есть, или что они реально не происходили. Это бегство в фантазию может принимать различные формы, некоторые из них кажутся абсурдными объективному наблюдателю.

Примечательная способность неправильно вспоминать события — форма отрицания, которая наиболее часто встречается в практике психотерапии. Пациент ясно припоминает версию события, а затем позже вспоминает это событие иначе и внезапно сознает, что первая версия была ложью, выдумкой.

Фрейд не утверждал, что его наблюдения были совершенно оригинальны. Он цитирует более ранние наблюдения Дарвина и Ницше. Дарвин в своей автобиографии замечает: "В течение многих лет я следовал золотому правилу, а именно. Когда я сталкивался с опубликованным фактом, наблюдением или идеей, которые противоречили моим основным результатам, я незамедлительно записывал это; я обнаружил по опыту, что такие факты и идеи гораздо легче ускользают из памяти, чем благоприятные".

Ницше описывает другой аспект того же процесса: "Я сделал это", — говорит моя память. — Невозможно чтобы я сделал это, говорит моя гордость, и остается непреклонной. В конце концов память уступает".

РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ. Рационализация — это нахождение приемлемых причин или оснований для неприемлемых мыслей или действий. Человек представляет объяснения, которые логически убедительны или этически приемлемы, для отношения, действия, идеи или чувства, которые возникают из других

мотивационных источников. Мы используем рационализацию, чтобы оправдать наше поведение, когда в действительности наши действия неправильны. Следующие утверждения могут быть рационализациями, в то время как утверждения в скобках - возможными невыраженными основаниями:

1. "Я делаю это исключительно для твоего добра" (Я хочу сделать это тебе. Я не хочу, чтобы это было сделано мне. Я даже хочу, чтобы ты немного пострадал.)

2. "Этот эксперимент был логическим продолжением моей предыдущей работы" (Он начинался как ошибка, но, к счастью, из этого что-то получилось).

3. "Мне кажется, что я люблю тебя" (Меня привлекает твое тело, я хочу, чтобы ты расслабилась и почувствовала притяжение ко мне).

Рационализация — это способ принять давление Суперэго: она описывает наши мотивы, делает наши действия морально приемлемыми. Она препятствует росту, потому что не дает самому рационализирующему или кому-либо другому работать с истинными менее похвальными мотивирующими силами.

РЕАКТИВНЫЕ ОБРАЗОВАНИЯ. Этот механизм подменяет поведение или чувство таким, которое диаметрально противоположно действительному желанию; это явная и обычно бессознательная инверсия желания. Как и другие механизмы защиты, реактивные образования первоначально формируются в детстве. "Когда ребенок сознает сексуальное возбуждение, которое не может быть исполнено, это сексуальное возбуждение вызывает противоположные психические силы, чтобы эффективно подавить это неудовольствие; создаются психические преграды, такие как отвращение, стыд и моральность". Подавляется не только первоначальная идея, но также и любой стыд или самоосуждение, которое могло бы возникнуть от принятия таких мыслей — они также исключаются из сознания.

К сожалению, побочные эффекты реактивных образований уродуют социальные отношения. Главная характеристика, по которой можно узнать реактивные образования, — преувеличение, ригидность и экстравагантность. Отрицаемая потребность должна затемняться снова, и снова, и снова.

Реактивные образования можно видеть в любом преувеличенном поведении. Хозяйка, которая постоянно чистит и моет свой дом, может в действительности сосредотачивать свое сознание

на пребывании в грязи и рассмотрении ее. Родители, не принимающие упреки детей, может быть "настолько вмешивались в их жизнь, под предлогом заботы об их благополучии и безопасности, что эта сверхзабота могла реально быть формой наказания" (З.Фрейд). Реактивные образования маскируют части личности и ограничивают способность человека реагировать на события; личность становится менее гибкой.

ПРОЕКЦИЯ. Приписывание другому человеку, животному или объекту качеств, чувств или намерений, которые исходят от самого приписывающего, называется проекцией. Это механизм защиты, посредством которого аспекты личности перемещаются изнутри индивидуума на внешнее окружение. Угроза, например, рассматривается как внешняя сила. Таким образом, человек может иметь дело с действительными чувствами, не принимая или не сознавая того факта, что пугающая его идея или поведение принадлежат ему самому. Следующие утверждения могут быть проекциями (утверждения в скобках могут быть действительными несознаваемыми чувствами):

1. "Все мужчины и женщины хотят одного и того же" (Я много думаю о сексе).

2. "Никогда нельзя верить итальяшкам (янки), ниггерам (белым), студентам (женщинам), священникам..." (Я не чужаюсь иной раз обмануть кого-нибудь).

3. "Скажу тебе, что ты от меня без ума" (Я от тебя без ума).

Когда мы характеризуем нечто "там снаружи" как дурное, опасное, извращенное и т.д., не замечая, что эти характеристики могут относиться также и к нам самим, мы, возможно, проецируем. Также когда мы видим других сильными, привлекательными, способными и т.д., не признавая за собой подобных качеств, мы также проецируем. Критическая переменная в проецировании состоит в том, что мы не видим в себе того, что окажется ярким и очевидным в другом.

Исследование динамики предрассудков показывает, что люди, которые имеют тенденцию стереотипизировать других, обнаруживают одновременно мало понимания собственных чувств. Люди, отрицающие у себя определенную специфическую черту, более критичны к этой черте, когда они видят или проецируют ее в других. (Д.Ньюман)

ИЗОЛЯЦИЯ. Изоляция — это отделение вызывающей тревожность части ситуации от остальной сферы души. При таком

отделении событие почти не вызывает эмоциональной реакции.

В результате этого человек обсуждает проблемы, отделенные от остальной личности таким образом, что события не связываются ни с какими чувствами, как будто они случились с кем-то другим. Этот сухой подход может стать преобладающим стилем. Человек может все больше и больше уходить в идеи, все менее и менее соприкасаясь с собственными чувствами.

Дети могут играть в это, разделяя свою личность на хорошие и плохие аспекты. Они могут, взяв игрушечную зверушку, "дать" ей делать и говорить все запрещенные вещи. Эта зверушка может быть тиранической, невежливой, саркастической, безрассудной, неблагоприятной. Через эту зверушку ребенок может проявить то поведение, которое родители не разрешили бы ему самому в обычных обстоятельствах.

Говоря об изоляции, Фрейд указывает, что ее нормальным прототипом является логическое мышление, которое тоже стремится отделить содержание от эмоциональной ситуации, в которой оно обнаружено. Изоляция становится механизмом защиты только когда она используется для защиты Эго от принятия вызывающих тревожность аспектов ситуации или отношений.

РЕГРЕССИЯ. Регрессия — это возвращение на более ранний уровень развития или к способу выражения, который более прост и более свойствен детям. Тревожность ослабляется здесь посредством ухода от реалистического мышления в поведение, которое в более ранние годы уменьшало тревожность.

Регрессия — более примитивный способ справляться с ситуацией. Уменьшая напряжение, она часто оставляет неразрешенными источники тревожности. "Даже здоровые, хорошо приспособленные люди позволяют себе время от времени регрессии, чтобы уменьшить тревожность или, как это говорится, "спустить пар". Они курят, напиваются, переедают, выходят из себя, кусают ногти, ковыряют в носу, читают рассказы о таинственном, ходят в кино, нарушают законы, лепечут по-детски, портят вещи, мастурбируют, занимаются необычным сексом, жуют резинку или табак, одеваются как дети, ведут машину быстро и рискованно, верят в злых и добрых духов, любят вздремнуть среди дня, дерутся и убивают друг друга, делают ставки на тотализаторе, грезят, восстают против авторитета и подчиняются авторитетам, играют в азартные игры, прихорашиваются перед зеркалом, действуют по внушению импульса, ищут козла отпущения, и делают тысячи других "детс-

ких" вещей. Многие из этих регрессий настолько общеприняты, что принимаются за признаки зрелости. В действительности все это — формы регрессии, используемые взрослыми". З.Фрейд

МЕХАНИЗМ ЗАЩИТЫ В ЦЕЛОМ. Защиты, которые мы описали, это способы, которыми душа защищает себя от внутренних и внешних напряжений. Защита избегает реальности (репрессия), исключает реальность (отрицание), переопределяет реальность (рационализация) или обращает реальность (реактивные образования). Защита помещает внутреннее чувство во внешний мир (проекция), разделяет реальность (изоляция) или уходит от реальности (регрессия). В каждом случае либидозная энергия, необходимая для поддержания защиты, существенно ограничивает подвижность и силу Эго. "Они (защиты) связывают психическую энергию, которая могла бы быть использована в более полезных деятельности Эго. Когда защита становится очень влиятельной, она начинает преобладать в Эго и уменьшает его подвижность и способность к адаптации. Наконец, если защита не может удержаться, Эго не "имеет точки отступления и опоры и оказывается захваченным тревожностью". З.Фрейд.

З.ФРЕЙД

"Я" И "ОНО"²

СОЗНАНИЕ И БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ

Разделение психики на сознательное и бессознательное является основной предпосылкой психоанализа и дает ему одному возможность понять в такой же мере частые, как и важные патологические процессы психической жизни и причислить их к научным явлениям. Повторяю еще раз другими словами: психоанализ не может считать сознательное сутью психики, а должен смотреть на сознание как на качество психики, которое может присоединиться к другим качествам или может отсутствовать.

Если бы я мог себе представить, что интересующиеся психологией прочтут этот труд, то я приготовился бы и к тому, что уже тут часть читателей остановится и не пойдет дальше, так как здесь

первый шиболет психоанализа. Для большинства философски образованных людей идея психики, которая к тому же и бессознательна, настолько непонятна, что она кажется им абсурдной и отвергается простой логикой. Мне думается, что причина этого заключается в том, что они никогда не изучали соответствующих феноменов гипноза и сновидения (не говоря уже о патологических феноменах), делающих такое понимание обязательным. Но выдвинутая ими психология сознания ведь и неспособна разрешить проблемы гипноза и сновидения.

"Быть сознательным" есть чисто описательный термин, ссылающийся на наиболее непосредственные и наиболее надежные восприятия. Но дальше опыт показывает нам, что психический элемент, например, представление, обычно не осознается длительно. Напротив, характерно то, что состояние сознательности быстро проходит; осознанное сейчас представление в следующий момент делается неосозанным, но при известных легко осуществимых условиях может снова вернуться в сознание. И мы не знаем, чем оно было в промежутках: мы можем сказать, что оно было латентно, и подразумеваем под этим, что оно в любой момент было способно быть осозанным. Но и в этом случае, если мы скажем, что оно было бессознательным, мы даем правильное описание. Это бессознательное совпадает тогда с латентной способностью к осознанию. Правда, философы нам возразили бы: нет, термин — бессознательное — здесь неприменим; пока представление было в состоянии латентности, он вообще и не был ничем психическим. Если бы мы уже тут начали им возражать, то завязался бы спор, который бы никакой пользы не принес.

Мы, однако, пришли к термину или понятию о бессознательном другим путем, а именно — обработкой опыта, в котором играет роль психическая динамика. Мы узнали, т.е. должны были признать, что есть сильные психические процессы или представления (здесь, прежде всего, важен квантитативный, значит, экономический момент), который для психической жизни могут иметь все те последствия, что и прочие представления, в том числе и такие последствия, которые могут быть вновь осознаны как представления, но они сами не осознаются. Нет надобности подробно описывать здесь то, что уже так часто излагалось. Короче говоря, тут вступает в действие психоаналитическая теория и заявляет, что такие представления не могут быть осознаны, так как этому противится известная сила; что в иных случаях они могли бы

быть осознаны, и тогда было бы видно, как мало они отличаются от других, признанных психических элементов. Эта теория становится неопровержимой ввиду того, что в психоаналитической технике нашлись средства, которыми можно прекратить действие сопротивляющейся силы и сделать данные представления сознательными. Состояние, в котором они находились до осознания, мы называем вытеснением, а силу, которая привела к вытеснению и его поддерживала, мы ощущаем во время аналитической работы как сопротивление.

Таким образом, мы приобретаем наше понятие о бессознательном из учения о вытеснении. Вытесненное является для нас примером бессознательного; мы видим однако, что есть два вида бессознательного: латентное, но способное к осознанию, и вытесненное — само по себе и без дальнейшего неспособное для осознания. Наше представление о психической динамике не может не повлиять на номенклатуру и описание. Мы называем латентное — бессознательное — только в дескриптивном, а не в динамическом смысле, предсознательным названием бессознательного мы ограничиваем только динамически бессознательно вытесненное и получаем, таким образом, три термина: сознательное (СЗ), предсознательное (ПСЗ) и бессознательное (БСЗ), смысл которых — уже не чисто дескриптивный. ПСЗ, как мы думаем, гораздо ближе к СЗ, чем БСЗ, и так как БСЗ мы назвали психическим, то тем увереннее отнесем это название к латентному ПСЗ. Но не остаться ли нам лучше в добром согласии с философами и не отделить ли ПСЗ и БСЗ, как естественное следствие, от сознательного психического? Тогда философы предложили бы нам описать ПСЗ и БСЗ как два вида или две ступени психоида, и согласие было бы восстановлено. Но следствием этого были бы бесконечные затруднения при описании, и единственно важный факт — именно тот, что эти психоиды почти во всех остальных пунктах совпадают с признанно психическим — был бы оттеснен на задний план из-за предубеждения, которое создалось в те времена, когда еще не знали о психоидах или о самом о них важном.

Теперь мы удобно можем манипулировать нашими тремя терминами СЗ, ПСЗ и БСЗ, если только не будем забывать, что в дескриптивном смысле имеется два вида бессознательного, а в динамическом — только один. Для ряда целей мы можем опустить это деление, но для других оно, конечно, необходимо. Мы все же к этому двоякому значению бессознательного более или ме-

нее привыкли и хорошо с ним уживались. Но уклониться от этой двойственности, насколько я вижу, нельзя. Различение сознательного и бессознательного является, в конце концов, вопросом восприятия, на который можно ответить "да" или "нет"; сам же акт восприятия не дает нам никакой справки о том, по какой причине что-то воспринимается или не воспринимается. Нельзя жаловаться на то, что динамическое в своем проявлении получает лишь двусмысленное выражение.

В дальнейшем течении психоаналитической работы выясняется, что и эти подразделения недостаточны и практически неудовлетворительны. Среди возникающих ситуаций отметим следующую как решающую: мы создали себе представление о связанной организации психических процессов в личности и называем эту организацию "Я" личности. К этому "Я" прикреплено сознание, оно владеет подступами к мотилитетности, т.е. к разрядке раздражений во внешний мир. Это та психическая инстанция, которая производит контроль над всеми своими частичными процессами; ночью она засыпает, но и тогда все еще управляет цензурой сновидений. От этого "Я" исходят и вытеснения, при помощи которых известные психические стремления должны быть исключены не только из сознания, но и из других видов значимости и действительности. Все это, устраненное вытеснением, в анализе противостоит "Я", а анализу ставится задача — уничтожить сопротивление, которое "Я" проявляет к вниманию, уделяемому анализом вытесненному. Во время анализа мы наблюдаем что больной испытывает затруднения, когда мы ставим ему известные задачи: его ассоциации отказываются работать, когда они должны приблизиться к вытесненному. В таком случае мы говорим ему, что он находится под властью сопротивления, но ничего об этом не знает; даже в том случае, когда он по чувству своего неудовольствия угадал бы, что теперь в нем действует сопротивление, то он не может его назвать или на него указать. Но так как это сопротивление несомненно исходит из его "Я" и является принадлежностью "Я", то мы оказываемся в непредвиденной ситуации.

В самом "Я" мы нашли что-то, что тоже бессознательно и проявляет себя точно так, как и вытесненное, т.е. оно сильно воздействует, не будучи сознательным; — для того, чтобы сделать его сознательным, нужна особая работа. Для аналитической практики следствием этого опыта будет то, что мы попадаем в бесконеч-

ные неясности и затруднения, если захотим придерживаться нашего обычного способа выражения и захотим, например, привести невроз к конфликту между сознательным и бессознательным. Вместо этого противоположения мы, опираясь на наши представления о структурных соотношениях психической жизни, вводим другое: противоположность между связным "Я" и отклонившимся от него вытесненным. Но следствия для нашего представления о бессознательном еще значительнее. Динамическое рассмотрение внесло первую корректуру; структурное понимание дает вторую. Мы видим, что БСЗ не совпадает с вытесненным. Правильно, что все вытесненное — БСЗ, но, в то же время, и не все БСЗ вытеснено. Так же и часть "Я" (один Бог знает, какая важная часть!) может быть БСЗ и, несомненно, и есть БСЗ. И это БСЗ не латентно в духе ПСЗ, иначе его нельзя было бы активизировать, не делая СЗ, и доведение его до осознанности не представляло бы таких больших затруднений. Если мы поставлены перед необходимостью выдвинуть третье — не вытесненное БСЗ, то мы должны признать, что значение характера неосознанности для нас уменьшается. Он становится многозначным качеством, не допускающим широких и исключительных выводов, в целях которых мы бы его охотно использовали. Однако мы должны остерегаться небрежного к нему отношения, так как, в конце концов, это качество — сознательно или бессознательно — является единственным светочем в потемках глубинной психологии.

"Я" И "ОНО"

Патологическое исследование слишком исключительным образом концентрировало наш интерес на вытесненном. С тех пор, как мы знаем, что и "Я" может быть бессознательным в собственном смысле слова, нам хотелось бы узнать о нем больше. До сих пор в наших исследованиях единственным опорным пунктом был признак сознательности или бессознательности; и, наконец, мы увидели, насколько это может быть многозначным.

Все наше знание всегда связано с сознанием. Ведь и БСЗ мы можем узнать только путем того, что делаем его сознательным. Но как же это возможно? Что значит "делать что-то сознательным"? Как это происходит?

Мы уже знаем, где нам искать для этого исходную точку. Мы сказали, что сознание является поверхностью психического аппа-

рата, т.е. мы приписали его в качестве функции одной системы, которая пространственно ближе всего внешнему миру. Впрочем, пространственно не только в смысле функции, но на этот раз и в смысле анатомического расчленения. Наше исследование тоже должно принять эту воспринимающую поверхность за исходную точку.

Скажу заранее, что СЗ — все восприятия, приходящие извне (чувственные восприятия), и изнутри — то, что мы называем ощущениями и чувствами. Но как обстоит дело с теми внутренними процессами, которые мы — вчерне и неточно — можем обобщить как мыслительные процессы? Они протекают где-то в глубине аппарата в виде смещений психической энергии по пути к действию, но доходят ли они до поверхности, которая дает возникнуть сознанию? Или сознание доходит до них? Мы замечаем, что это — одно из тех затруднений, появляющихся, когда хочешь взять всерьез пространственное, топическое представление о психической деятельности. Обе возможности одинаково немыслимы, вероятно правильно что-то третье.

В другом месте я уже высказал предположение, что действительное различие между БСЗ и ПСЗ, представлениями заключается в том, что первое происходит на каком-то материале, остающемся неизвестным, в то время как у последнего (БСЗ) добавляется соединение с словесными представлениями. Этим впервые делается попытка придать обеим системам, ПСЗ и БСЗ, отличительные знаки — иные, чем отношение к сознанию. Вопрос — как что-то осознается? — целесообразнее выражен следующим образом: как что-то предсознается? И ответ был бы: путем связи с соответствующими словесными представлениями.

Эти словесные представления являются остатками воспоминаний — когда-то они были восприятиями и, как все остатки воспоминаний, могут быть снова осознаны. Но прежде, чем продолжать говорить о их природе, выскажем новое, появившееся у нас представление: сознательным может стать только то, что когда-то уже было СЗ восприятием и что, помимо чувств изнутри, хочет стать сознательным; оно должно сделать попытку превратиться во внешние восприятия. Это делается возможным при помощи следов воспоминаний.

Мы представляем себе, что остатки воспоминаний содержатся и системах, непосредственно соприкасающихся с системой БСЗ, так что их загрузки легко могут распространиться изнутри на

элементы этой системы. При этом тотчас же приходят в голову галлюцинации и тот факт, что самое живое воспоминание все же можно отличить как от галлюцинации, так и от внешнего восприятия; но так же быстро устанавливается суждение, что при оживлении воспоминания нагрузка сохраняется в воспоминательной системе, в то время как не отличимая от восприятия галлюцинация может возникнуть тогда, когда нагрузка не только частично переходит со следов воспоминаний на систему В, но и целиком на нее переходит.

Остатки слов происходят, в основном, от акустических восприятий, так что этим дается одновременно особое чувственное происхождение системы ПСЗ. Зрительные составные части словесного представления можно пока оставить без внимания, так как они вторичны и приобретены чтением; то же касается зрительных образов, слова, которые, кроме как у слепых, играют роль подкрепляющих знаков. Ведь слово, собственно говоря, — остаток воспоминания о слышанном слове.

Мы не должны, для упрощения, например, забывать о значении оптических остатков воспоминаний о вещах или отрицать возможность осознания мыслительных процессов при помощи возврата к зрительным остаткам (а это, как будто, многими людьми предпочитается). Изучение сновидений и предсознательных фантазий, по наблюдениям И.Фэрндонка, может дать нам представление о своеобразии этого зрительного мышления. Мы узнаем, что при этом большей частью осознается только конкретный материал мысли, но соотношения, особо характеризующим мысль, нельзя дать зрительного выражения. Итак, мышление образами лишь весьма несовершенное осознание. Оно, кроме того, как-то ближе к бессознательным процессам, чем мышление словами, и, несомненно, онто- и филогенетически старше, чем последнее.

Вернемся к нашей аргументации: если, следовательно, таков путь, каким нечто, само по себе бессознательное, делается предсознательным, то на вопрос — как что-то вытесненное сделать (пред) сознательным, — следует ответить следующим образом: нужно такие ПСЗ средние звенья восстановить аналитической работой. Сознание остается, следовательно, на своем месте, но и БСЗ не поднялось до СЗ.

В то время, как отношение внешнего восприятия к "Я" совершенно явно, отношение внутреннего восприятия к "Я" требует особого исследования. Оно еще раз вызывает сомнение, — пра-

вильно ли мы поступаем, когда все сознание относим к поверхностной системе БСЗ, внутреннее восприятие дает ощущение процессов из различнейших, конечно, и самых глубоких слоев психического аппарата. Они малоизвестны — их лучшим примером может еще послужить ряд наслаждение — неудовольствие. Они непосредственнее и элементарнее, чем восприятия, идущие извне, и могут возникнуть в состоянии смутного сознания. Эти ощущения мультилокулярны, как и внешние восприятия; они могут приходиться одновременно из разных мест и при этом могут иметь различные и даже противоположные качества.

Ощущения с характером наслаждения не имеют в себе ничего, настойчиво требующего, но, напротив, это качество в высшей степени выявляется в ощущениях неудовольствия. Эти последние требуют перемены разрядки, и поэтому мы толкуем неудовольствие как повышение, а удовольствие как понижение загрузки энергией. Если в психическом процессе мы назовем нечто осознаваемое как наслаждение или неудовольствие квантитативно-кавалитативно "другим", то возникает вопрос: может ли такое "другое" осознаваться на месте или его надо довести до системы В.

Клинический опыт останавливается на последнем. Он показывает, что "другое" ведет себя так, как вытесненное побуждение. Оно может развить движущие силы, причем "Я" не заметит принуждения. Только сопротивление принуждению, задержка в реакции разрядки тотчас дает осознать это другое как неудовольствие. Так же, как и напряжения, вызываемые потребностями, и боль может оставаться чем-то "средним" между внешним и внутренним восприятием; она проявляет себя как внутреннее восприятие и в том случае, когда причины ее исходят из внешнего мира. Таким образом, верно, что и ощущения и чувства делаются сознательными только тогда, когда прибывают в систему В. Если переход прегражден, то они не превращаются в ощущения, хотя в процессе раздражений соответствующее им "другое" то же самое. Сокращенно и не совсем правильно мы говорим тогда о бессознательных ощущениях и удерживаем не вполне оправданную аналогию с бессознательными представлениями. Разница заключается в том, что для того, чтобы сделать БСЗ представление СЗ, надо сначала создать для него соединительные звенья, а для ощущений, передающихся непосредственно, это отпадает. Иными словами: различие СЗ и ПСЗ для ощущений не имеет смысла. ПСЗ здесь отпадает — ощущения или сознательны или бессознательны.

Теперь полностью выясняется роль словесных представлений. При их посредстве внутренние мыслительные процессы становятся восприятиями. Кажется, будто доказывается положение: всезнание исходит из внешнего восприятия. При перегрузке мышления мысли, действительно, воспринимаются как бы извне и поэтому считаются верными.

После этого выяснения соотношений между внешним и внутренним восприятием и поверхностной системой БСЗ мы можем приступить к выработке нашего представления о "Я". Мы видим, что оно исходит из В как своего ядра и затем охватывает ПСЗ, опирающееся на остатки воспоминаний. Но и "Я", как мы узнали, тоже бессознательно.

Мне думается, что будет очень полезно последовать за мыслями автора, который тщетно, из личных мотивов, уверяет, что не имеет ничего общего со строгой высокой наукой. Я имею в виду Г.Гроддека, постоянно подчеркивающего, что то, что мы называем нашим "Я", в основном ведет себя в жизни пассивно, и что нас, по его выражению, "изживают" незнакомые, не поддающиеся подчинению силы. У нас — впечатления те же, хотя они и не подчинили нас себе настолько, чтобы мы исключили все остальное; мы готовы предоставить выводам Гроддека надлежащее место в архитектуре науки. Предлагаю отдать должное его идеям следующим образом: назовем "Я" существо, исходящее из системы В и сначала являющееся ПСЗ; все остальное психическое, в котором оно себя продолжает и которое проявляется как БСЗ, назовем по обозначению Гроддека "Оно".

Мы скоро увидим, можно ли из этого представления извлечь пользу для описания и понимания. Теперь индивид для нас — психическое "Оно", неузнанное и бессознательное, на котором поверхностно покоится "Я", развитое из системы В как ядра. Если изобразить это графически, то следует прибавить, что "Я" не целиком охватывает "Оно", а только постольку поскольку система В образует его поверхность, т.е. примерно так, как пластинка зародыша покоится на яйце. "Я" не четко отделено от "Оно", книзу оно с ним сливается.

Но и вытесненное сливается с "Оно" — оно проявляется лишь его частью. Вытесненное только от "Я" резко отграничено сопротивлениями вытеснения; при помощи "Оно" оно может с ним

сообщаться. Мы тотчас распознаем, что все подразделения, описанные нами по почину патологии, относятся к только нам и известным поверхностным слоям психического аппарата. Эти соотношения мы могли бы представить в виде рисунка, контуры которого, конечно, только и представляют собой изображение и не должны претендовать на особое истолкование.

Прибавим, еще, что "Я" является измененной частью "Оно". Изменение произошло вследствие прямого влияния внешнего мира при посредстве БСЗ. "Я" — до известной степени продолжение дифференциации поверхности. Оно стремится также применить на деле влияние внешнего мира и его намерений и старается принципом наслаждения, неограниченно царящий в "Оно", заменить принципом реальности. Восприятие для "Я" играет ту роль, какую в "Оно" занимает инстинкт. "Я" репрезентирует то, что можно назвать рассудком и осмотрительностью. "Оно", напротив, содержит страсти. Все это совпадает с общественными популярными делениями, но его следует понимать лишь как среднее — или в идеале правильное.

Функциональная важность "Я" выражается в том, что в нормальных случаях оно владеет подступами к подвижности. В своем отношении к "Оно" оно похоже на всадника, который должен обуздать превосходящего его по силе коня; разница в том, что всадник пытается сделать это собственными силами, а "Я" — заимствованными. Если всадник не хочет расстаться с конем, то ему не остается ничего другого, как вести коня туда, куда конь хочет; так и "Я" превращает волю "Оно" в действие, как будто бы это была его собственная воля.

На возникновение "Я" и его отделение от "Оно", кроме влияния системы В, по-видимому, повлиял и еще один момент. Собственное тело и, прежде всего, его поверхность являются тем местом, из которого одновременно могут исходить внешние и внутренние восприятия. Оно рассматривается как другой объект, но на ощупывание реагирует двумя видами ощущений, из которых одно можно приравнять к внутреннему восприятию. В психофизиологии достаточно объяснялось, каким образом собственное тело выделяет себя из мира восприятий. Боль, по-видимому, тоже играет роль, а способ, каким при болезненных заболеваниях приобретает новое знание о своих органах, может, вероятно, служить

примером способа, каким человек вообще приобретает представление о собственном теле.

"Я", прежде всего, — телесно; оно не только поверхностное существо, но и само — проекция поверхности. Если искать для него анатомическую аналогию, то легче всего идентифицировать его с "мозговым человеком" анатома, полагающего, что этот человек стоит в мозговой коре на голове; пятки у него торчат вверх, смотрит он назад, а на его левой стороне, как известно, находится зона речи.

Отношение "Я" к сознанию разбиралось неоднократно, но здесь следует заново описать некоторые важные факты. Мы привыкли везде применять точку зрения социальной и этической оценки и поэтому не удивимся, если услышим, что деятельность низших страстей протекает в бессознательном; но мы ожидаем, что психические функции получают доступ к сознанию тем легче, чем выше они оцениваются с этой точки зрения. Но здесь нас разочаруют данные психоаналитического опыта. С одной стороны, у нас есть доказательства, что даже тонкая и трудная интеллектуальная работа, обычно требующая напряженного размышления, может совершаться и бессознательно — не доходя до сознания. Эти факты несомненны; они случаются, например, в период сна и выражаются в том, что известное лицо непосредственно после пробуждения знает ответ на трудную математическую или другую проблему, над решением которой оно напрасно трудилось днем раньше.

Но гораздо более смущают нас другие данные нашего ответа: из наших анализов мы узнаем, что есть лица, у которых самокритика и совесть, т.е. психическая, работа с безусловно высокой оценкой, являются бессознательными и, будучи бессознательными, производят чрезвычайно важное воздействие; таким образом, продолжающаяся бессознательность сопротивления при анализе отнюдь не единственная ситуация такого рода. Но новый опыт, несмотря на наше лучшее критическое понимание заставляющий нас говорить о бессознательном чувстве вины, смущает нас гораздо больше и ставит нас перед новыми загадками, особенно когда мы постепенно начинаем догадываться, что такое бессознательное чувство вины экономически играет решающую роль в большом числе неврозов и сильнейшим образом препятствует

излечению. Если вернуться к нашей шкале ценностей, то мы должны сказать: в "Я" не только самое глубокое, но и самое высокое может быть бессознательным. Кажется, будто нам таким способом демонстрируется то, что мы раньше высказали о сознательном "Я", а именно: что оно, прежде всего, "телесное Я".

"Я" И "СВЕРХ-Я" ("ИДЕАЛ Я")

Если бы "Я" было только частью "Оно", модифицированным влиянием системы восприятий — представителем реального внешнего мира в психике, то мы имели бы дело с простым положением вещей. Добавляется, однако, еще нечто другое.

Мотивы, побудившие нас предположить в "Я" еще одну ступень — дифференциацию внутри самого "Я" — назвать эту ступень "Идеалом Я" или "Сверх Я", разъяснены в других местах. Эти мотивы обоснованные¹. Новостью, требующей объяснения, является то, что эта часть "Я" имеет менее тесное отношение к сознанию.

Здесь мы должны несколько расширить пояснения. Нам удалось разъяснить болезненные страдания меланхолии предположением, что в "Я" снова восстанавливается потерянный объект, то есть, что загрузка объектом сменяется идентификацией. Но тогда мы еще не вполне поняли полное значение этого процесса и не знали, насколько он част и типичен. Позднее мы поняли, что такая замена играет большую роль в оформлении "Я" и значительно способствует становлению того, что называют своим характером.

Первоначально в примитивной оральной фазе индивида, вероятно, нельзя отличить загрузку объектом от идентификации. В дальнейшем можно только предположить, что загрузки объектом исходят от "Оно", для которого эротические стремления являются потребностями. "Я" вначале еще слабоватое, получает сведе-

¹ Только то, что функцию проверки реальности я приписал этому "Сверх Я", кажется ошибочным и нуждается в корректуре. Отношением "Я" к миру восприятий несомненно соответствовало бы, если бы проверка реальности оставалась его собственной задачей. Также и прежние, довольно неопределенные высказывания о ядре "Я" должны теперь быть поправлены в том смысле, что только систему БСЗ можно признать ядром "Я".

ния о загрузках объектом, соглашается с ними или противится им процессом сопротивления¹.

Если такой сексуальный объект нужно или должно покинуть, то для этого нередко происходит изменение "Я", которое, как и в меланхолии, следует описать как восстановление объекта в "Я". Более подробные условия этой замены нам еще неизвестны. Может быть, "Я" облегчает или делает возможным отдачу объекта при помощи этой интроекции, представляющей собой род регресса к механизму оральной фазы. Может быть, эта идентификация и вообще является условием, при котором "Оно" покидает свои объекты. Во всяком случае этот процесс — особенно в ранних стадиях фазы развития — очень част и дает возможности представлению, что характер "Я" является осадком покинутых загрузок объектом, т.е. содержит историю этих выборов объекта. Поскольку характер какой-нибудь личности отвергает или воспринимает эти влияния из истории эротических выборов объекта, то надо, конечно, с самого начала признать шкалу сопротивляемости. У женщин с большим любовным опытом можно, по-видимому, легко доказать в чертах характера остатки из загрузок объектом. Следует принять во внимание и одновременность загрузки объектом и идентификации, т.е. изменение характера в момент, когда объект еще не покинут. В этом случае изменение характера по длительности могло бы пережить отношение к объекту и в известном смысле это отношение консервировать.

Другая точка зрения устанавливает, что это превращение эротического выбора объекта в изменение "Я" является и тем путем, каким "Я" может овладеть "Оно" и может углубить свои к нему отношения; правда, это совершается за счет широкой податливости к его переживаниям. Если "Я" принимает черты объекта, то оно само, так сказать, напрашивается в объект любви для "Оно";

¹ Интересную параллель к замене объекта представляет собой вера примитивного человека и то, что свойства съеденного животного переходят к тому, кто его съел. Интересны и основанные на этом запреты. Как известно, эта вера участвует и в обосновании каннибализма и продолжает свое действие во всем ряде обычаев тотемической трапезы вплоть до Св.Причастия. Следствия, которые приписываются здесь оральному овладению объектом, действительно и для позднейшего сексуального выбора, объекта и прерасно с ним совпадают.

оно стремится возместить ему эту потерю и говорит: "Посмотри-ка, ты можешь полюбить и меня, ведь я так похоже на объект".

Происходящее здесь превращение либидо объекта в нарцисстическое либидо очевидно приводит к отходу от сексуальных целей — к десексуализации, т.е. к своего рода сублимации. Да, возникает вопрос, достойный более подробного рассмотрения, а именно: не является ли это общим путем к сублимации; не происходит ли всякая сублимация при посредстве "Я", которое сначала превращает сексуальное либидо объекта в нарцисстическое, чтобы затем, может быть, поставить ему другую цель¹. Позже мы займемся вопросом, не повлияет ли это превращение и на судьбу других первичных вызовов, не поведет ли за собой распада, например, различных слитых друг с другом первичных позывов.

Мы теперь отвлекаемся от нашей цели, но нельзя не остановиться еще раз на объектных идентификациях "Я". Если таковые берут верх, делаются слишком многочисленными, **СПИШКОМ** сильными и неуживчивыми между собой, то можно ожидать патологического результата. Дело может дойти до расщепления "Я", причем отдельные идентификации путем сопротивлений замыкаются друг от друга; может быть, тайна случаев так называемой множественной личности заключается в том, что отдельные идентификации, сменяясь, овладевают сознанием. Если дело даже и не заходит так далеко, все же создается тема конфликтов между отдельными идентификациями, на которые раскалывается "Я"; конфликты эти, в конце концов, не всегда могут быть названы патологическими.

В какую бы форму ни вылилось дальнейшее сопротивление характера влияниям покинутых загрузок объектом, все же воздействие первых идентификаций, происходивших в самые ранние годы, будет общим и длительным. Это возвращает нас к возникновению "Идеала Я", так как за ним кроется первая и самая значительная идентификация индивида, а именно — иденти-

¹ Согласно смыслу введения в нарциссизм, мы теперь, после отделения "Я" от "Оно" должны признать "Оно" большим резервуаром либидо. Либидо, протекающее к "Я" путем описанных идентификаций, создаст его "вторичный нарциссизм".

кация с отцом личного времени¹. Она, по-видимому, не результат или исход загрузки объектом; это — идентификация прямая и непосредственная, и по времени — она раньше любой загрузки объектом. Но выборы объекта, протекающие в первый сексуальный период и относящиеся к отцу и матери, по-видимому, нормально завершаются такой идентификацией и, таким образом, усиливают первичную идентификацию.

Эти соотношения все же настолько сложны, что необходимо описать их подробнее. Два момента создают эту complication, а именно: треугольная структура Эдипова комплекса и бисексуальность конституции индивида.

Упрощенный случай принимает для ребенка мужского пола следующий вид: уже в совсем ранние годы он развивает в отношении матери загрузку объектом, которая исходной точкой имеет материнскую грудь и является образцовым примером выбора объекта по типу нахождения опоры отцом, мальчик овладевает путем идентификации. Оба эти отношения некоторое время идут параллельно; но затем, вследствие усиления сексуальных желаний в отношении матери и сознания, что отец для этих желаний является препятствием, возникает Эдипов комплекс. Идентификация с отцом принимает враждебную окраску, обращается в желание его устранить, чтобы занять его место у матери. С этого момента отношение к отцу амбивалентно; кажется, что амбивалентность, с самого начала имевшаяся в идентификации, теперь становится явной. Амбивалентная установка к отцу и только нежное объектное стремление к матери являются для мальчика содержанием простого позитивного Эдипова комплекса.

При разрушении Эдипова комплекса загрузка объектом-матерью должна быть покинута. Вместо нее могут возникнуть два случая: или идентификация с матерью или усиление идентифи-

¹ Может быть, осторожнее было бы сказать - с родителями, так как отец и мать не расцениваются различно до того времени, пока не получается точное знание о полном различии - отсутствии пениса. Из истории одной молодой женщины я недавно узнал, что с тех пор, как она заметила у себя отсутствие пениса, она полагала, что этого органа нет у женщин, по не у всех, а только у тех, кого она считала неполноценными. У ее матери он, по ее мнению, сохранился. Для более простого изложения я рассмотрю лишь идентификацию с отцом.

кации с отцом. Последний случай мы считаем более нормальным, так как он позволяет сохранить в известной степени нежное отношение к матери. Гибель Эдипова комплекса укрепила бы, таким образом, мужественность в характере мальчика. Эдипова установка маленькой девочки совсем аналогичным образом может закончиться усилением идентификации себя с матерью (или созданием такой идентификации), и это установит женственный характер ребенка.

Эти идентификации не оправдывают наших ожиданий, так как они не вводят "Я" покинутого объекта; но бывает и такой исход, и у девочек он наблюдается чаще, чем у мальчиков. Очень часто из анализа узнаешь, что после того, как пришлось отказаться от отца как объекта любви, маленькая девочка развивает в себе мужественность и идентифицирует себя уже не с матерью, а с отцом, т.е. с потерянным объектом. Очевидно, все зависит от того, достаточно ли сильны ее мужские свойства, в чем бы они ни состояли.

По-видимому, исход Эдипова комплекса в идентификации с отцом или матерью у обоих полов зависит от относительной силы свойств того или другого пола. Это — один из видов, какими бисексуальность вторгается в судьбы Эдипова комплекса. Другой вид еще важнее. Получается впечатление, что простой Эдипов комплекс — вообще не самое частое явление; он скорее соответствует упрощению или схематизации, которая достаточно часто оправдывается на практике. Более подробное исследование обнаруживает чаще всего более полный Эдипов комплекс, который является двойным позитивным и негативным, в зависимости от бисексуальности ребенка, т.е. у мальчика — не только амбивалентная установка к отцу и нежный выбор объекта-матери, но одновременно он и ведет себя как девочка — проявляет нежную женственную установку к отцу и соответствующую ей, ревниво-враждебную, к матери. Это участие бисексуальности очень мешает рассмотреть условия примитивных выборов объекта и еще больше затрудняет их ясное описание. Возможно, что и амбивалентность, констатированную в отношении к родителям, следовало бы безусловно отнести к бисексуальности, а не к развитию из идентификации вследствие установки соперничества, как я это изложил ранее.

Мне думается, что будет целесообразным принять существование полного Эдипова комплекса вообще и, особенно, у невротиков. Аналитический опыт показывает тогда, что в некотором количестве случаев часть комплекса исчезает до едва заметного следа; тогда получается ряд, на одном конце которого находится нормальный позитивный, а на другом — обратный негативный Эдипов комплекс; средние же звенья выявляют совершенную форму с неравным участием обоих компонентов. При гибели Эдипова комплекса четыре содержащихся в нем стремления сложатся таким образом, что из них получится идентификация с отцом и идентификация с матерью; идентификация с отцом удержит объект-мать позитивного комплекса и одновременно объект-отца обратного комплекса; аналогичное явление имеет место при идентификации с матерью. В различной силе выражения обеих идентификация отразится неравенство обоих половых данных.

Таким образом, можно предположить, что самым общим результатом сексуальной фазы, находящейся во власти Эдипова комплекса, является конденсат в "Я", состоящий в возникновении этих двух, как-то между собою связанных идентификаций. Это изменение "Я" сохраняет свое особое положение, оно противостоит другому содержанию "Я" как "Идеал Я" или "Сверх-Я".

Но "Сверх-Я" — не просто осадок первых выборов объекта, производимых "Оно"; "Сверх-Я" имеет и значение энергичного образования реакций против них. Его отношение к "Я" не исчерпывается напоминанием — таким (как отец) ты должен быть, но включает и запрет: таким (как отец) ты не имеешь права быть, ты не можешь делать все, что делает он, на многое только он имеет право. Это двойное лицо "Идеала Я" проистекает из факта, что "Идеалу Я" пришлось трудиться над вытеснением Эдипова комплекса, более того, что само оно и возникло даже в результате этого перелома. Вытеснение Эдипова комплекса было, очевидно, нелегкой задачей. Так как родители, особенно отец, признаются препятствием для осуществления Эдиповых желаний, то инфантильное "Я" укрепило для этой работы вытеснения, создав это же самое препятствие. Оно в некотором роде заимствовало для этого силу от отца, и это заимствование есть акт с исключительно серьезными последствиями. "Сверх-Я" сохранит характер отца, и чем сильнее был Эдипов комплекс, чем быстрее (под влиянием авторитета, религиозного учения, обучения и чтения) произошло его вытеснение, тем строже "Сверх-Я" будет позже царить над "Я" как совесть, может быть, как бессознательное чувство вины.

Позже я изложу предположение, откуда оно получает силу для этого господства, этот принудительный характер, проявляющий себя как категорический императив.

Если мы еще раз рассмотрим описанное нами возникновение "Сверх-Я", то мы признаем его результатом двух в высшей степени значительных биологических факторов, а именно: длительной детской беспомощности и зависимости человека и факта наличия его, Эдипова комплекса, который мы ведь объяснили перерывом в развитии либидо, вызванным латентным временем, т.е. двумя — с перерывом между ними — началами его сексуальной жизни. Последнюю, как кажется, специфически человеческую — особенность психоаналитическая гипотеза представила наследием развития в направлении культуры, насильственно вызванным ледниковым периодом. Таким образом, отделение "Сверх-Я" от "Я" не является чем-то случайным: оно отображает самые значительные черты развития индивида и развития вида, и, кроме того, создает устойчивое выражение влияния родителей, т.е. увековечивает те моменты, которым оно само обязано своим происхождением.

Психоанализ постоянно упрекали в том, что он не озабочен высоким, моральным, сверхличным в человеке. Этот упрек был вдвойне несправедлив — и исторически, и методически: во-первых, потому, что моральным и эстетическим тенденциям в "Я" с самого начала был приписан импульс к вытеснению; во-вторых, потому, что никто не хотел понять, что психоаналитическое исследование не могло выступать в виде философской системы с законченным и готовым сводом научных положений, а должно было шаг за шагом пробивать себе дорогу к пониманию психических осложнений путем аналитического расчленения нормальных и анормальных феноменов. Нам не нужно было присоединяться к трусливой озабоченности о наличии в человеке высшего, пока мы должны были заниматься изучением вытесненного в психической жизни. А теперь, когда мы осмеливаемся приступить к анализу "Я", мы можем давать следующий ответ всем тем, кто был поколеблен в своем этическом сознании и жаловался, что ведь должно же быть в человеке высшее существо! — мы отвечаем: конечно, и вот это и есть высшее существо — это "Идеал Я" или "Сверх-Я" — репрезентация нашего отношения к родителям. Мы знали эти высшие существа, когда были маленькими детьми, мы ими восхищались и их боялись, а позднее восприняли их за себя.

Таким образом, "Идеал Я" является наследием Эдипова ком-

плекса и, следовательно, выражением наиболее мощных движений и наиболее важных судеб либидо в "Оно". Вследствие установления "Идеала Я", "Я" овладело Эдиповым комплексом и одновременно само себя подчинило "Оно". В то время как "Я", в основном, является представителем внешнего мира, реальности, — "Сверх Я" противостоит ему как поверенный внутреннего мира, мира "Оно". Мы теперь подготовлены к тому, что конфликты между "Я" и идеалом будут, в конечном итоге, отражать противоположность реального и психического, внешнего мира и мира внутреннего. То, что биология и судьбы человеческого вида создали и оставили в "Оно", путем образования идеала передается в "Я" и вновь индивидуально в нем переживается. "Идеал Я", вследствие истории своего образования, имеет самую обширную связь с филогенетическим приобретением, — архаическим наследием отдельного человека. То, что в отдельной психической жизни было самым глубоким, становится путем создания идеала наивысшим в человеческой душе, соответственно нашей шкале оценок. Было бы напрасным трудом хотя бы приблизительно локализовать "Идеал Я" так, как мы локализуем "Я", или же поместить его в одно из тех сравнений, какими мы пытались изобразить отношения "Я" и "Оно".

Легко показать, что "Идеал Я" удовлетворяет всем требованиям, которые предъявляются к высшему существу в человеке. Как замену тоски по отцу, он содержит зародыш, из которого образовались все религии. Суждение о собственной недостаточности при сравнении "Я" с его идеалом вызывает смиренное религиозное ощущение, на которое ссылается исполненный страстью томления верующий. В дальнейшем ходе развития учителя и авторитеты продолжали роль отца; их заповеди и запреты остались действительно мощными в "Идеале Я" и выполняют теперь в виде совести моральную цензуру. Напряжение между требованиями совести и достижениями "Я" ощущается как чувство вины. Социальные чувства основываются на идентификации себя с другими на почве одинакового "Идеала Я".

Религия, мораль и социальное чувство — эти главные содержания высшего в человеке — первоначально составляли одно целое. По гипотезе, изложенной в "Тотем и табу", они филогенетически приобретались в отцовском комплексе; религия и моральное ограничение — путем преодоления прямого Эдипова комплекса; социальные же чувства вышли из необходимости побороть соперничество; оставшееся между членами молодого поколения. Во всех этих этических приобретениях мужской пол

шел, по-видимому, впереди; но скрещенная наследственность сделала их и достоянием женщин. У отдельного человека еще и в наше время социальные чувства возникают как надстройка над ревнивым соперничеством между сестрами и братьями. Так как враждебность нельзя изжить, то создается идентификация с прежним соперником. Наблюдения над умеренными гомосексуалами поддерживают предположение, что и эта идентификация является заменой нежного выбора объекта, пришедшего на смену агрессивно-враждебной установке.

Но с упоминанием филогенезиса появляются новые проблемы, от разрешения которых хотелось бы робко уклониться. Но ничего не поделаешь, надо попытаться, даже если и боишься, что это обнаружит неудовлетворительность всех наших усилий. Вопрос таков: что в свое время приобрели религия и нравственность от отцовского комплекса - "Я" примитивного человека или его "Оно"? Если это было "Я", то почему мы не говорим, что оно просто все это унаследовало? А если это было "Оно", то как это согласуется с характером "Оно"? Может быть, дифференциацию на "Я", "Сверх Я" и "Оно" нельзя переносить на такие давние времена? Или надо просто честно сознаться, что все это представление о процессах в "Я" ничего не дает для понимания филогенезиса и к нему неприменимо?

Ответим сначала на то, на что легче всего ответить. Наличие дифференциации на "Я" и "Оно" мы должны признать не только у примитивных людей, но и у гораздо более простых живых существ, так как эта дифференциация является необходимым выражением влияния внешнего мира. Мы предположили, что "Сверх-Я" возникло именно из тех переживаний, которые вели к тотемизму. Вопрос о том, кто приобрел эти знания и достижения, - или "Я" или "Оно" — вскоре отпадает сам собой. Дальнейшее соображение говорит нам, что "Оно" не может пережить или испытать внешнюю судьбу, кроме как через "Я", которое заменяет для него внешний мир. Но о прямом наследовании в "Я" все же нельзя говорить. Здесь раскрывается пропасть между реальным индивидом и понятием вида. Нельзя также слишком неэластично относиться к разнице между "Я" и "Оно": нельзя забывать, что "Я" является особенно дифференцированной частью "Оно". Переживания "Я" кажутся сначала потерянными для наследования, но если они часто и достаточно сильно повторяются у многих следующих друг за другом поколений индивидов, то они, так сказать, превращаются в переживания "Оно", впечатления которых закрепляются путем наследования. Таким образом, наслед-

ственное "Оно" вмещает в себе остатки бесчисленных жизней "Я", и когда "Я" черпает свое "Сверх-Я" из "Оно", то оно, может быть, лишь восстанавливает более старые образы "Я", осуществляет их воскрешение.

История возникновения "Сверх-Я" делает понятным, что ранние конфликты "Я" с объектными нагрузками "Оно" могут продолжаться в виде конфликтов с их наследником — "Сверх Я". Если "Я" плохо удастся преодоление Эдипова комплекса, то его нагрузка энергией, идущая от "Оно", вновь проявится в образовании реакций "Идеала Я". Обширная коммуникация этого идеала с этими БСЗ первичными позывами разрешит ту загадку, что сам идеал может большей частью оставаться неосознанным, для "Я" недоступным. Борьба, бушевавшая в более глубоких слоях и не прекратившаяся путем быстрой сублимации и идентификации, как на каульбаховской картине битвы гуннов, продолжается в сфере более высокой.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Фейдимен Дж., Фрейгер Р.* Теория и практика личностно ориентированной психологии. Дайджест. М., 1996.
2. *Фрейд З.* "Я" и "Оно" в 2 т. Дайджест. Тбилиси. 1991.
3. *Фрейд З.* Введение в психоанализ. Лекции. М. 1991.
4. *Фрейд З.* Психология бессознательного. М. 1989.
5. *Фрейд З.* Толкование сновидений. Ереван. 1991.
6. *Фрейд А.* Психология "Я" и защитные механизмы. М. 1993.
7. *Фрейд З.* По ту сторону принципа удовольствия. М. 1992.
8. *Фрейд З.* Художник и фантазирование. М. 1995.
9. *Дадун Р.* Фрейд. М. 1994.
10. *З.Фрейд.* Психоанализ и русская мысль. М. 1994.
11. *Райкрофт Г.* Критический словарь психоанализа. СПб. 1995.
12. *Лаплани Ж., Понталис Ж.-Б.* Словарь по психоанализу. М. 1996.
13. *Стоун И.* Страсти ума или жизнь Фрейда. М. 1995.
14. *Шертук Л., Сосюр Р.* Рождение психоаналитика. М. 1991.
15. *Юнг К.* З.Фрейд как культурно-историческое явление.
16. *Юнг К.* З.Фрейд. В кн. К.Г.Юнг. Феномен духа в искусстве и науке. М. 1992.

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ К.ЮНГА¹

ОСНОВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

Ориентации:

интроверсия и экстраверсия

Среди юнговских понятий интроверсия и экстраверсия получили, по-видимому, наиболее широкое распространение. Юнг показал, что каждый индивидуум может быть охарактеризован как ориентированный первично на внутреннее или на внешнее. Энергия интровертов более естественно направляется к их внутреннему миру, энергия экстравертов — к внешнему.

Никто не является чистым интровертом или экстравертом. Юнг сравнивает эти два процесса с работой сердца — ритмической сменой в цикле сжатия (интроверсия) и расширения (экстраверсия). Однако каждый индивидуум более склонен к одной из этих ориентаций и действует преимущественно в ее рамках.

Временами интроверсия является более подходящей, временами — экстраверсия. Они исключают друг друга: невозможно придерживаться обеих ориентаций одновременно. Ни одна из них не лучше другой. В идеале следует быть пластичными, уметь принимать любую из двух ориентаций там, где она более подходит, и действовать с точки зрения их равновесия, не создавая фиксированного реагирования.

Интроверты интересуются прежде всего собственными мыслями и чувствами, своим внутренним миром. Они стремятся к глубокой интроспекции. Опасность для них состоит в том, чтобы не быть слишком глубоко погруженными в свой внутренний мир, потеряв контакт с внешним окружением. Ничего вокруг себя не замечающий профессор — яркий, хотя и стереотипный, пример.

Экстраверты заняты внешним миром людей и вещей; они стремятся быть более социальными и лучше осознают, что происходит вокруг них. Они должны остерегаться слишком сильного вовлечения во внешнее и отчуждения от своих внутренних процессов. Рисман обсуждает эту тенденцию, описывая индивидуумов, ориентированных на других, которые почти целиком занимаются идеями и мнениями других, вместо того, чтобы развивать собственные.

ФУНКЦИИ: МЫШЛЕНИЕ, ЧУВСТВОВАНИЕ, ОЩУЩЕНИЕ, ИНТУИЦИЯ

Юнг называет четыре основные психологические функции: мышление, чувствование, ощущение и интуицию. Каждая функция может осуществляться интровертированным или экстравертированным образом.

Юнг считал мышление и чувствование альтернативными способами формирования суждений и принятия решений. Мышление занято истинностью, суждения его основаны на внеличных, логических и объективных критериях. Здесь высоко ценятся последовательность и абстрактные принципы. Мыслительные типы (те индивидуумы, у которых мыслительная функция преобладает) — великие составители планов: однако они часто склонны придерживаться своих планов и теорий даже столкнувшись с новой, противоречащей им ситуацией. Чувствование — принятие решений в соответствии с ценностными суждениями, например, плохо — хорошо, правильно — неправильно, красиво — некрасиво (в отличие от рассмотрения чего-то как логичного или эффективного, как в мышлении). Чувствующие типы ориентированы на эмоциональные аспекты опыта. Они предпочитают сильные интенсивные эмоции, даже негативные, нейтральному опыту.

Ощущение и интуицию Юнг называет способами получения информации, в противоположность способам принятия решений. Ощущение фокусируется на прямом опыте, восприятия деталей, конкретных фактах — на том, что можно увидеть, потрогать, понюхать. Ощутимому конкретному опыту дается преимущество перед анализом опыта. Ощущающие типы как правило реагируют на непосредственно ситуацию и эффективно справляются со всякого рода кризисами и неожиданностями. Как правило, он лучше всех остальных типов обращается с материалами и орудиями. Интуиция — способ обработки информации с точки зрения прошлого опыта, будущих целей и бессознательных процессов. Для интуитивных типов то, что следует из опыта (то, что может случиться, что возможно) важнее, чем само актуальное переживание. Интуитивные типы связывают значение с восприятием столь быстро, что часто не могут отделить свои интерпретации от чувственных данных. Интуитивный человек обрабатывает информацию очень быстро, автоматически связывая прошлый опыт и необходимую дополнительную информацию с непосредственно

данным. Поскольку все это часто рассматривается с точки зрения бессознательного материала, такое мышление часто кажется непоследовательным.

Сочетание четырех функций в индивидууме составляет целостный и уравновешенный подход к миру. Юнг пишет: "Чтобы ориентироваться, мы должны обладать функцией, которая подтверждает, что нечто наличествует (ощущение); вторая функция устанавливает, что именно наличествует (мышление); третья решает, подходяще это или нет, хотим ли мы принять это (чувствование); и четвертая функция указывает, откуда это пришло и к чему ведет (интуиция)".

К сожалению у человека как правило четыре функции, развиваются не в одинаковой степени. Обычно одна функция сильно доминирует, и еще одна, относительно развитая, является дополнительной. Остальные две функции в целом бессознательны и действуют со значительно меньшей эффективностью. Чем более развиты и сознательны доминирующая и дополнительная функции, тем более глубоко бессознательны их противоположности.

Наш функциональный тип показывает относительно сильные и относительно слабые места в нашем функционировании и стиль деятельности, который мы предпочитаем. Юнговская типология особенно полезна во взаимоотношениях с другими, она помогает нам понять социальные отношения, описывая, сколь различным образом люди воспринимают мир, сколь разными критериями пользуются в действовании и суждении. Например, интуитивно-чувствующий оратор не прочтет такую логичную, высокоорганизованную лекцию, полную детализации, как мыслительно-ощущательный тип. У первого разговор будет по-видимости перескакивать с предмета на предмет; ощущение проблемы будет передаваться с помощью рассмотрения ее с разных сторон, а не систематическом развертывании.

Юнг называет наименее развитую функцию в каждом индивидууме "низшей функцией". Она наименее сознательна и наиболее примитивна или недифференцирована. Она может казаться некоторым демоническим влиянием, потому что они не обладают ни пониманием ее, ни контролем над ней. Например, сильно интуитивный тип может воспринимать сексуальные импульсы как таинственные или даже опасные, выходящие из-под контроля, потому что он слабо соприкасается со своей ощущательной функцией.

КОЛЛЕКТИВНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ

"Наш бессознательный ум, как наше тело, — хранилище следов и воспоминаний прошлого". К.Юнг.

Юнг пишет, что мы рождаемся не только с биологическим, но и психологическим наследством. И то, и другое в какой-то степени определяет поведение и опыт. "Как человеческое тело представляет собой целый музей органов, каждый со своей эволюционной историей, так, — можем мы ожидать — и психика организована подобным образом. Она не может быть порождением истории, как и тело, в котором она существует".

Коллективное бессознательное содержит психический материал, не возникающий в личном опыте. Некоторые психологи, как например Скиинер, неявно предполагают, что каждый индивидуум рождается как чистая грифельная доска, "табула раса", и все психологическое развитие возникает из личного опыта. Юнг постулирует, что психика ребенка уже обладает структурой, которая моделирует и канализирует его дальнейшее развитие и его взаимодействия со средой: "Коллективное бессознательное... состоит из содержания, которое лишь в минимальной степени формируется личностью, а в своей сущности вообще не является индивидуальным приобретением, оно по существу одинаково повсюду, и не изменяется при переходе от человека к человеку. Это бессознательное — как воздух, который одинаков повсюду, которым дышат все, но который не принадлежит никому. Его содержание (называемое архетипами) — первичные условия или паттерны психического формирования вообще".

"Оно (коллективное бессознательное) более похоже на атмосферу, в которой мы живем, чем на что-то, что находится внутри нас. Это просто неизвестное — качество мира". Карл Юнг.

Отношение Юнга к коллективному бессознательному видно из следующего отрывка из письма к одному анализируемому: "Вы верите своему бессознательному, как любящему отцу. Но это — природа, и она не может быть нам полезна, как родственное человеческое существо. Оно внечеловечно, и нуждается в человеческом уме, чтобы функционировать на пользу человеческим целям... Оно всегда стремится к своим коллективным целям, и никогда - к целям вашей индивидуальной судьбы. Ваша судьба — результат сотрудничества между сознанием и бессознательным".

АРХЕТИПЫ

"Первичные означает "первый" и "первоначальный; первичный образ, следовательно, относятся к самым ранним проявлениям души. Человек наследует эти образы от своего родового прошлого, которое включает как его человеческих, так и предчеловеческих или животных предков". Карл Юнг.

В коллективном бессознательном содержатся психические "структуры" или архетипы. Это формы без собственного содержания, которые организуют и канализируют психологический материал. Их можно сравнить с сухим руслом реки, форма которого определит характеристики реки, когда по нему потечет вода. Юнг называет также архетипы "первичными образами", потому что они часто соответствуют мифологическим темам, которые вновь и вновь появляются в народных сказках и легендах различных времен и народов.

Те же темы могут быть обнаружены в снах и фантазиях многих индивидуумов. По Юнгу, архетипы, как структурные формирующие элементы бессознательного, вызывают к жизни как индивидуальную фантазию, так и мифологию народов. Они появляются с определенной регулярностью — повторяющиеся типы ситуацией или фигур. Архетипические ситуации включают "приключения героя", "ночное морское путешествие", "битву за отделение от матери". Среди архетипических фигур можно встретить божественное дитя, двойника, старого мудреца, первоматерь.

"Существенно иметь в виду, что архетипы — это не просто имена или даже философские понятия. Это моменты самой жизни — образы, целостно связанные с живым индивидуумом эмоциональными связями". Карл Юнг.

История Эдипа — хороший пример архетипа. Это одновременно и мифологический, и психологический мотив, архетипическая ситуация отношений сына с родителями. Есть, разумеется, много других ситуаций, родственных этой, таких как отношение дочери к родителям, отношение родителей к детям, отношение между мужчиной и женщиной, между братьями и сестрами и т.д. Термин "архетип" часто неправильно принимается за означающий определенный мифологический образ или мотив. Но это — не более чем сознательные репрезентации... Архетип — это тенденция формировать такие репрезентации мотива — репрезентации, которые могут сильно различаться в деталях, не теряя ос-

новой структуры. Есть, например, много репрезентаций мотива вражды братьев, но сам мотив остается тем же".

С данным архетипом может ассоциироваться большое разнообразие символов. Например, архетип матери охватывает не только индивидуальную реальную мать человека, но также все материнские фигуры, равно как и фигуры кормящих и воспитывающих. Сюда входят вообще женщины, мифический образ женщины (как Венера, Дева Мария, Мать Природа), и такие символы подержа-ГОШ и воспитания-кормления, как "церковь" или "рай". Архетип матери включает не только положительные фигуры, но также и негативные, такие как угрожающая, доминирующая или удушающая мать. В средневековье, например, этот аспект архетипа кристаллизовался в образ ведьмы.

Юнг писал: "Содержание архетипа может быть интегрировано в сознание, но не они сами. Архетип не может быть устранен посредством интеграции, так же как посредством отказа принимать его содержание в сознание. Архетип остается источником для канализации психических энергий, во все время жизни, и с ним постоянно нужно иметь дело".

Каждая из основных структур личности — тоже архетип; и среди них можно назвать Эго, персону, тень, аниму (у мужчин) и анимуса (у женщин) и самость.

СИМВОЛЫ

"Как растение порождает цветок душа создает свои символы". Карл Юнг.

По Юнгу, бессознательное выражает себя прежде всего в символах. Хотя ни один конкретный символ не может полностью представить архетип (который является формой без специфического содержания), чем ближе символ соответствует бессознательному материалу, организованному вокруг архетипа, тем более он вызывает сильный, эмоционально заряженный ответ.

Юнга интересовали "естественные" символы, которые спонтанно порождаются индивидуальной душой, больше, чем образы и структуры, произвольно создаваемые в искусстве.

Кроме символов, находимых в снах и фантазиях индивидуумов, есть также важные коллективные символы, какими являются обычно религиозные образы, такие как крест, шестиконечная звезда Давида, буддийское колесо жизни и пр.

Символические термины и образы часто репрезентируют представления, которые мы не можем ясно определить или полностью понять. По Юнгу, знак замещает что-то другое; символ есть что-то само по себе — динамическое, живое нечто. Символ представляет психическую ситуацию индивидуума, он есть эта ситуация в данный момент. "То, что мы называем символом — это слово, имя или даже картина, которые могут быть известны в повседневной жизни, однако содержат нечто специфическое, дополнительное сверх условного обычного значения. Символ включает нечто смутное, неизвестное, или спрятанное от нас... Слово или образ, широкий "бессознательный аспект", который никогда не может быть более точно определен или более полно объяснен".

СНЫ

Сны — важное соединительное звено между сознательным и бессознательными процессами. По сравнению с нашей жизнью, во сне сознательное мышление содержит гораздо менее сильные эмоции и меньше символического воображения. Символы сновидений обычно содержат так много психической энергии, что мы чувствуем себя вынужденными обращать на них внимание.

Для Юнга сновидения играют важную комплементарную (или компенсаторную) роль в душе. Они помогают уравновешивать разнообразие отвлекающих влияний, которым мы подвержены в сознательной жизни; такие влияния стремятся различным образом направлять наше мышление, часто неподходящим для нашей личности и индивидуальности. "Основная функция снов состоит в том, чтобы постараться восстановить наше психическое равновесие посредством создания материала сновидения, который определенным образом вновь устанавливает общий душевный баланс.

Юнг подходит к снам как к живой реальности, которая должна быть пережита и тщательно рассмотрена, чтобы ее понять. Он стремится обнаружить значение символов сновидения посредством пристального внимания к форме и содержанию сновидения; он постепенно отходит от психоаналитической опоры на свободные ассоциации в анализе снов. "Свободные ассоциации выведут наружу все мои комплексы, но едва ли — значение сна. Чтобы понять значение сна, я должен так близко, как возможно, придерживаясь образов самого сна". В анализе Юнг постоянно

возвращает пациентов к образам сна, спрашивая их, "что говорит *сам сон?*".

"Образ — сжатое выражение психической ситуации в целом, а не только, и даже не преимущественно, чистого и простого бессознательного содержания". Карл Юнг.

Поскольку сновидение содержит символы, которые имеют не одно значение, не может быть простой механической системы интерпретации снов. Любой анализ сновидения должен принимать во внимание положение, опыт и среду видевшего сон. Это совместное продвижение анализирующего и анализируемого. Интерпретации аналитика могут быть лишь предварительными гипотезами, пока они не приняты анализируемым и не почувствованы им значимыми.

Более важен, чем познавательное понимание сна, акт самого переживания материала сновидения и серьезное к нему отношение. Один аналитик-юнгианец указывает важность "дружеского" отношения к снам и восприятия их не как изолированные события, а как сообщения в продолжающихся бессознательных процессах. "Необходимо, чтобы бессознательное сообщило о своем направлении, и мы должны дать ему равное право голоса наряду с Эго, чтобы каждая из сторон могла приспособиться к другой. Если Эго слушает, и если бессознательное поощряемо в своем участии в диалоге, позиция бессознательного трансформируется из враждебной в дружественную, с несколько отличным, дополняющим взглядом на вещи". Дж.Сингер.

ЭГО

"Эго всегда требует объяснений, чтобы утвердить свое существование". Карл Юнг.

Эго — центр сознания и один из основных архетипов личности. Эго создает ощущение последовательности и направления в нашей сознательной жизни. Оно стремится противостоять всему, что может угрожать этой хрупкой связности сознания и пытается убедить нас, что мы всегда должны сознательно планировать и анализировать наш опыт. Оно хочет уверить нас, что Эго — центральный элемент души в целом, и заставить нас игнорировать другую часть души, бессознательное.

По Юнгу душа поначалу состоит из одного лишь бессознательного. Эго возникает из бессознательного и собирает воедино различные переживания и воспоминания, создавая разделение

между бессознательным и сознанием. В Эго нет бессознательных моментов, оно имеет только сознательное содержание, образованное из личного опыта.

"ПЕРСОНА"

Персона — это то, какими мы представляем себя миру. Это характер, который мы принимаем; посредством персоны мы относимся к другим. Она включает наши социальные роли, род одежды, которую мы предпочитаем носить, наш индивидуальный стиль выражения. Термин "персона" — латинское слово, означающее маску — маску, которую они играли (русское — "личина"). Слово "личность" (person, personality) также имеет этот корень.

Персона имеет как позитивные, так и негативные аспекты. Доминирующая персона может задушить индивидуальность; те, кто отождествляют себя со своей персоной, начинают видеть себя только с точки зрения своих поверхностных социальных ролей и "фасада". Юнг называл также персону "архетипом конформности". Вместе с тем, персона не только негативна. Она защищает Эго и душу в целом от различных социальных сил и направленных на нее покушений. Персона — прекрасное орудие коммуникации. В греческой драме актеры смело надевали маски, ясно — хотя и несколько стереотипно — сообщая публике о характере и положении роли, которую играет каждый актер. Когда мы начинаем действовать определенным образом, играть определенную роль, наше Эго постепенно меняет направление.

Символы, обычно употребляемые для персоны, включают то, чем мы обычно прикрываем себя (одежда, вуали, покрывала), символы рода занятий (орудия труда, портфель, и пр.), символы статуса (автомобиль, дом, диплом). Все эти символы встречаются в снах как представители персоны. Например, человек с очень сильной персоной может появиться во сне чрезмерно одетым, или сжимаемым одеждой. Человек со слабой персоной может появиться во сне голым. Возможное выражение чрезвычайно неадекватной персоны — отсутствию кожи.

ТЕНЬ

Тень — центр личного бессознательного, фокус для материала, который был вытеснен из сознания; он включает тенденции, желания, воспоминания и переживания, которые отрицаются ин-

дивидуумом как несовместимые с его персоной или противоречащие социальным стандартам и идеалам. Чем сильнее персона, и чем больше мы с ней отождествляемся, тем более мы отрицаем другие части себя. Тень представляет то, что мы считаем низшим в нашей личности, то, что мы отрицали в себе и чему не дали развиваться. В снах тень часто появляется как животное, карлик, как бродяга или иная фигура, наделенная более низким статусом.

В своей работе над вытеснением и невротами Фрейд фокусировался прежде всего на том, что Юнг называет тенью. Юнг обнаружил, что вытесняемый материал организуется и структурируется вокруг тени, которая становится в некотором смысле негативной самостью, тенью Эго. Тень часто переживается в снах как темная, примитивная, враждебная или отталкивающая фигура, поскольку содержание тени насильно вытеснено из сознания и является антагонистичным сознательным взглядам. Если материал тени вновь допускается в сознание, он в значительной степени теряет свою пугающую, темную природу.

"Как я могу обладать прочностью, не отбрасывая тени. Я должен иметь и теневую сторону, если я хочу быть целым, сознавая свою тень, я еще не вспомню, что я человеческое существо, как всякий другой". Карл Юнг.

Тень опаснее всего, если ее не признавать. Тогда индивидуум проецирует свои нежелательные качества на других или оказывается во власти тени, не сознавая этого. Чем более материал тени сознается, тем менее он может властвовать. Но тень — составная часть нашей природы, ее нельзя просто ликвидировать. Человек без тени не может быть полным индивидуумом, это двумерная карикатура, отрицающая смешение добра и зла и амбивалентность, всем нам присущую.

Каждая вытесняемая частица тени представляет часть нас самих. В той степени, в какой мы оставляем этот материал неосознанным, мы ограничиваем себя. Если тень становится более сознаваемой, мы возвращаем себе ранее вытеснявшиеся части нас самих. Тень также не есть просто негативная сила в душе. Это хранилище значительного количества инстинктивной энергии, спонтанности, жизненности, значительный источник нашего творчества. Как все архетипы, тень укорена в коллективном бессозна-

тельном, и она может обеспечить индивидууму доступ к значительному бессознательному материалу, который отвергается Эго и персоной.

Как раз в тот момент, когда мы думаем, что понимаем ее, она проявляется в другой форме. Тень с нами всю жизнь, чтобы иметь с ней дело, нужно постоянно вглядываться в себя и честно признавать, что мы там видим.

Следующий отрывок из одного юнговского письма дает ясную иллюстрацию того, как Юнг подходил к тени и к бессознательному вообще: "Это трудный и важный вопрос - то, что вы называете техникой обращения с тенью. Фактически нет вообще никакой техники, в том смысле, в каком техника означает наличие известного или даже предписываемого способа обращения с известной трудностью или заданием. Это скорее похоже на дипломатию или государственную политику. Нет же, например, определенной техники, чтобы примирить две политические партии, враждующие друг с другом. Это может быть вопросом доброй воли, дипломатической хитростью, гражданской войной или чем-то еще. Если здесь вообще можно говорить о технике, она состоит в отношении. Прежде всего нужно всерьез принять существование тени. Во-вторых, нужно знать о ее качествах и намерениях. В-третьих, неизбежны длительные и трудные переговоры...

Никто не может знать, каким будет конечный итог этих переговоров. Можно только предполагать, что в результате внимательного сотрудничества сама проблема изменяется. Часто намерения, которые кажутся совершенно невозможными, — это только угрозы, которыми тень пугает нас из-за нежелания части Эго серьезно принимать тень во внимание. Такие угрозы обычно уменьшаются, когда встречают серьезное отношение. Пары противоположностей обладают естественной тенденцией встретиться посередине, но эта середина — никогда не компромисс, выдуманный интеллектом, и навязываемый враждующим партиями. Скорее это — результат конфликта, который нужно выстрадать. Такие конфликты не разрешаются интеллектуальным трюком или выдумкой; их нужно прожить. В действительности нужно подогреть такие конфликты, пока они не достигнут полного размаха, так что противоположности могут медленно сплавиться друг с дру-

гом. Это своего рода алхимическая процедура, а не рациональный выбор или решение. Страдание входит в это неизбежной составной частью.

Реальное решение может быть достигнуто только посредством страдания. Страдание показывает, до какой степени мы невыносимы для самих себя. "Примиришься с врагом своим" — внешним и внутренним! Вот в чем проблема. Такое примирение не унижит ни тебя, ни твоего врага. Я полагаю, что правильную формулу нелегко найти, но если это удастся — вы становитесь целостным, а это, я думаю, и есть смысл человеческой жизни.

АНИМА И АНИМУС

Юнг постулирует бессознательные структуры, которые представляют интерсексуальные связи в душе каждого индивидуума; он называет их анимой у мужчины и анимусом у женщины. Эти основные психические структуры фокусируют весь психологический материал, который не удовлетворяет сознательному представлению индивидуума о себе как о мужчине или женщине. Таким образом, поскольку женщина определяет себя феминистическим, ее анимус объемлет все разрозненные тенденции и переживания, которые она полагает маскулинистическими. "Каждый мужчина несет в себе вечный образ женщины — не той или иной определенной женщины, но образ женщины — как таковой. Этот образ — отпечаток или "архетип" всего родового опыта женственности, сокровищница, так сказать, всех впечатлений, когда-либо производившихся женщинами... Поскольку этот образ бессознателен, он всегда бессознательно проецируется на любимую женщину, он является одним из главных оснований притяжения и отталкивания".

По Юнгу, мать для мальчика и отец для девочки оказывают значительное влияние на развитие анимы и анимуса, и все отношения с противоположным полом, включая родителей, находятся под сильным влиянием проецированных фантазий анимы или анимуса. Этот архетип — один из наиболее влияющих на поведение. Он появляется в снах и фантазиях как фигура противоположного пола; он действует как первичный посредник между созна-

тельными и бессознательными процессами. Он первоначально ориентирован на внутренние процессы, как персона — на внешние. Это источник проекций и создания образов, это — путь к творчеству в душе (не случайно мужчины — писатели и художники — представляют свою Музу богиней-женщиной).

САМОСТЬ

Юнг называл самость центральным архетипом, архетипом порядка и целостности личности. По Юнгу "сознание и бессознательное не обязательно противостоят друг другу, они дополняют друг друга до целостности, которая и есть самость". Юнг обнаружил архетип самости только после того, как завершил исследование других структур личности. Самость часто символизируется в снах или образах безлично — как царственная чета, как божественное дитя или другими символами божества. Все это символы целостности, объединения, примирения полярностей или динамического равновесия — цели процесса индивидуации.

"Самость означает всю личность. Вся личность человека не поддается описанию (потому что) его бессознательное не может быть описано." Карл Юнг.

Самость — это внутренний руководящий фактор, совершенно отличный от Эго и сознания, даже отделенный от него. "Самость — не только центр, но и вся окружность, охватывающая и сознание, и бессознательное; это центр этой целостности, как эгоцентр сознания". Она может появиться в снах сначала как незначительный образ, как точка или мушиное пятнышко, потому что большинству людей их самость так незнакома, и столь неразвита в них. Развитие самости не означает растворение Эго. Эго остается центром сознания, но теперь оно становится связанным с самостью в результате длинного и трудоемкого процесса понимания и принятия бессознательных процессов. Эго перестает казаться центром личности, а занимает место одной из структур в душе.

О СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ

В несколько вольном контексте нередко цитируют стихотворение Гете

Hochstes Glück der Erdenkinder
Sei nur die Personlichkeit¹,

высказывая тем самым мнение, что самая заветная цель и самое сильное желание каждого человека состоят в том, чтобы дать раскрыться той целостности своего существа, которую обозначают понятием *личность*. "Воспитать личность" — это стало сегодня педагогическим идеалом (в противоположность стандартизированному коллективному, или нормальному, человеку, выдвигаемому в качестве идеала массовым большинством) в результате правильного понимания того исторического факта, что великие, освободительные деяния мировой истории исходили от передовых личностей, а не от массы, во всякое время вторичной и косной, которая даже для малейшего перемещения всегда нуждается в демагоге. Возгласами ликования приветствует итальянский народ личность дуче, другие народы стенают, оплакивая отсутствие великих фюреров². Тоска по личности стала настоящей проблемой, которая занимает сегодня многие головы в противовес прежним временам, когда лишь один-единственный человек — Фридрих Шиллер предугадал этот вопрос, а его письма по эстетическому воспитанию спали непробудным литературным сном более столетия с момента их появления. Мы можем совершенно спокойно утверждать, что Священная Римская империя германской нации совсем не заметила во Фридрихе Шиллере воспитателя. Зато *furore teutonico*³ набросился на педагогику, т.е. на воспитание детей, занялся детской психологией, откопал инфантильное во взрослом человеке и тем самым превратил дет-

¹ Западно-восточный диван Книга Зулэйки [Счастлив мира обитатель// Только личностью своей (Пер. В.В. Левина)].

² После того как эта фраза была написана, Германия также обрела своего фюрера.

³ Тевтонская ярость (лат.).

ство в стоит важное для жизни и судьбы состояние, что рядом с ним творческое значение и возможности зрелого возраста полностью отошли в тень. Наше время даже чрезмерно восхваляется как "эпоха ребенка". Этот безмерно разросшийся и раздувшийся детский сад равнозначен полному забвению воспитательной проблематики, гениально предугаданной Шиллером. Оспаривать или хотя бы умалять возможность младенчества никто и не собирался; слишком уж очевидны тяжкие, часто пожизненные раны, наносимые убудочным домашним и школьным воспитанием, и слишком неотложна необходимость разумных педагогических методов. Действительно, желая пресечь это зло в корне, нужно серьезно задаться вопросом как же это случилось и почему сохраняется такое положение, когда применяются глупые и ограниченные методы воспитания? Ведь очевидно, что это происходит лишь потому, что существуют глупые воспитатели, которые суть не люди, а персонифицированные автоматические методы. Хочешь воспитывать — будь сам воспитанным. Все еще практикуемые сегодня зубрежка и механическое применение методов не есть воспитание — ни для ребенка, ни для самого воспитателя. Беспреданно твердят о том, что из ребенка нужно воспитать личность. Разумеется, я преклоняюсь перед этим высоким воспитательным идеалом. Однако кто призван воспитывать личность? В первую очередь и прежде всего это самые обыкновенные некомпетентные родители, которые очень часто сами на протяжении половины или даже всей жизни остаются во многом детьми. В самом деле, кто будет ждать от обыкновенных родителей того, что они — "личности", и разве кто-нибудь позаботился о том, чтобы отыскать такие методы, с помощью которых можно было бы дать родителям представление о "личности"? Поэтому, естественно, многое ожидается от педагога, от образованного специалиста, которого с грехом пополам обучили психологии, т.е. точкам зрения (по большей части различным в своей основе) на те или иные правила, по которым предположительно устроен ребенок и по которым с ним нужно обходиться. В отношении молодых людей, которые избрали педагогику своим жизненным призванием, предполагается, что сами они воспитанны. То, что они к тому же являются личностями, видимо, никого не интересует. Они получили в большинстве своем то же самое дефектное воспитание, как и дети, которых они, как предполагается, должны воспитывать, и они, как правило, личности в такой же малой мере, как и эти дети. Наша

проблема воспитания обыкновенно страдает односторонним интересом к подопечному ребенку и столь же односторонним невниманием к невоспитанности взрослого воспитателя. Всякий закончивший учебу априорно считается полностью воспитанным — одним словом, взрослым. Он, более того, должен считать себя таковым, ибо должен быть твердо убежден в своей компетентности, чтобы суметь выстоять в борьбе за существование. Сомнение и чувство неуверенности оказали бы парализующее и стесняющее действие, они похоронили бы столь необходимую человеку веру в собственный авторитет и сделали бы его непригодным к профессиональной жизни. От него ожидается, что он что-то умеет и уверен в своем деле, но никак не предполагается, что он испытывает сомнения в себе и в своей состоятельности. Специалист уже неизбежно обречен быть компетентным.

То, что эти состояния не идеальны, известно каждому. Но они, однако, в данных обстоятельствах — *cum grano salis*¹ — лучшее из того, что возможно. Ведь совершенно невозможно было представить себе, что они могут быть иными. В конце концов, от среднего воспитателя нельзя ожидать лучших результатов, чем от средних родителей. Если первые — хорошие специалисты, то уже этим следует довольствоваться, так же как родителями, которые стараются воспитывать своих детей как можно лучше.

Высокий идеал воспитания личности не стоило бы применять к детям. Ведь то, что понимается под "личностью" вообще, а именно *определенная, способная к сопротивлению и наделенная силой душевная целостность, есть идеал взрослого*, который предпочитают приписывать детству лишь в эпоху, когда человек еще не осознает проблему своей так называемой взрослости или когда — того хуже — сознательно от нее увиливает. Как раз наше современное педагогическое и психологическое воодушевление по поводу ребенка я подозреваю в бесчестном умысле, говорят о ребенке, но, по-видимому, имеют в виду ребенка во взрослом. Во взрослом застрял именно ребенок, *вечный ребенок*², *нечто все еще становящееся, никогда не завершающееся, нуждающееся в постоянном уходе, внимании и воспитании*. Это — часть человеческой личности, которая хотела бы развиваться в целостность.

¹ С известной оговоркой (*лат.*).

² См.: Jung und Kerenyi, *Das göttliche Kind in Einführung in das Wesen der Mythologie* (Нем. издатели.)

Однако человек нашего времени далек от этой целостности как небо от земли. В мрачном ощущении своей ущербности он захватывает в свои руки воспитание ребенка, вдохновляется детской психологией, теша себя мыслью, будто во время его собственного воспитания и детского развития что-то пошло вкривь и вкось и что это, конечно же, можно будет устранить в последующем поколении. Это намерение, конечно, похвально, но оно терпит фиаско из-за следующего психологического факта я не могу исправить в ребенке те ошибки, которые я сам все еще допускаю. Дети, конечно, не столь глупы, как мы полагаем. Они слишком хорошо замечают, что настоящее, а что поддельное. Сказка Андерсена о голом короле заключает в себе бессмертную истину. Сколь многие родители заявляли мне о похвальном намерении избавить своих детей от того печального опыта, который они, очевидно, сами имели в детстве. И когда я спрашивал: "А вы уверены, что вы сами-то преодолели эти промахи?", они совершенно убеждены в том, что их дефекты уже давным-давно исправлены. В действительности же это было не так. Если они, будучи детьми, воспитывались слишком строго, то портили своих собственных детей толерантностью, граничащей с пошлостью; если от них в детстве досадно укрывали некоторые сферы жизни, то они столь же досадно и просветительно сообщали это своим собственным детям. Они только впали в другую крайность — сильнейшее доказательство трагического постоянства старых грехов. Это обстоятельство было ими совершенно упущено.

Все, что мы желаем изменить в детях, следовало бы прежде всего внимательно проверить не является ли это тем, что лучше было бы изменить в нас самих, как, например, наш педагогический энтузиазм. Вероятно, лучше направить его на себя. Пожалуй, мы не признаемся в том, что нуждаемся в воспитании, потому что это беззастенчивым образом напомнило бы нам о том, что мы сами все еще дети и в значительной мере нуждаемся в воспитании.

Мне кажется, что этим сомнением безусловно стоит поделиться, если уж из детей хотят воспитать "личностей". Личность — это не зародыш в ребенке, который развивается лишь постепенно, благодаря жизни или в ее ходе. Без *определенности, целостности и созревания* личность не проявится. Эти три свойства не могут и не должны быть присущи ребенку, потому что с ними он был бы лишен детства. Он был бы протivoестественной, скороспелой заменой взрослого. Однако таких монстров современное

воспитание уже вывело, а именно в тех случаях, когда родителей одолевает настоящий фанатизм — обеспечить детей всегда и везде всем "самым лучшим" и "жить только ради них". Этот весьма популярный стереотип больше всего мешает родителям развиваться самим, и он же дает им право навязывать детям свое собственное "лучшее". Однако в действительности это "лучшее" представляет собой то, чем родители более всего пренебрегают в отношении самих себя. Детей ориентируют на то, чтобы добиваться именно того, чего не добились родители, им навязывают амбиции, которые родители так и не смогли реализовать. Такие методы и идеалы порождают педагогических монстров.

Никто не в состоянии воспитать личность, если он сам не является личностью. И не ребенок, а только взрослый может достичь этого уровня развития в качестве спелого плода жизненных свершений, направленных на эту цель. Ведь достичь уровня личности означает максимально развернуть целостность индивидуальной сущности. Нельзя упускать из виду, насколько велико число тех условий, которые должны быть выполнены ради этой цели. Здесь требуется вся человеческая жизнь со всеми ее биологическими, социальными и психологическими аспектами. Личность — высшая реализация врожденного своеобразия у отдельного живого существа. Личность — результат наивысшей жизненной стойкости, абсолютного приятия индивидуально сущего и максимально успешного приспособления к общезначимому при величайшей свободе выбора. Воспитать человека *таким* — это, по моему, немалое дело. Это, видимо, величайшая задача, которую взялась решать современная культура. Задача поистине столь опасная, что сам Шиллер, пророчески осмелившийся первым подступиться к этой проблематике, даже приблизительно не почувствовал ее масштабности. Она столь же опасна, как смелый и отважных почин природы, повелевающий женщинам рожать детей. Разве не эта дерзкая прометеевская или даже люциферовская отвага толкнула сверхчеловека на сотворение в реторте гомункула, из которого впоследствии вырос какой-то Голем? И все же он сделал не больше того, что изо дня в день творит природа. Нет такой человеческой гнусности или уродства, которые не существовали бы уже во чреве любящей матери. Как солнце светит праведникам и нечестивцам, как вынашивающие и выкармливающие матери равной любовью одаряют чад божьих и детей лукавого, не думая о возможных последствиях, — так же и мы, явля-

ясь частицами этой диковинной природы, несем в себе, как и она, нечто непредсказуемое.

Личность развивается в течение всей жизни человека из темных или даже вовсе не объяснимых задатков, и только наши дела покажут, кто мы есть. Мы как солнце, которое питает жизнь земли и производит всякого рода прекрасное, диковинное и дурное, мы как матери, которые носят во чреве еще неизведанное счастье и страдание. Мы не знаем наперед, какие дела и злодеяния, какая судьба, какое добро и какое зло содержатся в нас, и только осень покажет, что было зачато весной; лишь вечером станет ясно, что началось утром.

Личность как полная реализация целостности нашего существа — недостижимый идеал. Однако недостижимость не является доводом против идеала, потому что идеалы — не что иное, как указатели пути, но никак не цели. Как ребенок должен развиваться, чтобы стать воспитанным, так и личность должна сначала развернуться, прежде чем ее можно будет начать воспитывать. И уже здесь нас подстерегает опасность. Мы ведь должны иметь дело с чем-то непостижимым, мы не ведаем, как и во что разовьется становящаяся личность, но мы достаточно научены природой и реальностью мира, чтобы обоснованно относиться к этому с недоверием. Даже христианское учение воспитало нас в вере о первородном грехе человеческой природы. Но и те, кто не придерживается христианского учения, столь же естественно недоверчивы и осторожны в отношении своих лежащих в глубине возможностей. Даже психологи-материалисты просветительского толка, такие, как Фрейд, внушают нам очень неприятную идею относительно того, что дремлет на задворках и в безднах человеческой души. Поэтому замолвить доброе слово в пользу становления личности — уже само по себе предприятие рискованное. Человеческий же дух кругом увяз в диковинных противоречиях. Мы превозносим "священное материнство" и не думаем о том, что его следует сделать ответственным за всех человеческих монстров, за уголовников, за буйно помешанных, за эпилептиков, идиотов и калек всяческих видов: ведь они тоже были рождены. Но нас охватывает сильнейшее сомнение, когда от нас требуется гарантировать человеческой личности свободное развитие. Это означает, что "тогда все было бы возможно". Или вновь невпопад поминают словечко "индивидуализм". Но индивидуализм, однако, никогда не был результатом естественного развития, он был

противоестественной узурпацией, непристойной бесстыдной позой, которая обнаруживает свою никчемность, зачастую рассыпаясь при малейшем затруднении. Речь здесь идет об ином.

Ведь никто не развивает личность только потому, что ему сказали, будто это дело полезное или благоразумное. Природа еще никогда не внимала доброжелательным советам. Только каузально действующее принуждение заставляет шевелиться природу, в том числе и человеческую. Без нужды ничего не изменяется, и менее всего человеческая личность. Она чудовищно консервативна, если не сказать *инертна*. Только острейшая нужда в состоянии ее вспугнуть. Так и развитие личности повинуется не желанию, не приказу и не намерению, а только *необходимости*: личность нуждается в мотивирующем принуждении со стороны судеб, исходящих изнутри или приходящих извне. Всякое иное развитие было бы именно индивидуализмом. Поэтому-то упрек в индивидуализме — вульгарное оскорбление, если он направлен в адрес естественного развития личности.

Слова "Многие призваны, но немногие избраны" относятся более всего именно сюда, ибо развитие личности от исходных задатков до полной сознательности — это харизма и одновременно проклятие: первое следствие этого развития есть сознательное и неминуемое обособление отдельного существа из неразличимости и бессознательности стада. Это — *одиночество*, и по этому поводу нельзя сказать ничего утешительного. От этого не избавит никакое успешное приспособление и никакое беспрепятственное прилаживание к существующему окружению, а также ни семья, ни общество, ни положение. Развитие личности — это такое счастье, за которое можно дорого заплатить. Тот, кто более всего говорит о развертывании личности, менее всего думает о последствиях, которые сами по себе способны напрочь отпугнуть слабых духом.

Однако развитие личности означает все же нечто большее, чем просто боязнь страшных последствий или одиночества: оно означает также *верность собственному закону*.

Для передачи слова "верность" мне кажется более всего применимым греческое слово из Нового Завета, а именно *πιστις*, которое по недоразумению было переведено как "вера". Однако оно, собственно говоря, означает доверие, доверчивую лояльность. Верность собственному закону — доверие этому закону, лояльное выжидание и доверчивая надежда, а вместе с тем — установ-

ка наподобие той, которую верующий должен иметь по отношению к Богу. И здесь становится ясно, сколь чудовищно тяжкая по последствиям дилемма обнаруживается на заднем плане нашей проблемы. Ведь личность никогда не может развернуться, если человек не выберет — сознательно и с осознанным моральным решением — *собственный путь*. Не только каузальный мотив, необходимость, но также сознательное моральное решение должно дать свою силу процессу личностного развития. Если первое, т.е. необходимость, отсутствует, то так называемое развитие будет простой акробатикой воли; если отсутствует последнее, а именно сознательное решение, то развитие увязнет в тупом бессознательном автоматизме. Однако решиться на собственный путь можно только в том случае, если *он представляется наилучшим выходом*. Если бы лучшим считался какой-нибудь другой путь, то вместо пути, подобающего личности, проживался бы и вместе с тем развивался этот другой путь. Эти другие пути суть конвенции моральной, социальной, политической, философской и религиозной природы. Тот факт, что неизменно процветают конвенции какого-нибудь вида, доказывает, что подавляющее большинство людей выбирает не собственный путь, а конвенции и вследствие этого каждый из них развивает не самого себя, а какой-нибудь метод, а значит, нечто коллективное за счет собственной целостности.

Как душевная и социальная жизнь людей на первобытной ступени — это исключительно групповая жизнь при высокой степени бессознательности индивида, так и последующий процесс исторического развития, по существу, есть коллективное творчество и таковым, вероятно, останется. Поэтому я думаю, что конвенция есть коллективная необходимость. Она — паллиатив, а не идеал ни в нравственном, ни в религиозном отношении, потому что подчинение ей всегда означает отречение от целостности и бегство от собственных окончательных выводов.

На самом деле акция личностного развития — это, на взгляд постороннего, непопулярное предприятие, малопривлекательное отклонение от прямого пути, отшельническое оригинальничание. Поэтому неудивительно, что издавна лишь немногие додумывались до столь странной авантюры. Если бы все они были глупцами, то мы имели бы право исключить их из поля зрения нашего интереса

как *idivtai*¹, как духовных "частных лиц". К несчастью, однако, личностями являются, как правило, легендарные герои человечества, те, кто вызывает восхищение, любовь и поклонение, истинные чада божьи, чьи имена "не прейдут в зонах". Они — подлинный цвет и плод, семена, порождающие древо рода человеческого. Ссылка на исторические личности уже объясняет, почему становление личностью является идеалом, упрек в индивидуализме — оскорблением. Величие исторической личности всегда состояло не в ее безоговорочном подчинении конвенции, но, напротив, в спасительной для нее свободе *от* конвенции. Они как вершины гор возвышались над массой, которая цеплялась за коллективные страхи, убеждения, законы и методы, и выбирали собственную стезю. И заурядному человеку всегда представлялось диковинным, что некто вместо одного из проторенных путей и известных целей предпочитает крутую и узкую тропу, которая ведет в неизвестное. Поэтому такого человека всегда почитали если не помещанным, то одержимым демоном или богом; ибо это чудесное событие — некто сумел иначе сделать то что издавна делало человечество, — можно объяснить не иначе как наделенностью демонической силой или божественным духом. Что иное, в конце концов, могло бы компенсировать огромный перевес всего человечества и вековой привычки, если не бог? Поэтому с давних пор герои обладали демоническими атрибутами. Согласно представлениям древних скандинавов, у них были змеиные глаза, их рождение или происхождение было необыкновенным. У некоторых древнегреческих героев были змеиные души, у других — индивидуальный демон, они были колдунами или божьими избранниками. Все эти атрибуты, которые легко можно было бы приумножить, свидетельствуют о том, что выдающаяся личность для заурядного человека предстает как *сверхъестественное явление*, которое можно объяснить только присутствием демонического фактора.

Что же побуждает человека избрать собственный путь и таким образом вырваться, как из пелены тумана, из бессознательно-го тождества с массой? Это не может быть нуждой, потому что нужда приходит ко всем, и все спасаются конвенциями. Это не

¹ Частных лиц (не принимающих участия в политике) (*греч.*). (Отв. ред.).

может быть и моральным выбором, потому что люди, как правило, выбирают конвенции. Что же тогда неумолимо склоняет выбор в пользу *необыкновенного*?

Это то, что зовется *предназначением*; некий иррациональный фактор, который фатально толкает к эмансипации от стада с его проторенными путями. Настоящая личность всегда имеет предназначение и верит в него; имеет к нему *pistis*, как к богу, хотя это — как, вероятно, сказал бы заурядный человек — всего лишь чувство индивидуального предназначения. Это предназначение действует, однако, как божественный закон, от которого невозможно уклониться. Тот факт, что очень многие погибают на собственном пути, ничего не значит для того, у кого есть предназначение. Он *должен* повиноваться собственному закону, как если бы это был демон, который соблазнял его новыми, странными путями. Кто имеет *предназначение*, кто слышит *голос глубин*, тот *обречен*. Поэтому, по преданию, он имеет личного демона, советы которого ему следует выполнять. Всем известный пример такого рода — Фауст, а исторический факт — *daimonion*¹ Сократа. Первобытные шаманы обладают духами змей, так же как Асклепий, покровитель врачей, которого в Эпидавре изображали в виде змеи. Кроме того, в качестве его личного демона выступал кабир Телесфор, который ему, видимо, читал вслух, т. е. внушал, рецепты.

Первичный смысл выражения "*иметь предназначение*" гласит: *быть вызванным неким голосом*². Прекрасные тому примеры можно найти в свидетельствах ветхозаветных пророков. То, что это не просто архаичный *façon de parler*, доказывают исповеди исторических личностей — таких, как Гёте и Наполеон (если ограничиться лишь двумя напрашивающимися примерами), которые не скрывали своего чувства предназначенности.

Предназначение или чувство предназначенности — это прерогатива не только великих людей, но и обычных, вплоть до дюжинных; разница лишь в том, что вместе с убыванием величины предназначение становится все более туманным и бессознательным, словно голос внутреннего демона все больше и больше отдаляется, говорит все реже и невнятнее. Ведь чем меньше масштаб личности, тем в большей степени она неопределенна и бессоз-

¹ Даймон, демон (*греч.*).

² По-немецки слова "предназначение" (*Vorstimmung*) и "голос" (*Stimme*) образованы от одного корня.

нательна, пока, наконец, она не исчезает, становясь неотличимой от социальности и поступаясь из-за этого собственной целостностью, и взамен растворяется в целостности группы. Место внутреннего голоса заступает голос социальной группы и ее конвенций, а место предназначения — коллективные потребности. Однако многие, будучи в этом бессознательном социальном состоянии, откликаются на призыв индивидуального голоса, из-за чего тут же выделяются среди прочих и чувствуют себя поставленными перед проблемой, о которой другие не ведают. В большинстве случаев невозможно объяснить ближнему, что же случилось, потому что рассудок плотно замураван сильнейшими предрассудками. "Как все другие", "ничего подобного нет", а если "подобное" происходит, то оно, конечно, считается "болезненным", а кроме того, в высшей степени нецелесообразным: "Думать, что это могло бы иметь значение, есть чудовищная заносчивость"; "Это ведь не более чем психология". Именно последний довод является ныне самым популярным. Он возникает из редкостной недооценки психического, которое ошибочно рассматривается как нечто подверженное личностному произволу, а потому совершенно ничего не значащее, — это звучит парадоксально при всеобщем воодушевлении психологией. А бессознательное — это "не более чем фантазия"! Все это "придуманно" и т. д. Дело представляется так, словно маги то заколдовывают, то расколдовывают психику и вообще вертят ею как хотят. Неудобное отрицается, а нежелательное сублимируется, пугающее разъясняется, заблуждения исправляются — в итоге же считается, что теперь все отменно уладилось. При этом упускается главное, а именно что психическое совпадает с сознанием и его фокусами лишь немного; гораздо большая его часть — это бессознательная данность, твердая и тяжелая, как несокрушимый и неподвижный гранит, который покоится, но может обрушиться на нас, как только это заблагорассудится неведомым законам. Гигантские катастрофы, которые угрожают нам, — это не стихийные события физической или биологической природы, а события психические. Нам в ужасающей мере грозят войны и революции, которые суть не что иное, как психические эпидемии. Во всякое время какая-нибудь химера может овладеть миллионами людей, и тогда вновь разразится либо мировая война, либо опустошительная революция. Вместо того чтобы ждать опасности от диких зверей, обвалов и наводнений, человеку сегодня приходится опасаться стихийных сил своей

психики. Психическое — это огромная сила, которая многократно превосходит все силы на свете. Просвещение, обезбожившее природу и человеческие установления, обошло своим вниманием *только бога ужаса*, который обитает в душе. Страх божий уместен более всего именно тут, перед лицом сверхмогущества психической стихии.

Но все же это лишь абстракции. Всем известно, что шельмец-интеллект способен высказаться об одном и том же и так, и совсем по-другому. Иное дело, если объективное, твердое как гранит и тяжелое словно свинец психическое встает на пути человека как его внутренний опыт и внятно говорит ему: "Так будет, и так быть должно". Тогда он чувствует свое предназначение — как и социальные группы, когда речь идет о войне, революции или прочем безумии. Неслучайно именно наше время взывает к спасительной личности, т. е. к тому, кто ускользает от неизбежной власти коллективности и тем самым по крайней мере психически освобождает себя, зажигая для других обнадеживающий свет маяка, который возвещает о том, что по меньшей мере *одному* удалось избежать рокового отождествления с групповой душой. Ведь группа, именно из-за своей бессознательности, не обладает никаким свободным выбором, благодаря чему психическое действует в ней как ничем не ограниченный природный закон. Возникает каузально обусловленный процесс, останавливающийся только с катастрофой. Народ всегда тоскует по герою-драконоборцу, когда чувствует опасность психического, — отсюда вопль по личности.

Что, однако, за дело отдельной личности до нужды многих? Ведь она прежде всего часть народного целого и отдана на произвол той власти, которая движет этим целым, как и все прочие. Единственное, что отличает этого человека от всех прочих, — его предназначение. То самое властное, всеподавляющее психическое, которое есть его рок и рок его народа, взывает к нему. Если он И повинуется голосу, то он отделен и изолирован, потому что решил следовать закону, который пришел к нему из глубин. "Его собственному закону!" — воскликнут все. Но только он знает это лучше, должен знать это лучше: *этот* закон, *это* предназначение столь же мало его "собственное", как и лев, который его сокрушает, хотя убивающий его зверь, несомненно, этот лев, а не какой-нибудь другой. Только в этом смысле он может говорить о "своем" предназначении, "своем" законе.

Уже своим решением — проложить собственный путь поверх всех других — он более чем наполовину выполнил свое освободительное предназначение. Он счел для себя несуществующими все другие пути. *Свой* закон он поставил выше всех конвенций и таким образом отстранил от себя все, что не только не препятствовало величайшей опасности, но даже навлекло ее. Ведь конвенции сами по себе — бездушные механизмы, способные лишь на то, чтобы охватывать рутину жизни. Однако творческая жизнь всегда лежит по ту сторону конвенций. Отсюда следует, что если голая рутина жизни господствует в форме стародавних конвенций, то *должен* произойти разрушительный прорыв творческих сил. Однако этот прорыв катастрофичен только как *массовое явление*, но никогда не бывает таким для индивида, который сознательно подчиняется этим высшим силам и ставит им на службу свои способности. Механизм конвенции держит людей *бессознательными*, потому что тогда они могут пойти по старой дорожке, не ощущая необходимости принимать сознательное решение. Это неожиданное воздействие неминуемо даже для лучшей конвенции, однако представляет собой все столь же страшную опасность. Потому что, как и у животного, у человека, остающегося бессознательным благодаря рутине, наступает паника (со всеми ее непредвиденными последствиями), когда возникают новые обстоятельства, не предусмотренные старыми конвенциями.

Личность, однако, может не поддаться панике тех, кто уже пустился наутек, потому что она уже пережила ужас. Она доросла до понимания нового и стала (ненамеренно и невольно) *лидером*.

Конечно, все люди похожи друг на друга, в противном случае они не впадали бы в одно и то же безумие; и, наверное, психическое основание, на котором покоится индивидуальное сознание, универсально-однородно, иначе люди никогда не смогли бы друг друга понять. Потому-то и в этом смысле тоже личность и ее своеобразный душевный склад не являются чем-то абсолютно неповторимым и единственным в своем роде. Неповторимость важна только для *индивидуальности* личности, как она важна для всякой индивидуальности. Стать личностью — это вовсе не прерогатива гениального человека. Да, он может быть гениальным, однако он не обязательно будет личностью. Поскольку каждый индивид имеет свой собственный, данный ему от рождения закон жизни, постольку у каждого есть теоретическая возможность следовать прежде всего этому закону и таким образом стать

личностью, т. е. достичь целостности. Но так как все живое существует только в форме живых *особей*, т. е. индивидов, то и закон жизни в конечном счете нацелен на *индивидуально проживаемую жизнь*. Хотя объективно-психическое (которое, в сущности, и нельзя помыслить иначе как универсальную однородную данность) означает одну и ту же психическую предпосылку для всех людей, оно все же должно индивидуироваться, потому что у него нет другого выбора, кроме выражения себя через отдельного индивида. Иначе оно охватит группу и затем естественным образом приведет к катастрофе — и лишь по той простой причине, что действует только бессознательно, не ассимилируется сознанием и подчиняется всем другим, уже имеющимся условиям жизни.

Только тот, кто *сознательно* может сказать "да" силе предстоящего перед ним внутреннего предназначения, становится личностью; тот же, кто ему уступает, становится добычей слепого потока событий и уничтожается. В том и состоит величие и испугательный подвиг всякой настоящей личности, что она добровольно приносит себя в жертву своему предназначению и осознанно переводит в свою индивидуальную действительность то, что могло бы привести только к гибели, продолжая жить бессознательную жизнь в группе. Один из блистательнейших примеров жизни и смысла личности, который нам сохранила история, — жизнь Христа Антипод римской мании величия, которая была свойственна не только Цезарю, но и каждому римлянину — "*civis Romanus sum*"¹, — возник в христианстве, которое, заметим между прочим, было единственной религией, действительно подвергавшейся преследованиям со стороны римлян. Противоречие обнаруживало себя везде, где бы ни сталкивались друг с другом культ цезарей и христианство. Однако, как мы знаем по свидетельствам Евангелий о душевном становлении личности Христа, это противоречие играло решающую роль также в душе основоположника христианской религии. История с искушением отчетливо показывает нам, с какой психической силой столкнулся Христос: это была дьявольская сила той современной ему психологии, которая в пустыне вводила его в серьезное искушение. Этим дьяволом было объективно-психическое, которое держало под своими чарами все народы Римской империи; потому-то он и обе-

¹ "Я — гражданин Рима" (горделивое восклицание) (*лат.*).

шал Иисусу все царствие земное, как бы намереваясь сделать его Цезарем. Следуя внутреннему голосу, своему предназначению и призванию, Иисус добровольно подверг себя припадку имперского безумия, которое владело всеми — и победителями и побежденными. Тем самым он познал природу объективно-психического, повергшего весь мир в страдание и вызвавшего страстное желание избавления, которое нашло выражение и у языческих писателей. Он не подавлял этот душевный припадок, которому подвергся сознательно, но и ему не дал себя подавить, а ассимилировал его. И так повелевающий миром Цезарь трансформировался в духовное царство, а *imperium Romanum*¹ — в универсальное и неземное Царствие Божье. Там, где весь еврейский народ ожидал в качестве мессии столь же имперского, сколь и политически всесильного героя, Христос выполнил мессианское предназначение не столько для своей нации, сколько для романского мира, и указал человечеству на древнюю истину там, где господствует сила, нет любви, а там, где господствует любовь, сила не имеет значения. Религия любви была точной психологической контрмерой против римского шабаша силы.

По-видимому, пример христианства лучше всего иллюстрирует мои предшествующие абстрактные доводы. Мнимо уникальная жизнь Христа стала священным символом потому, что она является психологическим прототипом единственного вида осмысленной жизни, а именно той жизни, которая устремлена к индивидуальному, т. е. абсолютному и безусловному осуществлению свойственного ей закона. В этом смысле вместе с Тертуллианом можно воскликнуть: "*Anima naturaliter Christiana*"².

Обожение Иисуса, так же как Будды, не удивляет, но убедительно свидетельствует о том чрезвычайном почтении, с которым человечество относится к этим героям, а тем самым к идеалу становления личности. Если сегодня и кажется, будто слепое и разрушительное преобладание бессмысленных коллективных сил вытеснило идеал личности на задний план, то это лишь преходящее неповиновение превосходящей силе истории. Если однажды — благодаря революционным, неисторическим, а потому и некультурным наклонностям новейшей генерации — традиция оказалась сильно подорванной, то герои все равно ищутся и нахо-

¹ Римская империя (*лат.*).

² "Душа по природе христианка" (*лат.*).

дятся. Даже большевизм, радикализм которого не оставляет желать лучшего, забальзамировал Ленина, а из Карла Маркса сделал спасителя. Идеал личности — неискоренимая потребность человеческой души, которая защищает его с тем большим фанатизмом, чем более он неуклюж. Даже культ цезарей был превратно понятым культом личности, а современный протестантизм, критическая теология которого все больше и больше ведет к упразднению *божественности* Христа, нашел свое последнее прибежище в *личности* Христа.

Да, великие и таинственные дела творятся вокруг того, что называют "личностью". Все, что можно об этом сказать, всегда на удивление неудовлетворительно и неадекватно и всегда чревато тем, что дискуссия заглохнет в сколь чрезмерной, столь и пустой болтовне. Даже понятие "личность" в обычном словоупотреблении столь расплывчатое и с таким трудом поддающееся определению слово, что едва ли найдутся двое, которые вкладывают в него один и тот же смысл. Когда я здесь предлагаю определенный подход, то не воображаю, будто тем самым сказал последнее слово. Я хотел бы все то, что здесь сказано, рассматривать только как попытку приблизиться к проблеме личности, не притязая на ее решение. Собственно, я охотнее толковал бы свою попытку как описание психологической проблемы личности. Обычные психологические приемчики и припарки дают здесь небольшую осечку, точно так же как и в проблеме гениальности и творчества. Апелляция к семейной наследственности или среде и вовсе не удается: столь любимый сегодня романтизм детства теряется, мягко говоря, в чем-то ему несвойственном; попытка искать объяснение в нужде — "нет денег, болел" и т. д. — увязла в чем-то внешнем. Всюду привходит нечто иррациональное и нерационализируемое — какие-нибудь *deus ex machina*¹ или *asylum ignorantiae*², эта пресловутая клочка бога. Кажется, проблема здесь посягает на сверхчеловеческую область, которой уже давным-давно было присвоено какое-либо божественное имя. Очевидно, мне следовало бы упомянуть о голосе глубин, о предназначении и обозначить его как всеильное объективно-психическое, чтобы охарактеризовать его в соответствии с его действием в становящейся личности а иногда как субъективное проявление. Мефистофель

¹ Бог из машины (*лат.*).

² Прибежище неведения (*лат.*).

персонифицирован в "фаусте" не только потому, что драматически или сценически это выгоднее, чем если бы Фауст сам себя поучал или изображал на стене своего собственного беса. Первые слова "Посвящения": "Вы снова близко, реющие тени"¹ — не просто эстетический эффект. Это как бы конкретизация дьявола, признание объективности психического опыта; едва слышная исповедь в том, что это *все-таки* именно так и было, само по себе, а не по субъективному желанию, опасению или благоусмотрению. Конечно, только глупец, вероятно, может здесь подумать о привидениях, однако, сдается, некое подобие первобытного глупца всегда ждет своего часа под поверхностью разумного будничного сознания.

Отсюда вечное сомнение, является ли видимое объективно-психическое действительно объективным, или в конце концов это только химера? Однако тотчас возникает вопрос: вообразил ли я нечто такое намеренно, или оно мне вообразилось? Эта проблема подобна проблеме невротика, которых страдает воображаемой карциномой. Он знает — ему сто раз говорили, — что это фантазия, и он, напуганный, спрашивает меня: "А как же случилось, что я себе навообразал невесть что? Я ведь этого не хочу". Ответ таков идея карциномы *вообразилась* ему без его ведома и без его дозволения. Причина этого в том, что в его бессознательном имеет место психический рост, "разбухание", которое он не в состоянии осознать. От этой внутренней деятельности он испытывает страх. Но так как он совершенно убежден в том, что внутри, в его собственной душе не может быть ничего, чего *он* не знал бы, то он должен этот страх перенести именно на телесную карциному, о которой он знает, что ее не существует. И, несмотря на это знание, он будет продолжать бояться, даже если сотни врачей станут ему уверять, что страх совершенно беспочвен. Итак, невроз — это защита против объективной внутренней деятельности души или дорого оплаченная попытка уклониться от внутреннего голоса, т. е. от предназначения. Ведь это "разбухание" — та самая объективная, независимая от сознательного произвола деятельность души, которая внутренним голосом хотела бы сказать нечто сознанию, чтобы привести человека к целостности. За невротическим вывихом кроется предназначение, судьба и становление личности, полное осуществление жизненной воли, данной индивиду -

¹ Пер В.В. Набокова (*Отв. ред.*)

от рождения. Человек без *amor fati*¹ — невротик; он теряет себя и никогда не сможет сказать вместе с Ницше "Человек никогда не сможет подняться выше, если он не знает, куда приведет его судьба"².

По мере того как человек, изменяя собственному закону, упускает возможность стать личностью, он теряет смысл своей жизни. По счастью, снисходительная и долготерпеливая природа никогда не вкладывала фатальный вопрос о смысле жизни в уста большинства людей. А если никто не спрашивает, не нужно и отвечать.

Страх карциномы у невротика правомерен, это не фантазия, а последовательное выражение того душевного факта, который существует во внесознательной *области*, недоступной воле и разуму. Если бы он остался наедине с собой и прислушался в одиночестве к своим глубинам, то, возможно, ему захотелось бы внять этому голосу. Однако образованный, культурный человек, как правило, совершенно не способен к восприятию этого голоса, если за него не ручается какое-нибудь учение. Дикари приспособлены к этому в значительно большей мере, во всяком случае, шаманы умеют, поскольку это даже относится к их профессиональному оснащению, говорить с духами, деревьями, животными, а это означает, что в таких обличьях им является объективно-психическое, душевное *не-Я*.

Так как невроз — это нарушение в развитии личности, то мы, психотерапевты, вынуждены уже в силу профессиональной необходимости иметь дело с кажущейся неактуальной проблемой личности и внутреннего голоса. В практической психотерапии эти факты душевной жизни — некогда столь неопределенные и столь часто вырождавшиеся в пустословие — выступают из мрака неизвестности и становятся видимы. Однако это крайне редко происходит спонтанно, как у ветхозаветных пророков: как правило, те психические ситуации, которые вызывают расстройство, должны подвергнуться тягостному осознанию. Обнаруживающиеся содержания вполне соответствуют "голосу глубин" и означают судьбоносное предназначение, которое — если сознание его принимает и включает в себя — приводит к развитию личности.

¹ В англо-американском собрании сочинений это выражение приписывается Кромвелю (Нем. издание).

² Любви к судьбе (*лат.*).

Как великая личность оказывает социально разрешающее, избавляющее, преобразующее и целительное действие, так и рождение собственной личности обладает целительным воздействием на индивида, словно поток, затерявшийся в заросших илом притоках, вдруг снова нашел свое русло или убран прочь камень, лежавший на пускающем ростки семени, которое может теперь пуститься в рост.

Голос глубин — это голос более полной жизни, более полного и объемного *сознания*. Поэтому в мифологическом смысле рождение героя или символическое возрождение совпадают с восходом солнца ведь становление личности равнозначно *приращению сознания*. По этой причине большинство подобных героев обладают солнечными атрибутами, а момент рождения их великой личности называется просветлением.

Боязнь, которую ощущает большинство обычных людей перед голосом глубин, не столь уж детская, как можно подумать. Содержания, предстающие перед ограниченным сознанием, как показывает классический пример жизни Христа или столь же характерное переживание Мары в легенде о Будде, отнюдь не безвредны, но, как правило, несут с собой опасность, которая специфична для затронутого ими индивида. То, что доносит до нас голос глубин, есть, как правило, нечто недоброе, даже злое. Так и должно быть — прежде всего потому, что обыкновенно человек в отношении своих добродетелей не так бессознателен, как в отношении своих пророков, а кроме того, потому что от добра он страдает меньше, чем от зла. Внутренний голос доносит до сознания (о чем я уже говорил) то, чем страдает целое, т.е. народ (к которому принадлежит каждый) или человечество, частью которого мы являемся. Однако он представляет это зло в индивидуальной форме, так что поначалу даже можно подумать, будто это зло лишь индивидуальное свойство характера. Внутренний голос доносит зло с такой соблазнительной убедительностью для того, чтобы люди поддались ему. Если ему хоть немного не поддаются, то это воображаемое зло оставляет нас равнодушными, и тогда невозможно ни обновление, ни исцеление (Я называю зло внутреннего голоса "мнимым", что звучит слишком оптимистично). Если *Я* полностью уступает внутреннему голосу, то его содержания действуют так, как если бы они были дьяволом, т. е. следует катастрофа. Если же *Я* уступает лишь отчасти и может спастись от полной поглощенности путем утверждения самости, то оно может

ассимилировать внутренний голос, и тогда окажется, что зло было лишь злой видимостью, а в действительности — носителем блага и просветления. "Люциферическим" в самом исконном и недвусмысленном значении этого слова является внутренний голос, и потому он ставит человека перед радикальными моральными решениями, без которых он никогда не придет к осознанности и не сможет стать личностью. Часто в голосе глубин бывают парадоксально смешаны самое низкое и самое высокое, самое лучшее и самое гнусное, самое истинное и самое ложное. Такое смешение внезапно распахивает бездну смятения, обмана и отчаяния.

Конечно, смешно, когда голос всеблагой и всеразрушительной природы обличают в злодействе. Если она кажется нам преимущественно злой, то это идет главным образом от старой истины: лучшее — враг хорошему. Было бы глупо пренебрегать традиционным благом, пока это еще возможно. Но, как говорит Фауст:

Wenn wir zum Guten dieser Welt gelangen,
Daan heiBt das Bess're Trug und Wahn!¹

Хорошее, к сожалению, не вечно остается хорошим, ибо иначе не было бы ничего лучшего. Если придет лучшее, то хорошее должно отступить. Потому-то Май-стер Экхарт и говорит: "Бог не хорош, ибо иначе он мог быть лучшим".

Поэтому в мировой истории бывают эпохи (к которым следовало бы причислить и нашу), когда доброе должно отступить, и тогда появляется то, что обречено стать лучшим, но поначалу считается злым. Насколько вообще опасно касаться этой проблемы, свидетельствует сказанное ранее; ведь как легко может одолеть зло, если просто заявить, будто оно как раз и есть потенциально лучшее! Проблематика внутреннего голоса полна скрытых ловушек и капканов. Это очень опасная и скользкая область, столь же опасная и шаткая, как и сама жизнь, если она отказывается от помочей. Кто, однако, не может поставить свою жизнь на кон, тот и не выиграет ее. Рождение и жизнь героя всегда под угрозой Змеи Геры, угрожающие младенцу Гераклу, питон, который намеревается погубить Аполлона, бога света, при рождении, вифлеемское истребление младенцев — типичные примеры. Становление личности — это риск, и трагично, что именно демон внутреннего голоса означает одновременно и величайшую опас-

¹ Буквально "Мы достигаем на земле хорошего — и лучшее начинает означать обман и иллюзию" (*Омо. ред.*).

ность, и необходимую помощь. Это трагично, но логично. Это естественно.

Можно ли поэтому ставить в вину человечеству, всем благонамеренным пастухам стада и заботливым отцам детских стай, когда они возводят защитные стены, сооружают действенные образцы и указывают торные пути, которые на самом деле извиваются вокруг пропастей?

В конечном итоге героем, вожаком и спасителем является как раз тот, кто открывает новый путь к большей безопасности. Ведь все могло бы остаться по-старому, если бы этот новый путь не стал настоящей необходимостью и не был открыт, человечество не нашло бы новый путь, если бы не претерпело всех казней египетских. Неоткрытый путь в нас — нечто психически живое, что классическая китайская философия называет "дао", уподобляя водному потоку, который неумолимо движется к своей цели. Быть в дао означает совершенство, целостность, исполненное предназначение, начало и цель, а также полное осуществление смысла земного бытия, от рождения присущего вещам. Личность — это дао.

К. ЮНГ

АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ²

Психология — в первую очередь и по преимуществу — наука о сознании (она же и наука о продуктах того, что мы называем бессознательным психическим. Мы не можем непосредственно "в лоб" изучать бессознательное психическое — у нас с ним нет никакой связи. Мы можем иметь дело только с продуктами сознания, которые, как можно полагать, имеют свое происхождение в области, называемой бессознательным, области "туманных представлений", которые философ Кант в своей "Антропологии" называл как наполовину бытующие в мире. Все, что по совести можно сказать о бессознательном, так это лишь то, что сознающему разуму позволительно о нем говорить, бессознательное психическое, целиком заключающее в себе неизвестную природу, всегда выражалось сознанием и в терминах сознания, но это единственное, что можно делать. Пойти дальше мы не можем, и данное

обстоятельство всегда необходимо иметь в виду, как крайнюю меру в критике нашего суждения.

Сознание — предмет чрезвычайно своеобразный. Это явление дискретно по своей природе. Одна пятая или одна третья, возможно, даже вторая, часть нашей жизни протекает в бессознательном состоянии. Целиком бессознательно раннее детство человека. Каждую ночь мы погружаемся в бессознательное, и только в периоды между просыпанием и сном более или менее ощущаем себя в сознательном состоянии. До некоторой степени является проблематичным и сам факт ясности или, иначе, степени сознания. Предполагается, к примеру, что десятилетний мальчик или девочка обладают сознанием, но легко можно доказать, что здесь налицо специфический вид сознания, сознания, в котором рефлексия своего "Я" может не участвовать; сознание ЭГО отсутствует. Мне известен ряд случаев у детей от одиннадцати до четырнадцати лет и старше, внезапно осознавших, что "Я" есть. Впервые в жизни они стали сознавать, что переживают нечто и именно как ОНИ; оглядываясь при этом назад, в свое прошлое, наполненное столькими событиями и вещами, они тем не менее себя в этом прошлом вспомнить не могут.

Необходимо допустить, что когда мы говорим "Я", то при этом не имеем абсолютного критерия для оценки полноты переживания этого "Я". Посему так и случается, что наше представление (реализация) ЭГО весьма фрагментарное и лишь постепенно во времени люди узнают все больше и больше о том, что же ЭГО означает для человека. Фактически процесс узнавания не имеет конца, длится всю жизнь, во всяком случае мы сами момент конца не фиксируем.

Сознание похоже на поверхность или оболочку в обширнейшем бессознательном пространстве неизвестной степени мерности. Мы не знаем, как далеко простирается власть бессознательного, потому что просто ничего о нем не знаем. Что можно сказать о вещи, о которой не знаешь ничего? Сказать нечего. Когда мы говорим "бессознательное", то часто имеем в виду передать нечто этим термином, но фактически передаем то, что ничего об этом не знаем. У нас есть только непрямые доказательства, что существует ментальная сфера, пребывающая по ту сторону сознания. Есть некоторые научные суждения, приводящие к заключению, что нечто подобное существует. Из продуктов или результатов, которые бессознательный психический мир продуцирует, можно прийти к определенным заключениям относительно его возможной природы. Но необходимо быть крайне осторожным, чтобы не

впасть в излишний антропоморфизм в своих заключениях, ибо в действительности вещи могут весьма отличаться от их представлений в нашем сознании логического характера, другими словами, архетипами, и поэтому я называю их безличностными или коллективным бессознательным. Я глубоко понимаю, что даю здесь лишь слабый эскиз понятия о коллективном бессознательном, требующим отдельного рассмотрения. Но я сначала раскрою вам значение сновидений и снов-сериалов, а затем предоставлю все исторические параллели, символизм идей и образов которых редко знаком даже специалистам. Мне пришлось работать годы, собирая материал. Когда мы займемся техникой анализа сновидений, я более подробно остановлюсь на разборе мифологического материала, а сейчас лишь хочу предварительно заметить, что в слое бессознательного содержится мифологические паттерны и что бессознательное формирует содержания, которые невозможно предписать индивиду и которые, более того, могут оказаться в крайнем противоречии с личностной психологией сновидца. Поразительными порой оказываются и детские сновидения, символика которых подчас поражает глубиной мысли, насколько, что невольно воскликнешь сам себе: "Да как это возможное, чтобы ребенок мог такое увидеть во сне?".

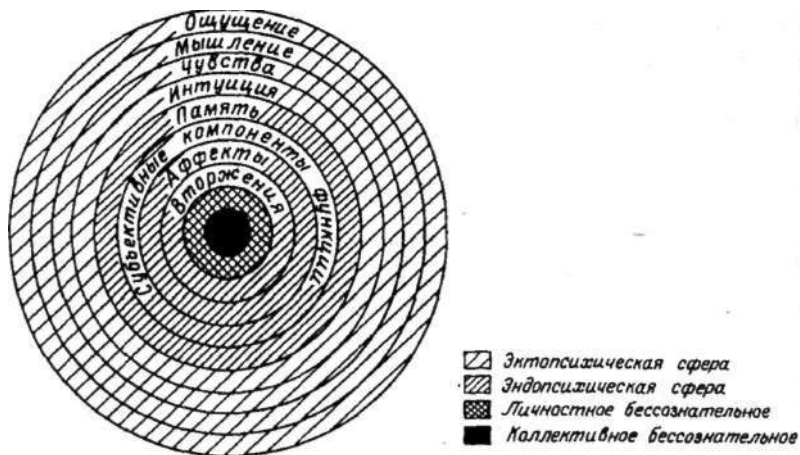
В действительности все достаточно просто. Наш разум имеет свою историю, подобно тому, как ее имеет наше тело. Возможно, кому-то и покажется удивительным, что человек имеет аппендикс. А знает ли он, что должен его иметь? Он просто рождается с ним, и все. Миллионы людей не знают, что имеют зубную железу, однако, они ее имеют. Так и наш бессознательный разум, подобно телу, является хранилищем реликтов и воспоминаний о прошлом. Исследование структуры коллективного бессознательного может привести к таким открытиям, какие делаются и в сравнительной астрономии. Не следует думать, что здесь прячется что-то мистическое. Хотя стоит мне заговорить о коллективном бессознательном, как меня сразу же стараются обвинить в обскурантизме. А речь идет всего лишь о новой области науки, и допущение существования коллективных бессознательных процессов граничит с тривиальным здравым смыслом. Возьмем ребенка: он не рождается с готовым сознанием, но его разум не есть "табула раса". У младенца наличествует определенный мозг, и мозг английского ребенка будет действовать не так, как у австралийца, но в контексте жизненных путей современного гражданина Англии. Сам мозг рождается с определенной структурой, работает современным образом, но этот же самый мозг имеет и свою

историю. Он складывается в течение миллионов лет и содержит в себе историю, результатом которой является. Естественно, что он функционирует со следами этой истории, в точности подобным телу, и если поискать в основах мозговой структуры, то можно обнаружить там следы архаического разума.

Идея коллективного бессознательного действительно очень проста. Если бы это было не так, можно было бы говорить о чуде. Но я вовсе не торгую чудесами, а исхожу из опыта. С моим опытом вы бы пришли к таким же выводам по поводу этих архаических мотивов, (случайно "вступив" в мифологию, я всего-навсего прочел больше книг, нежели, возможно, вы).

Наиболее глубоко лежащий слой, в который мы можем проникнуть в исследовании бессознательного, — это то место, где человек уже не является отчетливо выраженной индивидуальностью, но где его разум смешивается и расширяется до сферы общечеловеческого разума, не сознательного, а бессознательного, в котором мы все одни и те же. Подобно анатомической схожести тел, имеющих два глаза, два уха, одно сердце и т.д., с несущественными индивидуальными различиями, разумы также схожи в своей основе, это легко понять, изучая психологию первобытных людей. Наиболее ярким фактом в мышлении первобытных является отсутствие различия между индивидуумами, совпадение субъекта с объектом, как определил Леви-Брюль, мистическое участие. Первобытное мышление выражает основную структуру нашего разума, тот психологический пласт, который в нас составляет коллективное бессознательное, тот низлежащий уровень, который одинаков у всех. Поскольку базовая структура мозга и разума одна и та же у всех, то функционирование на этом уровне не несет в себе каких-либо различий. И здесь мы не осознаем происходящее с вами или со мной. На низлежащем коллективном уровне царит целостностью и никакой анализ здесь невозможен. Если же вы начинаете думать о сопричастности, как о факте, означающему, что в своей основе мы идентичны друг другу во всех своих проявлениях, то неизбежно приходите к весьма специфическим теоретическим выводам. Дальнейшие рассуждения на этот счет нежелательны и даже таят в себе опасность. Но некоторые из этих выводов вы должны использовать на практике, поскольку они помогают в объяснении множества вещей, составляющих жизнь человека.

На первый взгляд, изображенное здесь может показаться сложным, но, в сущности, все выглядит достаточно просто. Представьте, что наша ментальная сфера выглядит наподобие светящегося



Структура психического бытия человека.

глобуса. Поверхность, из которой выходит свет, является доминирующей функцией личности, если вы человек, адаптирующийся в окружающем мире, главным образом, с помощью мышления, то ваша поверхность и будет поверхность мыслящего человека. Ведь вы осваиваете мир вещей и событий путем мышления и, следовательно, то, что вы при этом демонстрируете, и есть ваше мышление. Если же вы принадлежите к другому типу, то налицо будет проявление другой функции.

На диаграмме в качестве периферической функции выступает ощущение. С его помощью человек получает информацию о внешнем мире. Второй круг — мышление, на основании информации, полученной от органов чувства, человек дает предмету имя. Затем идет чувство, которое будет сопутствовать его наблюдениям. И, в конце концов, человек осознает, откуда берутся те или иные явления и что может произойти с ними в дальнейшем. Это интуиция, с помощью которой мы "видим в темной комнате". Эти четыре функции формируют эктопсихическую систему.

Следующая сфера в диаграмме представляет сознательный ЭГО-комплекс, к которому обращены функции. Начнем по порядку: память, функция, контролируемая волей и находящаяся под контролем ЭГО-комплекса. Субъективные компоненты функций могут быть подавлены или усилены силой воли. Эти компоненты не так контролируемы, как память, хотя и она, как вы знаете, несколько ненадежна. Теперь мы переходим к аффектам и ин-

вазиям, которые контролируются только одной силой. Единственно, что вы можете сделать, это пресечь их. Сожмите кулаки, чтобы не взорваться, ведь они могут оказаться сильнее вашего ЭГО-комплекса.

Разумеется, никакая психическая система не может быть отражена в такой грубой диаграмме. Это, скорее, шкала оценок, показывающая, как энергия или интенсивность ЭГО-комплекса, манифестирующая себя в волевом усилии, уменьшается по мере приближения к темной сфере — бессознательному. Прежде всего мы вступаем в личностное подсознание, некий порог в сфере бессознательного. Это часть психики, содержащая те элементы, которые могут быть осознанными. Многие вещи именуется бессознательными, но это относительно. Есть люди, для которых осознанно практически все, что может осознать человек. Конечно, в нашем цивилизованном мире есть много неосознанных вещей, хотя индусы, китайцы, к примеру, осознают то, к чему наши психоаналитики идут долгим, сложным путем. Более того, живущим в естественных, природных условиях человек удивительным образом осознает то, о чем городской житель просто не догадывается, а если и вспоминает, то лишь под влиянием психоанализа. Я обнаружил это еще в школе. Я жил в деревне, среди крестьян, и знал то, чего не знали другие мальчишки в городе. Просто мне представился случай и это во многом помогло мне. Анализируя сны или симптомы фантазий невротиков или обычных людей, вы проникаете в сферу бессознательного, вы переступаете этот искусственный порог.

Весьма примечательно то, что человек может развить свое сознание до такой степени, что может сказать: Ничто человеческое мне не чуждо. В конце концов мы подходим к ядру, которое вообще не может быть осознано в сфере архетипического разума. Его возможные содержания появляются в форме образов, которые могут быть понятны только в сравнении с их историческими параллелями. Если вы не распознаете определенный материал как исторический и не проведете параллели, то не сможете собрать все содержания в сознании, и последние останутся проектированными, как правило, когда коллективное бессознательное констеллируется в больших социальных группах, то результатом становится публичное помешательство, ментальная эпидемия, которая может привести к революции или войне и т.п. Подобные движения очень заразительны — заражение происходит потому, что во время активизации коллективного бессознательного человек перестает быть самим собой. Он не просто участвует в дви-

жении, он и есть само движение. Вы человек, и где бы вы ни жили, вы можете защитить себя реально только путем ограничения сознания опустошая себя, насколько это возможно. Вы всего лишь пылинка, крупинка сознания, брошенная в океан жизни, существующий сам по себе. Но если вы не растворитесь и останетесь сами собой, то тут же заметите, что окружающая атмосфера поглощается вами. И вам не удастся избежать этого, потому что кем вы бы ни были — негром, китайцем, — все едино, ибо прежде всего вы — человек. В коллективном бессознательном все люди имеют похожие архетипы, независимо от цвета кожи. Различные уровни мышления отличают лишь истории рас.

Изучая северных американцев, я сделал интересные открытия: американец по причине того, что живет на земле аборигенов, несет в себе краснокожего индейца. Краснокожий, которого американец, возможно, никогда не видел, или негр, несмотря на всевозможные "только для белых", прочно вошли в американца и сделали его принадлежащим отчасти к нации "разноцветных". Эти вещи всецело бессознательны, и говорить о них следует лишь с просвещенными людьми. Нелегко, скажем, обсуждать с французом или немцем причины их взаимного недопонимания...

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Фейдимен Дж., Фрейгер Р.* Теория и практика личностно ориентированной психологии. Дайджест. М. 1996.
2. *Юнг К.* Аналитическая психология. СПб. 1994. Дайджест.
3. *Юнг К.* Тевистокские лекции. Киев. 1995.
4. *Юнг К.* Психология бессознательного. М. 1994.
5. *Юнг К.* Проблемы души нашего времени. М. 1993.
6. *Юнг К.* Либидо, его метаморфозы и символы СПб. 1994.
7. *Юнг К.* Воспоминания, сновидения, размышления. Киев. 1994.
8. *Юнг К.* Психологические типы. М. 1995.
9. *Юнг К.* Конфликты детской души. М. 1995.
10. *Юнг К.* Архетип и символ. М. 1991.
11. *Юнг К.* Ответ Иову. М. 1995.
12. *Юнг К.* Современность и будущее.
13. *Юнг К.* Очерки о современных событиях. Психология нацизма.
14. *Юнг К.* Три интервью. В кн. В.Одайник. Психология политики. М. 1996.
15. *Сэмьюэлз Э., Шортер Б., Плот Ф.* Критический словарь аналитической психологии К.Юнга. М. 1994.
16. *Юнг К.* Аналитическая психология. Прошлое и настоящее. М. 1995.
17. *Юнг К.* Душа и миф. Киев. 1996.
18. *Юнг К.* Человек и его символ. М. 1996.

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ А.АДЛЕРА¹

НЕПОЛНОЦЕННОСТЬ И КОМПЕНСАЦИЯ

Монография Адлера о неполноценности органов, вышедшая в 1907 г., пыталась объяснить, почему болезнь по-разному действует на людей. Адлер писал ее с точки зрения врача, которого интересуют прежде всего физиологические процессы. Он предполагает, что у каждого индивидуума одни органы несколько слабее других, что создает предрасположение к болезням и недомоганиям именно этих слабых органов. Вместе с тем Адлер отмечает, что люди со значительной слабостью определенных органов часто пытаются компенсировать это, и прежде более слабый орган может быть развит в результате упражнений и тренировки, что часто приводит к большей искусности или силе индивидуума.

"Почти у всех выдающихся людей мы находим какое-либо несовершенство органов; создается впечатление, что они встретили значительные препятствия в начале жизни, но боролись и преодолели свои трудности".

Адлер дополнил свое исследование неполноценности органов изучением психологического чувства неполноценности. Адлер создал термин "комплекс неполноценности", он полагал, что все дети глубоко испытывают чувство неполноценности, являющееся неизбежным следствием их физических размеров и недостатка сил и возможностей. Сильное чувство неполноценности или "комплекс неполноценности" может затруднить позитивный рост и развитие. Однако более умеренное чувство неполноценности может побудить индивидуума к конструктивным усилиям и достижениям. "Он (ребенок) в раннем возрасте обнаруживает, что есть другие человеческие существа, которые способны удовлетворять свои потребности более полно, лучше подготовлены к жизни... он научается переоценивать размеры и рост, дающие возможность открыть дверь, передвинуть тяжелую вещь, или право отдавать приказания и требовать подчинения им. В душе возникает желание расти, стать таким же сильным или даже сильнее других".

Чувства неполноценности сами по себе не являются ненормальными. Они — причина всех улучшений в положении человечества". А.Маслоу.

БОРЬБА ЗА ПРЕВОСХОДСТВО

В ранних работах Адлер подчеркивал важность агрессии борьбы за власть. Он не отождествлял агрессию с враждебностью, он понимал ее скорее как "коммивояжерскую" - как сильную инициативу в преодолении препятствий. Адлер утверждал, что агрессивные тенденции человека были решающими в индивидуальном и родовом выживании. Агрессия может проявиться как "воля индивидуума к власти" — ницшевская фраза, использованная ранним Адлером. Он указывал, что даже сексуальность часто используется как средство удовлетворить стремление к власти и силе.

Позже Адлер рассматривал агрессию и волю к власти как проявление более общего мотива-стремления к превосходству или совершенствованию, то есть побуждения улучшать себя, развивать свои способности, свою потенциальность. "Стремление к совершенствованию является врожденной, в том смысле, что это часть жизни, стремление или потребность, без которой жизнь была бы немыслимой".

Цель превосходства может быть как позитивной, так и негативной. Если она включает общественные заботы и заинтересованность в благополучии других, — она развивается в конструктивном и здоровом направлении. Она принимает форму стремления к росту, к развитию умений и способностей, к работе ради более совершенного способа жизни. Однако некоторые люди борются за личное превосходство, они пытаются достичь ощущения превосходства посредством господства над другими, а не становясь более полезными другим. По Адлеру борьба за личное превосходство — невротическое извращение, результат сильного чувства неполноценности и отсутствия социального интереса. Оно не может принести признания и удовлетворения личности, которая его ищет таким образом.

Стремление к превосходству коренится в эволюционном процессе постоянного приспособления к окружающему. Все виды должны развиваться в направлении более эффективной адаптации или исчезнуть, и таким образом каждый индивидуум вынужден стремиться к более совершенным отношениям с окружающими. "Если бы это стремление не было врожденным для организма, ни одна форма жизни не могла бы сохраниться. Цель овладения средой более совершенным образом, которую можно назвать стремлением к совершенствованию, характеризует также развитие человека".

ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕЛИ

Адлер полагал, что овладение средой — слишком абстрактная цель, она не достаточна для того, чтобы направлять жизнь; каждый индивидуум вырабатывает более специфическую и ценную цель, служащую сосредоточением его стремлений и достижений. Жизненная цель каждого индивидуума складывается под влиянием его личного опыта, ценностей, отношений, особенностей самой личности. Жизненная цель — это не нечто ясно и сознательно выбранное. Взрослые могут иметь определенные логические основания для выбора, например, профессии. Однако жизненные цели, которые направляют и мотивируют нас, сформировались в раннем детстве, и остаются несколько неясными и в основном бессознательными. Например, Адлер отмечает, что многие врачи выбрали свою профессию в детстве, как и он сам, как средство справиться с ощущением небезопасности и страхом смерти.

Формирование жизненных целей начинается в детстве как компенсация чувства неполноценности, небезопасности, неуверенности и беспомощности в мире взрослых. Жизненные цели в целом служат защитой против чувства бессилия, местом между неудовлетворяющим настоящим и ярким, могущественным, совершенным будущим. Они всегда несколько нереалистичны и могут стать невротически преувеличенными, если чувство неполноценности слишком сильно. У невротика всегда имеется весьма значительное расхождение между сознательными целями и бессознательными, самозащищающими жизненными целями, которые вращаются вокруг фантазий личного превосходства и самопочтения вместо целей, которые вели бы к реальным достижениям. Жизненные цели обеспечивают направление и задачи для нашей деятельности, они дают внешнему наблюдателю возможность интерпретировать различные аспекты мышления и поведения с этой точки зрения. Например, человек, который стремится к превосходству, личной власти, разовьет определенные черты характера, необходимые для достижения этой цели — амбицию, зависть, недоверие и пр. Адлер указывает, что эти черты характера не являются ни врожденными, ни неизменными, они приняты индивидуумом как грани его целевой ориентации. "Это не первичные, а вторичные факторы, навязываемые тайной целью индивидуума, они должны пониматься телеологически".

СТИЛЬ ЖИЗНИ

Адлер подчеркивает необходимость анализировать каждого индивидуума как единое целое. Жизненный стиль — это уникальный способ, выбранный каждым индивидуумом для следования своей жизненной цели. Это интегрированный стиль приспособления к жизни и взаимодействия с жизнью вообще. "Наука индивидуальной психологии возникла из попыток понять эту таинственную творческую силу жизни, которая выражает себя в желании развиваться, стремиться, достигать... Эта сила телеологична, она выражает себя в стремлении к цели, и в этом стремлении каждое телесное и душевное движение должно участвовать. Поэтому абсурдно исследовать движения тела или состояния сознания абстрактно, безотносительно к индивидуальному целому".

"Индивидуум как целостное существо не может быть изъят из своих связей с жизнью... По этой причине экспериментальные тесты, которые имеют дело в лучшем случае с частичными аспектами жизни индивидуума, ничего не могут нам сказать о его характере".

Кажущиеся изолированными привычки и черты поведения получают свое значение в полном контексте жизни и целей индивидуума, так что психологические и эмоциональные проблемы не могут рассматриваться изолированно. Они включены в общий стиль жизни; данный симптом или черта — всего лишь выражение этого единого стиля индивидуума.

Схема апперцепции

Как часть своего жизненного стиля каждый индивидуум создает себе представление о себе и о мире. Адлер называет это схемой апперцепции. Апперцепция — психологический термин, означающий восприятие, включающее субъективную интерпретацию воспринятого. Адлер подчеркивает, что представление человека о мире определяет его поведение. Если кто-то полагает, что кольцо веревки в темном углу — это змея, его страх может быть столь же сильным, как если бы змея действительно там была. Адлер напоминает, что "наши чувства не воспринимают реальные факты, а получают лишь субъективные образы их, отражение внешнего мира".

Схема апперцепции как правило обладает способностью са-

моподтверждения, их самоусиления. Например, испытывая страх, мы вероятнее всего будем воспринимать угрозы в окружающем, которые усиливают наше первоначальное представление, что окружающее опасно.

Творческая сила самости

Адлер указывал, что мы творчески и активно отвечаем на различные влияния, воздействующие на нашу жизнь. Мы не инертные объекты, пассивно принимающие действие внешних сил; мы активно выискиваем одни переживания и избегаем других. Мы избирательно преобразуем и интерпретируем опыт, создавая индивидуальную схему апперцепции и формируя различные паттерны по отношению к миру.

Для Адлера процессы формирования жизненной цели, стиля жизни, схемы апперцепции — по существу творческие акты. Творческая сила личности, или самость, руководит и управляет индивидуальным реагированием на окружающее. Адлер приписывает индивидууму уникальность, сознание и управление своей судьбой, — качества, которые по его мнению Фрейд недостаточно подчеркивал в своих представлениях о человеческой природе. Адлер подчеркивает, что мы — не беспомощные пешки в руках внешних сил. Мы формируем свою личность. "Каждый индивидуум представляет собой единство личности и индивидуального формирования этой личности. Индивидуум — и картина, и художник. Он — художник своей собственной личности".

Чувство общественного

Хотя теория Адлера сильно упрощались многими критиками, подчеркивавшими в них представления об агрессии и стремление к личной власти, в действительности в своих поздних работах Адлер уделяет много внимания представлениям о социальном интересе. (Подлинный термин Адлера, лучше было бы перевести как "чувство общественного" или "общественное чувство"). Адлер имеет под этим в виду "чувство человеческой солидарности, связи человека с человеком... расширенное ощущение товарищества в человеческом обществе". В.Барлоу.

В определенном смысле все человеческое поведение социально, поскольку, говорит Адлер, мы развиваемся в социальном окру-

жении и наши личности формируются социально. Чувство общности — это нечто большее, чем интерес к своему ближайшему человеческому окружению. Оно включает ощущение родства со всем человечеством и связанности с жизненным целым. Чувство общности в своем широчайшем смысле означает заинтересованность в "идеальном обществе всего человечества к конечной цели эволюции".

Кооперация

Один из важных аспектов общественного чувства - развитие кооперативного поведения. С эволюционной точки зрения способность кооперироваться в собирании пищи, охоте, в защите от хищников, была одним из важнейших факторов в выживании человеческой расы и наиболее эффективной формой приспособления к среде.

Адлер полагал, что только посредством сотрудничества с другими, действия в качестве ценного, вносящего свой вклад члена общества, мы можем преодолеть действительную неполноценность или наше чувство неполноценности. Он писал, что люди, внесшие наиболее ценные вклады в развитие человечества, были наиболее кооперативными, и что работы великих гениев всегда были общественно ориентированы. С другой стороны, недостаток кооперации и возникающее в результате этого чувство неадекватности, является корнем всех невротических и плохо приспособленных стилей жизни. Адлер полагал, что "если человек сотрудничает с людьми, он никогда не станет невротиком".

Психологический рост — это прежде всего вопрос движения от центрированности на себе и целей личного превосходства к задачам конструктивно овладения средой и социально полезного развития. Конструктивное стремление к совершенству плюс сильное общественное чувство и кооперация - основные черты здорового индивидуума.

Жизненные задачи

Адлер называет три основные жизненные задачи, с которыми сталкивается каждый индивидуум, — работа, дружба и любовь. Они определены фундаментальными условиями человеческого существования. "Эти три основные связи определены тем факто-

ром, что мы живем в определенном месте вселенной и должны развиваться в тех пределах и возможностях, которые окружающее нам предоставляет, мы живем среди других существ нашего рода, к которым мы должны пытаться приспособливаться, мы живем двуполо, и будущее нашей расы зависит от отношений этих двух полов".

Работа включает все те деятельности, которые полезны обществу, а не просто тем занятиям, которые обеспечивают нам доход. По Адлеру, работа создает удовлетворение и чувство собственной значимости в той степени, в какой она полезна другим. Важность нашей работы в конечном итоге основана на нашей зависимости от физической среды. "Мы живем на поверхности этой планеты, с ресурсами лишь этой планеты, плодородием ее почвы, ее минеральными богатствами, ее климатом и атмосферой. Задачей человечества всегда было находить правильный ответ на проблемы, которые ставят нам эти условия... всегда было необходимо бороться за улучшения и дальнейшее совершенствование".

Дружба — выражение нашей причастности к человеческой расе и постоянной необходимости приспособливаться к другим, взаимодействовать с другими существами нашего рода. Наши особенные дружбы обеспечивают существенные связи с обществом, поскольку ни один индивидуум не соотносится с обществом абстрактно. Дружеские, кооперативные усилия являются также необходимым элементом конструктивной работы.

Любовь понимается Адлером как гетеросексуальная любовь. Это тесный союз ума и тела, величайшая кооперация между двумя людьми противоположного пола. Любовь основана на том факте, что каждое человеческое существо принадлежит к одному полу, а не к другому, и что интимные отношения между полами существенны для продолжения нашего рода. Адлер пишет, что тесные узы брака представляют собой величайшее испытание нашей способности сотрудничать с другим человеком, удачный брак создает наилучшие условия для воспитания способности к кооперации и общественного чувства в детях.

Адлер подчеркивал, что эти три задачи — работа, дружба и любовь — всегда взаимосвязаны. "Разрешение одной помогает в разрешении других, мы даже могли бы сказать, что все они — аспекты одной и той же ситуации, одной и той же проблемы — необходимости для людей поддерживать и развивать жизнь в той среде, в которой он находится.

ПРЕПЯТСТВИЯ РОСТУ

Органическая неполноценность, избалованность и отверженность.

Адлер описывает три ситуации детства, которые могут породить изоляцию, недостаток социального интереса и развитие некооперативного стиля жизни, основанного на нереалистической цели личного превосходства. Такими ситуациями являются органическая неполноценность, избалованность или отверженность.

Дети, страдающие болезнями или слабостями, могут стать сильно центрированными на себе. Они отказываются от взаимодействия с другими из чувства неполноценности и неспособности успешно соревноваться с другими детьми. Адлер указывает, однако, что те дети, которые преодолевают свои трудности, могут "сверхкомпенсировать" первоначальные слабости и развить свои способности в необычной степени.

Избалованные или "испорченные" дети также имеют трудности в развитии чувства социального интереса и кооперации. Им не хватает уверенности в своих силах, поскольку другие всегда делали все за них. Вместо того, чтобы кооперироваться с другими, они могут начать выдвигать односторонние требования к друзьям и семье. Социальный интерес у них обычно чрезвычайно слаб, Адлер обнаружил, что избалованные дети как правило испытывают мало подлинных чувств по отношению к родителям, которыми они так хорошо манипулируют.

Отверженность — третья ситуация, которая может сильно замедлить развитие ребенка. Нежеланный или отвергаемый ребенок никогда не знал любви и кооперации в доме, поэтому ему чрезвычайно трудно развить в себе эти чувства. Такие дети не уверены в своей способности быть полезными и получить уважение и любовь окружающих. Они могут, выросши, стать холодными и жестокими. "Черты-нелюбимых детей в наиболее развитой форме могут быть обнаружены при изучении биографий наиболее значительных врагов человечества и человечности. Бросается в глаза одна общая черта — со всеми с ними плохо обращались в детстве. Таким образом у них развилась жесткость характера, зависть и враждебность; они не могут видеть других счастливыми".

СТРЕМЛЕНИЕ К ЛИЧНОМУ ПРЕВОСХОДСТВУ

Когда чувство неполноценности преобладает, или когда социальный интерес недостаточно развит, индивидуумы начинают стремиться к личному превосходству, поскольку им не хватает уверенности в своей способности функционировать эффективно и конструктивно работать вместе с другими. Накопление успеха, престижа и похвал становится более важными, чем конкретные достижения. Такие индивидуумы не приносят обществу ничего реально ценного, они фиксируются на себе, что неизбежно ведет их к чувству поражения. "Они отвернулись от реальных проблем жизни и занялись войной с тенью, чтобы уверить себя в своей силе".

А.АДЛЕР

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ЕЕ ГИПОТЕЗЫ И РЕЗУЛЬТАТ²

При рассмотрении психологических теорий и учений в большинстве из них обнаруживается своеобразная ограниченность, когда встает вопрос об области их применения и средстве познания. Как будто с глубоким умыслом непременно отвергаются опыт и знания человека и словно подвергается сомнению всякая ценность художественного, творческого познания, угадывания и интуиции. Если психологи-экспериментаторы собирают или вызывают феномены с тем, чтобы сделать вывод о способах реагирования, то есть занимаются, по существу, физиологией душевной жизни, то другие исследователи упорядочивают все формы выражения и проявления души в традиционные системы или системы, мало чем от них отличающиеся. При этом, разумеется, они вновь обнаруживают здесь в отдельных актах те же зависимости и связи, которые уже заранее были привнесены ими в схемы души.

Или же из отдельных не очень существенных, но подвластных измерению проявлений физиологического характера пыта-

ются воссоздать душевные состояния и мысли, отождествляя одни с другими. То, что здесь якобы исключается субъективное мышление и вчувствование исследователя (на самом же деле они целиком пронизывают его теорию), эти исследователи считают к тому же еще и достоинством своей психологической концепции.

Эти направления по своей методике имеют значение начальной школы человеческого духа и напоминают устаревшую ныне естественную науку древности с ее закостенелыми системами, которые сегодня в целом заменены воззрениями, стремящимися как в биологическом, так и в философском и психологическом отношении осмыслить жизнь и ее вариации во взаимосвязях. Это же относится и к тому направлению в психологии, которое я назвал "сравнительной индивидуальной психологией". Она пытается из отдельных жизненных проявлений и форм выражения получить, как один из вариантов, картину целостной личности, предполагая Целостность индивидуальности. При этом отдельные черты сравниваются друг с другом, выводится их общая направленность и они собираются в единый обобщенный портрет, отражающий индивидуальность.

Возможно, покажется, что этот способ рассмотрения душевной жизни человека совершенно необычен или выглядит довольно дерзким. Помимо других направлений, он отчетливо проявляется в концепциях детской психологии. Но прежде всего так можно представить сущность и творчество людей искусства: художника, скульптора, композитора и особенно писателя. В самых незначительных чертах произведений человека искусства наблюдатель способен распознать основные линии личности, его жизненный стиль и может воссоздать то, что он уже заранее вложил в них в отношении финала. Жизнь же в обществе, жизнь без научной предубежденности, представляет собой явление, оказавшееся настолько в плену вопроса "куда?", что уместно будет заметить: несмотря на все противоположные научные мнения, еще никому не удавалось сформировать о событии суждения, не уловив линию, которая, по-видимому, связывает все душевные проявления индивида, включая его фиктивную цель.

Когда я спешу домой, наблюдатель видит осанку, выражение лица, движения и жесты, которые обычно можно ожидать от человека, возвращающегося домой. И это без каких бы то ни было рефлексов и какой-либо каузальности. Более того, мои рефлексы

могут 'быть совершенно иными, причины могут варьировать — то, что можно понять психологически, и то, что нас прежде всего и чуть ли не единственное интересует в практическом и психологическом отношении, — это направление, в котором человек следует.

Далее, если я знаю цель человека, то и примерно знаю, что произойдет. В таком случае я способен упорядочить также и каждый из следующих друг за другом актов, видеть их во взаимосвязи и постоянно корректировать или конкретизировать свое недостаточное знание контекста. До тех пор пока я буду знать только причины и, соответственно, только рефлексы и время реакции, возможности органов чувств и т.п., мне ничего не будет известно о том, что происходит в душе этого человека.

К этому надо добавить, что и сам наблюдаемый не знал бы, чего хочет, не будь он направлен на цель. До тех пор пока нам неизвестна линия его жизни, определенная целью, вся система его доступных наблюдению рефлексов вместе со всеми причинными условиями не может гарантировать нам последующую серию его поступков: они соответствовали бы любому возможному душевному побуждению. Наиболее отчетливо этот недостаток проявляется в ассоциативных экспериментах. Я никогда бы не подумал про одного испытавшего тяжелое разочарование мужчину, что он проассоциирует "дерево" с "веревкой". Но если я знаю его цель, самоубийство, то буду с уверенностью ожидать подобную последовательность его мыслей, причем настолько определенно, что постараюсь убрать с его глаз нож, яд и огнестрельное оружие. Только в выводах, которые делает человек, проявляется его индивидуальность, его апперцептивная схема.

Если посмотреть повнимательнее, то обнаружится следующая закономерность, пронизывающая проявление любого душевного события: мы не способны думать, чувствовать, желать, действовать, не имея перед собой цели. Ведь никакой причинности не достаточно живому организму, чтобы преодолеть хаос будущего и устранить бесплановость, жертвой которой мы бы стали. Всякое деяние осталось бы на стадии беспорядочного ощупывания, экономия душевной жизни оказалась бы недостижимой: без целостности, физиогномики и личной нужды мы бы сравнялись с живым существом ранга амебы. Только неживое подчиняется очевидной каузальности. Но жизнь — это долженствование.

Нельзя сомневаться в том, что предположение о целевой установке в большей мере соответствует требованиям действительности. В отношении отдельного, вырванного из контекста феномена тоже, пожалуй, нет никаких сомнений. Можно легко привести тому подтверждение. Надо только сквозь призму этой гипотезы посмотреть на попытки, которые предпринимает маленький ребенок или роженица. От того же, кто пытается подходить к вещам без гипотез, чаще всего, пожалуй, остается скрытым более глубокий смысл. Прежде, чем делается первый шаг, уже существует цель движения, которая отражается в каждом отдельном акте.

Таким образом, во всех душевных движениях можно обнаружить, что они получают свое направление благодаря поставленной ранее цели. Но все эти преходящие, осязаемые цели после кратковременного периода стабильности в психическом развитии ребенка оказываются подчинены фиктивным конечным целям, понимаемым или ощущаемым как финал. Другими словами, душевная жизнь человека, словно созданный хорошим драматургом персонаж, устремляется к своему пятому акту.

Этот логически безупречный вывод индивидуальной психологии подводит нас к одному важному тезису: любое душевное явление, если оно должно помочь нам понять человека, может быть осмыслено и понято лишь как движение к цели. Конечная цель у каждого человека возникает осознанно или неосознанно, но ее значение всегда неизвестно.

То, что эта точка зрения способствует нашему психологическому пониманию, мы убеждаемся прежде всего тогда, когда нам становится очевидной неоднозначность вырванных из контекста душевных процессов. Представим себе человека с "плохой памятью". Предположим, что он осознал это обстоятельство, а проверка выявила низкую способность запоминания бессмысленных слогов. В соответствии с прежней традиционной психологией, мы должны были бы сделать заключение, что мужчина страдает врожденным или вызванным болезнью недостатком способности запоминать. Заметим, однако, что при такого рода исследовании обычно получается вывод, который другими словами уже выражен в предположении. Например, в данном случае, если у кого-то плохая память, или если кто-то запоминает всего несколько слогов, то он обладает низкой способностью к запоминанию.

Индивидуальная психология подходит к этой проблеме совершенно иначе. Как только удастся сделать определенный вывод об органических причинах, она обязательно задаст вопрос: какую Цель преследует слабость памяти? Какое это имеет для нас значение? Эту цель мы можем раскрыть лишь на основе интимного знания об индивиде в целом, потому что понимание части проистекает только из понимания целого. И мы обнаружили бы примерно следующее, что было бы правомерно для большинства случаев: этот человек может доказать себе и другим, что по каким-то мотивам, которые не называются или не осознаются, но благодаря слабости памяти оказываются особенно действенными, он должен оставаться в стороне от какого-либо дела или решения (смена профессии, учеба, экзамен, женитьба). В таком случае этот недостаток памяти был бы разоблачен как тенденциозный, мы поняли бы его значение как оружия в борьбе против подчинения, и каждый раз, подвергая проверке способность запоминать, мы ожидали бы, что выявится именно такой дефект, относящийся к тайному жизненному плану этого человека. Следовательно, эта слабость памяти имеет функцию, которая становится понятной только из системы отношений всей жизни данной личности. Остается еще вопрос, как создаются такие дефекты или недуги. Один "аранжирует" их, намеренно подчеркивая свои общие физические недостатки, считая их личным недугом. Другим настолько удается утратить веру в свои способности, будь то через вчувствование в ненормальное состояние или вследствие предвосхищения тревожных, пессимистических ожиданий и последующего психического напряжения, что они используют едва ли половину своей энергии, внимания и воли. Аранжировку ими этой недостаточности я назвал "комплексом неполноценности".

Приведем еще один пример, в котором то же самое мы наблюдаем при аффектах. У одной дамы возникают повторяющиеся время от времени приступы страха. До тех пор пока не удалось выявить ничего более существенного, можно было довольствоваться предположением о наследственной дегенерации, заболевании вазомоторов вагуса и т.д. Или же можно было подумать — а именно это и приходит на ум, — что в предыстории, возможно, отыщется какое-нибудь ужасное событие, травма, и приписать ей вину. Но если мы рассмотрим эту индивидуальность и просле-

дим линию ее поведения, то обнаружим нечто вроде чрезмерного стремления к господству, к которому в качестве органа агрессии присоединяется страху как только наступает конец зависимости от нее другого человека или если нет должного отклика, как, например, в случае, когда супруг одной такой пациентки без ее согласия захотел уйти из дома.

Наша наука предполагает строго индивидуальный подход и поэтому не склонна к обобщениям. Однако я хочу привести здесь следующее положение; если я понял Цель душевного движения или жизненного плана, то тогда я должен ожидать от всех отдельных актов, что они будут соответствовать цели и жизненному плану.

С небольшими ограничениями эту формулировку можно принять в широком масштабе. Она сохраняет свое значение и в том случае, если ее перевернуть; правильно понятые отдельные акты в своей взаимосвязи должны отобразить единый жизненный план и его конечную Цель. В соответствии с этим мы формулируем утверждение, что независимо от предрасположенности, среды и событий все психические силы целиком находятся во власти соответствующей идеи, и все акты выражения, чувства, мысли, желания, действия, сновидения и психопатологические феномен пронизаны единым жизненным планом. Из этой самодовлеющей целенаправленности проистекает целостность личности: так в психическом органе проявляется телеология, которая может быть понята как искусная уловка и собственная конструкция индивида, как окончательная компенсация вездесущего человеческого чувства неполноценности. Краткий комментарий, возможно, пояснит и вместе с тем смягчит эти еретические положения — важнее, чем предрасположенность, объективное событие и среда, их субъективная оценка и далее; эта оценка находится в определенном, часто, однако, необычном отношении к реалиям. В психологии масс этот фундаментальный факт трудно обнаружить, поскольку "идеологическая надстройка над экономическим базисом" (Маркс и Энгельс) приводит к сглаживанию индивидуальных различий. Но из оценки отдельного явления, причиной которой чаще всего является устойчивое расположение духа в смысле чувства неполноценности в соответствии с бессознательной техникой нашего мыслительного аппарата возникает фиктивная

цель — упомянутая окончательная компенсация — и жизненный план как попытка ее добиться.

Ранее я говорил о "понимании" человека. Почти столько же, сколько некоторые теоретики "понимающей психологии" или психологии личности, которые всегда умолкают, стоит их только попросить показать нам, что они, собственно говоря, поняли. Опасность недостаточно разъяснить эту сторону наших исследований, результаты индивидуальной психологии, весьма велика. Ведь нужно будет выразить свое движение словами, образами, придется пренебречь различиями, чтобы прийти к единым формулам, и совершить ошибку, которую настрого запрещено допускать в практике, — подходить с тесными шаблонами к индивидуальной душевной жизни, как это пытается делать школа Фрейда.

Начав с этого предварительного замечания, я хочу представить в дальнейшем наиболее важные результаты нашего изучения душевной жизни. Следует подчеркнуть, что осуждаемая здесь динамика душевной жизни равным образом обнаруживается и у здоровых, и у больных. То, что отличает невротика от здорового человека, заключается в более сильной "защитной тенденции" больного, которой он оснащает свой жизненный план. Что же касается "целевой установки" и соответствующего ей жизненного плана, то здесь нет никаких принципиальных различий, кроме одного, но крайне важного факта, состоящего в том, что "конкретная" цель невротика всегда находится на бесполезной стороне жизни.

Следовательно, я могу говорить об общей для всех людей цели. При ближайшем рассмотрении оказывается, что нам очень легко понять разного рода душевные побуждения, признав в качестве самой общей их предпосылки то, что они имеют перед собой цель достижения превосходства. Многие из этого провозгласили великие мыслители, кое-что каждый знает по собственному опыту, большая же часть скрывается в таинственном мраке и проявляется отчетливо только в экстазе или в бреде. Будь то художник, желающий быть первым в своем деле, или домашний тиран, молится ли он своему богу или унижает других, считает ли он свое страдание самым большим, перед которым все должны преклоняться, стремится ли он к недостижимым идеалам или разрушает прежних богов, старые рамки и нормы на каждом участке его пути им руководит страстное стремление к превосходству, мысль

о своем богоподобии, вера в свою особую волшебную силу. В любви он хочет ощущать свою власть над партнером, при выборе профессии это прорывается в преувеличенных ожиданиях и опасениях; даже в самоубийстве, испытывая жажду мести, он видит победу над всеми препятствиями. Чтобы овладеть вещью или человеком, он может идти напролом, добываясь своего властолюбиво, гордо, упрямо, жестоко и отважно; или же, наученный опытом, он предпочтет добиться своего окольными путями, через послушание, покорность, кротость и скромность. Черты характера тоже не существуют сами по себе, они всегда соответствуют индивидуальному жизненному плану, представляя его наиболее важные средства борьбы.

Нередко цель всеобщего превосходства выглядит весьма причудливо, как бы не от мира сего. Если рассматривать ее саму по себе, мы должны отнести ее к "фикциям" или "воображениям". Файхингер справедливо говорит о них, что их значение состоит в том, что сами по себе бессмысленные, они тем не менее играют большую роль в поведении. Это настолько верно для наших случаев, что мы имеем право сказать, эта абсолютно противоречащая действительности фиктивная цель, превосходства стала основным условием нашей жизни.

Она придает нам твердость и уверенность, формирует наши действия и поведение и руководит ими, заставляя наш ум заглядывать вперед и совершенствоваться. Однако же есть и теневая сторона — она легко привносит в нашу жизнь враждебную, воинственную тенденцию, лишает нас непосредственности ощущений и постоянно стремится отдалить нас от реальности, настойчиво подталкивая совершать над ней насилие. Тот, кто понимает эту цель богоподобия как реальную и личную, воспринимает ее буквально, вскоре будет вынужден в качестве компромисса избегать настоящей жизни, искать жизнь рядом с жизнью, в лучшем случае в искусстве, но чаще всего в пиетизме, в неврозе или в репутлении.

Я не могу позволить себе вдаваться здесь в частности. Отчетливый признак этой недостижимой для человека цели обнаруживается, пожалуй, у всех людей. Иногда она бросается в глаза в манерах человека, иногда она выдает себя лишь в требованиях и ожиданиях. Иной раз ее след отыскивается в смутных воспоминаниях.

нениях, фантазиях или сновидениях. Для того чтобы действительно ее выявить, не нужно никогда об этом спрашивать. Однако физическая или духовная установка отчетливо свидетельствует об ее происхождении от стремления к власти и содержит в себе идеал какого-либо совершенства и безгрешности. В близких к невроту случаях всегда будет обращать на себя внимание стремление сравнивать себя с окружающими и даже с умершими и героями прошлого.

Правильность этого положения можно легко проверить. Если человек носит в себе идеал превосходства, что особенно характерно для невротиков, то тогда он часто совершает действия, направленные на подчинение, принижение и дискредитацию других. Такие черты характера, как нетерпимость, несговорчивость, зависть, злорадство, сомнение, хвастливость, подозрительность, жадность, — короче говоря, все диспозиции, соответствующие состоянию борьбы, должны проявляться в значительно более высокой степени, чем это требует, например, инстинкт самосохранения и повелевает чувство общности.

Наряду с этим, иногда одновременно, иногда сменяя друг друга, вслед за рвением и самоуверенностью, с которыми человек стремится к конечной цели, появляются черты честолюбия, соперничества, отваги, желание помогать, одаривать и руководить. Психологическое исследование должно быть здесь предельно объективным, чтобы моральная оценка не заслонила собой перспективу. Нужно также добавить, что разные по уровню черты характера, как правило, вызывают у нас симпатию или презрение. И наконец черты враждебности, особенно у невротиков, часто настолько завуалированы, что обладатель этих качеств справедливо удивляется и негодует, когда ему на них указывают. Например, старший из двоих детей оказался в весьма неприятной ситуации, когда попытался узурпировать власть в семье, проявив упрямство и своенравие. Младший же ребенок делал это умнее, вел себя как образец послушания и преуспел в этом настолько, что стал кумиром семьи, все желания которого исполнялись. Когда же в нем пробудилось честолюбие и наступило неизбежное разочарование, готовность к послушанию разрушилась, возникли болезненные навязчивые явления, сводившие на нет, несмотря на все усилия родителей, заставить ребенка быть послушным, любое

их распоряжение. То есть послушание было устранено сменяемыми его навязчивыми мыслями. Очевидно, что обходной путь вывел в итоге младшего ребенка на ту же линию поведения, что и старшего.

Вся сила личного стремления к власти и превосходству заранее приобретает у ребенка соответствующую форму и содержание, тогда как мышление может поверхностно воспринять из этого лишь столько, сколько ему позволяет бессмертное, реальное, заложенное в физиологии чувство общности. Из последнего происходят нежность, забота о ближнем, дружба, любовь; стремление к власти проявляется завуалированно и пытается утвердиться на путях чувства общности тайным и хитрым способом.

Здесь я должен подтвердить один давно известный всем знакам души принцип. Любую обращающую на себя внимание поведку человека можно проследить до ее истоков в детстве. В детстве формируются и закладываются манеры поведения человека в будущем, несущие на себе печать окружения. Принципиальные изменения происходят лишь вследствие высокой степени самосознания или на стадии невроза благодаря индивидуально-психологическому подходу врача, когда пациент начинает понимать ошибочность своего стиля жизни.

На другом примере, который тоже встречается довольно часто, я хочу остановиться на целевой установке невротика более детально. Один весьма одаренный мужчина, добившийся благодаря хорошим манерам и любезному обращению благосклонности достойной девушки, помышляет о помолвке. Вместе с тем в соответствии со своим идеалом воспитания он предъявляет к девушке большие претензии, требуя от нее огромных жертв. Какое-то время она сносит его беспредельные требования, пока наконец не прекращает дальнейшие испытания, разорвав отношения. И тут мужчина буквально на глазах превращается в развалину от непрекращающихся нервных приступов. Индивидуально-психологический анализ данного случая показал, что цель превосходства у этого пациента, проявившаяся во властолюбивых притязаниях к невесте, давно уже требовала недопущения брака, и что он, сам того не ведая, должен был довести дело до разрыва, поскольку не считал себя готовым к открытой борьбе, какой ему представлялся брак. Также и эта неуверенность в себе проистекает из самого

раннего детства, когда он, будучи единственным сыном, вел замкнутую от внешнего мира жизнь со своей рано овдовевшей матерью. Из того времени, отмеченного постоянной домашней борьбой, он вынес неизгладимое впечатление, в котором никогда себе открыто не признавался, он недостаточно мужественен, ему никогда не справиться с женщиной. Эта психическая установка сопоставима с постоянным чувством неполноценности, и, пожалуй, ее можно понять так, словно она определенным образом вторгается в судьбу человека и заставляет его поддерживать свой престижным способом, а не выполнением реальных требований на полезной стороне жизни.

Вряд ли можно не видеть, что пациент добился того, что было целью его тайной подготовки к безбрачию и к чему подталкивали его страх перед партнером, сцены борьбы с женщиной и тревожное отношение к ней. Равно как и то, что он относился к своей невесте, как к матери, которую он тоже хотел подавить. Это, продиктованное стремлением к победе, отношение было неправильно истолковано фрейдовской школой как инцестуозная влюбленность в мать. В действительности же детское чувство неполноценности пациента, подкрепленное болезненным отношением к своей матери, побуждает его еще раз в своей жизни, опираясь на сильнейшую защитную тенденцию, довести дело до борьбы с женщиной. То, что мы обычно понимаем под любовью, в данном случае является не развитым чувством общности, а всего лишь ее видимостью, ее карикатурой, средством достижения цели. Последняя же означает добиться триумфа над подходящим существом женского пола. Отсюда постоянные испытания и претензии, отсюда также и с уверенностью ожидаемый разрыв отношений. Разрыв не "случился", он по всем правилам искусства был инсценирован, а его "аранжировка" осуществилась с помощью старых испытанных средств, в которых мужчина наупражнялся на своей матери. Теперь поражение в браке исключено, поскольку брак им предотвращен. В этой установке бросается в глаза гипертрофирование "личного" по отношению к "целесообразности", к естественности. Объяснение этого заключается в боязливом честолюбии. Существуют две формы честолюбия, из которых вторая сменяет первую, как только в результате поражения человек утрачивает свое мужество. Честолюбие первой формы как бы

стоит позади человека и гонит его вперед. Вторая форма честолюбия находится перед человеком и оттесняет его назад; "Если ты переступишь Nalys, разрушишь великое государство". Честолюбием второй формы прежде всего обладают невротики, а первая форма проявляется у них скорее лишь в виде следов, при определенных условиях или внешне. В этом случае они тоже, пожалуй, говорят: "Да, раньше я был честолюбив". Однако они по-прежнему такие же, только из-за аранжировки своего недуга, своего расстройства, своей безучастности преградили себе путь вперед. На вопрос: "Где же ты был, когда делили мир?" — они всегда отвечают: "Я был болен". Таким образом, вместо того, чтобы заниматься внешним миром, они занимаются собой. Впоследствии Юнг и Фрейд ошибочно истолковали этот важнейший невротический процесс как врожденные (?) типы характера, один как "интроверсию" другой как "нарциссизм".

Если, таким образом, вряд ли останется что-нибудь загадочное в поведении этого человека, если в его властолюбивой установке мы отчетливо видим выдающую себя за любовь агрессию, то менее понятный нервный срыв пациента нуждается в некотором пояснении. Тем самым мы вступаем непосредственно на территорию психологии неврозов. Вновь, как и в детстве, пациент потерпел крушение о женщину. Во всех подобных случаях невротика хочется укрепить свою уверенность и укрыться на как можно большем расстоянии от опасности. Наш пациент нуждается в срыве, чтобы лелеять в себе причиняющее боль воспоминание, чтобы поставить вопрос о вине и решить его не в пользу женщины, чтобы впоследствии подходить к делу с еще большей осмотрительностью. Сегодня этому мужчине тридцать лет. Допустим, что лет десять-двадцать он будет носиться со своим горем и еще столько же будет оплакивать свой потерянный идеал. Тем самым он, пожалуй, навсегда застраховал себя от каких бы то ни было любовных отношений и таким образом от какого-либо нового поражения.

Он аранжирует нервный срыв опять же с помощью старых, испытанных средств из своего опыта, подобно тому, как, будучи ребенком, он отметал от себя, например, еду, сон, работу и играл роль умирающего. Теперь чаша весов с виной возлюбленной опускается, а сам он возвышается над женщиной по воспитанности и

характеру, он достиг того, к чему стремился; он выше, он лучше, его же партнерша "плохая, как и все остальные девушки". Они не равны ему, мужчине. Тем самым он исполнил долг, который ощущал еще ребенком, он показал, не подвергая испытанию свои силы, что стоит выше, чем весь женский пол.

Мы понимаем, что его нервная реакция не может оказаться слишком острой. Он обязан жить на земле, как живой укор женщине.

Если бы он знал о своих тайных планах, то все его деяния были бы проявлением враждебности и злого умысла, поэтому поставленная цель, его возвышение над женщиной, была бы в принципе недостижима. Ведь он увидел бы себя таким, каким его видим мы, увидел бы, как манипулирует с чашами весов и как все подводит к заранее намеченной цели. То, что с ним происходит, не было бы больше "судьбой", не говоря уже о том, что для него это оказалось плюсом. Его цель, его жизненный план, его жизненная ложь требуют этого плюса. Поэтому и "получается", что этот жизненный план остается в бессознательном, тем самым можно думать о судьбе, за которую не отвечаешь, а не о долго готовившемся пути, прокладываемом с помощью различных ухищрений и уловок, за который несешь ответственность.

Здесь я должен оставить в стороне подробное изображение этой "дистанции", которую невротик устанавливает между собой и религией — в данном случае браком. То, как он это делает, также следует ограничить описанием "аранжировки невроза". Надо только указать, что эта дистанция отчетливо проявляется в "боязливой установке" пациента, в его принципах, в его мировоззрении и в его жизненной лжи. Наиболее действенным для ее проявления всегда оказываются невроз и психоз. Необычайно велика также склонность к проистекающим из этих же источников перверзиям и к разного рода импотенции. Сделка и примирение человека с жизнью проявляется тогда в использовании сослагательного наклонения: "Ах, было бы это иначе!.."

Значение вопросов воспитания, которым наша школа придает самый большой вес, строго вытекает из этого.

Из плана данной работы следует, что наше исследование, как и в случае лечения, идет по обратному пути, сначала рассматривает Цель превосходства, а потом разъясняет состояние борьбы человека, особенно у невротика, и только теперь пытается понять ис-

точники этого важного душевного механизма. Одну из основ этой психической динамики мы уже раскрыли, она заключается в исходной виртуозной склонности психического аппарата обеспечить приспособление и утверждение в реальности с помощью уловки, фиктивной идеи и целевой установки. Я должен попытаться вкратце осветить, каким образом цель богоподобия преобразует отношение индивида к своему окружению в воинствующее и как в борьбе человек стремится приблизиться к цели по линии прямой агрессии или по направляющей линии предосторожности. Если проследить за ходом развития этой агрессии вглубь детства, то всегда наталкиваешься на служащий ее причиной фундаментальный факт: на протяжении всего своего развития ребенку присуще чувство неполноценности по отношению к родителям, братьям, сестрам и к окружающим. Из-за физической незрелости ребенка, из-за его неуверенности в себе и несамостоятельности, вследствие его потребности опираться на более сильного и из-за часто болезненно переживаемого подчиненного положения среди других у него развивается чувство ущербности, которое проявляется во всей его жизни. Это чувство неполноценности вызывает постоянную тревогу ребенка, жажду деятельности, поиск ролей, желание сравнить свои силы с другими, предусмотрительность, стремление к физическому и психическому совершенствованию. От этого чувства неполноценности зависит вся воспитательная способность ребенка. Таким образом, будущее становится для него той областью, которая должна принести ему компенсацию. Состояние борьбы также отражается в его чувстве неполноценности, и компенсацией для него является только то, что надолго упраздняет его жалкое нынешнее положение и возвышает его над всеми другими. Таким образом у ребенка возникают целевая установка и фиктивная цель превосходства, где его нищета превращается в богатство, подчинение — в господство, страдание — в радость и удовольствие, незнание — во всезнание, неумение — в мастерство. Эта цель устанавливается тем выше и удерживается тем принципиальнее, чем сильнее и длительнее ребенок испытывает неуверенность в себе и чем больше он страдает от физической или умеренной умственной слабости, чем сильнее он ощущает, что его оттесняют в жизни на задний план. Тот, кому захочется раскрыть эту цель, должен понаблюдать за ре-

бенком во время игры, за его занятиями в свободное время или за его фантазиями о будущем выборе профессии. Постоянные изменения в этих проявлениях — это лишь внешняя видимость, в каждой новой цели он предвосхищает свой триумф. Необходимо указать еще на один из вариантов такого построения планов, часто обнаруживающийся у менее агрессивных детей, у девочек и у часто болеющих — они научаются использовать свою слабость и тем самым заставляют подчинять себе других. Они и в дальнейшем будут постоянно пытаться это делать, пока их жизненный план и их жизненная ложь не будут полностью раскрыты.

Особый аспект открывается внимательному наблюдателю, когда характер этой компенсаторной динамики выдает неполноценность половой роли и стремление к сверхмужским целям. В нашей ориентированной на мужчину культуре от девочки, равно как и от мальчика, требуются, пожалуй, совершенно особые усилия и уловки. Бесспорно, среди них имеется много полезных. Сохранить их, но при этом раскрыть и обезвредить бесчисленные ошибочные и приводящие к болезни руководящие линии поведения является нашей сегодняшней задачей, выходящей далеко за рамки врачебного искусства. В результате ее разделения наша общественная жизнь, детское и общественное воспитание могут ожидать появления ценнейших ростков. Ведь Целью этого жизненного воззрения являются: усиление чувства реальности, ответственность и замена скрытой враждебности взаимной доброжелательностью, чего, однако, можно добиться лишь через сознательное развитие чувства общности и сознательное разрушение стремления к власти.

Тот, кто изучает властолюбивые фантазии ребенка, найдет их мастерское изображение в романе Достоевского "Подросток". У одного моего пациента они проявились особенно ярко. В его мыслях и сновидениях всегда повторялось одно и то же желание — пусть другие умрут, чтобы он имел простор для жизни, пусть другим будет плохо, чтобы он получил лучшие возможности. Эта манера поведения напоминает безрассудность и бесчувственность многих людей, взваливающих все свои беды на то, что слишком уж много людей живет на свете, — побуждения, которые, несомненно, во всех отношениях сделали мысль о мировой войне более приемлемой. Чувство уверенности в таких фикциях переносится сюда из других сфер, в данном случае из фундаментальных фак-

тов капиталистического производства, при котором действительно чем хуже одному, тем лучше другому. "Я хочу стать могильщиком, — сказал мне один четырехлетний мальчик. — Я хочу быть тем, кто закапывает других".

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Фейдимен Д., Фрейгер Р.* Теория и практика личностно-ориентированной психологии. Дайджест. М. 1995.
2. *Адлер А.* Практика и теория индивидуальной психологии. М. 1995. Дайджест.
3. *Сидоренко Е.В.* Экспериментальная групповая психология. СПб. 1993.
4. *Адлер А.* Индивидуальная психология./ История зарубежной психологии. 30-60-е годы XX в. (тексты). М. 1986.
5. *Вительс С.* Фрейд: его личность, учение и школа. Глава X.A.Адлер. Л. 1991.
6. *Дрейкурс Р., Зоц В.* Счастье вашего ребенка. М. 1986.
7. *Кристенсен О.К., Томас К.Р.* Дрейкурс и поиски равенства. М. 1992.

К.ХОРНИ

НЕВРОТИЧЕСКАЯ ЛИЧНОСТЬ¹

Поскольку наш интерес сосредоточен на том, каким образом невроз оказывает воздействие на личность, сфера нашего исследования ограничивается двумя областями. Во-первых, имеются неврозы, которые могут возникать у индивидов, чья личность в иных отношениях сохранена и не искажена. Такие неврозы возникают как реакция на внешнюю ситуацию, насыщенную конфликтами. Они не представляют для нас здесь главного интереса, так как обнаруживают не невротическую личность, а кратковременное отсутствие адаптации к данной сложной ситуации. Говоря о неврозах, я буду иметь в виду неврозы характера, то есть те состояния, в которых — хотя их симптоматическая картина может быть в точности такой же, как в случае ситуативного невроза, — основное расстройство заключается в деформациях характера. Они являются результатом скрытого хронического процесса, начинающегося, как правило, в детстве и в большей или меньшей степени охватывающего большие или меньшие части структуры личности. На первый взгляд невроз характера также может возникать в результате реального ситуативного конфликта, но тщательно воссозданная история развития человека может показать, что трудные черты характера имели место задолго до возникновения какой-либо ставящей в тупик ситуации, что данное временное затруднение само в большей степени обусловлено ранее существовавшими личностными затруднениями и что, кроме того, этот человек невротически реагирует на такую жизненную ситуацию, которая у здорового человека вообще бы не вызывала никакого конфликта. Данная ситуация всего лишь обнаруживает невроз, который уже до этого мог иметь место.

Во-вторых, нас не столь уж сильно интересует симптоматическая картина невроза. Наш интерес относится к самим расстройствам характера, так как деформации личности являются постоянно повторяющейся картиной при неврозах, в то время как симптомы в клиническом смысле могут проявляться в разной степени или вообще отсутствовать. С точки зрения культуры общества формирование характера также важнее симптомов, пото-

му что именно характер, а не симптомы оказывает влияние на человеческое поведение. Вместе с более глубоким пониманием структуры неврозов и с осознанием того, что излечение от симптома не обязательно означает излечение от невроза, психоаналитики в целом сместили свой интерес и стали уделять большее внимание деформациям характера, чем симптомам. Образно говоря, невротические симптомы — это не сам вулкан, а скорее его извержения, в то время как патогенный конфликт, подобно вулкану, спрятан глубоко внутри человека и неведом ему.

Допустив указанные ограничения, мы можем поставить вопрос: имеют ли невротичные люди столь существенные общие черты, что позволяет говорить о невротической личности нашего времени.

Что касается деформаций характера, которые сопровождают различные типы неврозов, то поражают скорее их различия, нежели сходство. Истерический характер, например, бесспорно, отличается от характера человека, страдающего неврозом навязчивых состояний. Поражающие нас различия относятся, однако, к различиям в механизмах, или, если говорить более обще, к различиям в форме обнаружения этих двух расстройств, а также в способах их преодоления, таким, например, как огромная роль проекции в истерическом типе по сравнению с интеллектуализацией конфликтов при навязчивых состояниях. С другой стороны, те аспекты сходства, которые я имею в виду, относятся не к формам проявления и не к путям возникновения, а к самому содержанию конфликта. Говоря более точно, сходство заключается не столько в тех переживаниях, в результате которых произошло данное расстройство, сколько в тех конфликтах, которые в действительности движут человеком.

Для прояснения мотивационных сил и их производных необходимо одно допущение. Фрейд и большинство аналитиков подчеркивали в качестве основополагающего тот принцип, что задача анализа решается путем выявления либо сексуальных корней влечения (например, специфических эрогенных зон), либо той инфантильной формы поведения, которая, как предполагается, повторяется в последующей жизни. Хотя я считаю, что полное понимание невроза невозможно без прослеживания его глубинных инфантильных корней, я полагаю, что генетический подход, если он используется односторонне, скорее затемняет, чем проясняет, данный вопрос, потому что он ведет к тому, что упускаются

из виду реально действующие в настоящее время бессознательные тенденции и их функции в их взаимодействии с другими тенденциями, такими, как влечения, страхи и защитные механизмы. Понимание их происхождения полезно лишь в той мере, в какой оно помогает пониманию их функций.

Руководствуясь этим при анализе самых разнообразных типов личностей, страдающих различными типами неврозов, разных по возрасту, темпераменту и интересам, выходцев из различных социальных слоев, я обнаружила, что содержание динамически центральных конфликтов и их взаимосвязи являются существенно сходными во всех из них.

Мой опыт, накопленный в процессе психоаналитической практики, был подтвержден наблюдениями лиц вне этой практики и персонажами из произведений современной литературы. Если постоянно возобновляющиеся проблемы невротичных людей лишить той фантастической и трудной для понимания формы, которую они часто имеют, от нашего внимания не ускользнет, что от проблем, волнующих нормального человека в нашей культуре, они отличаются лишь по степени. Огромному большинству из нас приходится бороться с проблемами соперничества, эмоциональной изоляции, недоверия со стороны других и страхами перед неудачами. Это лишь некоторые из тех проблем, которые могут иметь место при неврозе.

Тот факт, что большинству людей в данной культуре приходится сталкиваться с теми же самыми проблемами, наводит на мысль, что эти проблемы порождены специфическими жизненными условиями, существующими в этой культуре. О том, что они не представляют проблем, общих для "человеческой природы", свидетельствует следующее: мотивационные силы и конфликты в других культурах отличны от наших.

Так что, говоря о невротической личности нашего времени, я имею в виду не только то, что у людей, страдающих неврозами, имеются существенно важные общие особенности, но также и то, что эти базисные сходства в своей основе вызваны трудностями, существующими в наше время и в нашей культуре.

Правомерность моего предположения относительно взаимосвязи между культурой и неврозом должна быть проверена совместными усилиями антропологов и психиатров. Психиатрам следовало бы не только заниматься исследованием неврозов и тем, как они проявляются в определенных культурах (а это делает-

ся на основе таких формальных критериев, как частота, тяжесть или тип неврозов), но и изучать их в особенности с точки зрения того, какие базальные конфликты лежат в их основе. Антропологам не мешало бы исследовать эту же культуру с точки зрения того, какие психологические затруднения ее структура ставит перед человеком, Одной из форм обнаружения сходства базальных конфликтов является сходство отношений между людьми, открытых внешнему наблюдению. Под внешним наблюдением я подразумеваю то, что может обнаружить опытный наблюдатель без использования методов психоаналитической техники применительно к лицам, которых он очень хорошо знает, например применительно к себе, своим друзьям, членам своей семьи или своим коллегам. Я начну с описания краткого поперечного среза возможных частых наблюдений такого рода.

Наблюдаемые таким образом отношения в общем плане можно классифицировать следующим образом: во-первых, отношения любви, привязанности и расположения человека (как к другим людям, так и с их стороны); во-вторых, отношения, связанные с оценкой "Я"; в-третьих, отношения, связанные с самоутверждением; в-четвертых, с агрессией; в-пятых, с сексуальностью.

Что касается первой группы, то одной из доминирующих черт невротиков в наше время является их чрезмерная зависимость от одобрения или расположения со стороны других людей. Все мы хотим, чтобы нас любили и ценили, но у людей, страдающих неврозом, их зависимость от привязанности или одобрения несоразмерна тому значению, которое другие люди имеют в их жизни. Хотя всем нам хочется хорошего отношения со стороны дорогих нам людей, у невротиков имеет место неразборчивый голод на благорасположение или высокую оценку, безотносительно к тому, любят ли они сами данного человека или имеет ли для них какое-либо значение суждение этого лица. Чаще они не осознают это безграничное стремление, но выдают его наличие своей чувствительностью, когда не получают того внимания, какого хотят. Например, они могут чувствовать обиду, если кто-либо не принимает их приглашения, не звонит им некоторое время или если просто расходится с ними во мнении. Эта чувствительность может скрываться под маской безразличия.

Кроме того, имеется заметное противоречие между их желанием получать любовь от других и их собственной способностью питать это чувство. Чрезмерные требования относительно забот-

ливого отношения к их желаниям могут соседствовать с таким же полным отсутствием заботы о других. Данное противоречие не всегда проявляется внешне. Невротик может, например, быть сверхзаботливым и готовым помогать каждому. Но в этом случае можно заметить, что он действует под влиянием навязчивых побуждений, вместо того чтобы произвольно излучать теплоту.

Внутренняя незащищенность, выражаемая в этой зависимости от других, является второй чертой, которая поражает нас в невротиках при их внешнем наблюдении. Постоянно присущими им характерными чертами являются их чувства неполноценности и несоответствия. Они могут проявляться множеством способов — такими, как убежденность в своей некомпетентности, глупости, непривлекательности, которые могут существовать без какой-либо основы в реальности. Представления о себе как неумном человеке можно найти у людей с весьма высоким интеллектом, а представления о своей непривлекательности — у очень красивых женщин. Эти чувства неполноценности могут открыто проявляться в форме жалоб или тревог, а приписываемые себе недостатки восприниматься как факт, не требующий доказательств. С другой стороны, они могут быть скрыты за компенсаторными потребностями в самовозвеличивании, за навязчивой склонностью показывать себя в выгодном свете, производить впечатление на других и на самого себя, используя все возможные атрибуты, сопутствующие престижу в нашей культуре, такие, как деньги, коллекции картин старых мастеров, расположение женщин, знакомство со знаменитостями, путешествия или необычайные познания. Та или иная из этих тенденций может целиком выходить на передний план, но чаще отчетливо ощущается наличие обеих тенденций.

Третья группа характерных для невротических отношений, касающихся самоутверждения, связана с определенными запретами. Под самоутверждением я имею в виду акт утверждения собственного "Я" или своих притязаний и использую его без какого-либо сопутствующего ему значения чрезмерной напористости. В этой сфере невротики обнаруживают обширную группу запретов. У них существуют внутренние запреты на то, чтобы выразить свои желания или просьбы о чем-либо, сделать что-либо в своих интересах, высказать мнение или обоснованную критику, приказать кому-либо, выбрать человека, с которым они хотят общаться, установить контакты с людьми и так далее. Также имеют место

внутренние запреты в связи с тем, что мы можем назвать утверждением своей позиции: невротики часто неспособны защитить себя от нападок, или сказать «нет», если они не хотят уступить желаниям других, например отказать продавщице, которая навязывает им ненужную вещь, или не принять от друга приглашение в гости, или пресечь любовные поплзновения. Наконец, внутренние запреты распространяются и на знание человеком того, что он хочет: трудности при принятии решений, формировании мнений, осознании собственных желаний, которые связаны лишь с их выгодой. Такие желания подлежат утаиванию: моя подруга, например, в своих личных отношениях ставит "кино" ниже "образования" и "выпивку" ниже "здоровья". Особенно важной в этой последней группе является неспособность что-либо планировать, будь то поездка за город или долгосрочные жизненные планы: невротики проявляют пассивность даже в таких важных решениях, как выбор профессии или спутника жизни. Ими движут в первую очередь определенные невротические страхи. Например, мы видим это у людей, которые копят деньги, потому что боятся впасть в нищету, или увязают в бесконечных любовных историях, потому что страшатся приступить к творческому разделу своей работы.

К еще одной группе трудностей, связанных с агрессией, я отношу (в противовес отношениям, связанным с самоутверждением) действия, направленные против кого-либо, нападки, унижение других людей, посягательство на чужие права и вообще любую форму враждебного поведения. Расстройства такого рода проявляются в двух абсолютно различных формах. Одна форма заключается в склонности быть агрессивным, властным, свертребовательным, распоряжаться, обманывать, критиковать или придирается. Временами люди, склонные к таким отношениям, осознают, что являются агрессивными, но чаще они ни в малейшей степени не осознают этого и субъективно убеждены в своей искренности и правоте или даже скромны в своих требованиях, хотя в действительности их поведение оскорбительно. У других людей, однако, эти расстройства проявляются противоположным образом. На поверхности лежит без труда обнаруживаемое чувство, что их постоянно обманывают, ими управляют, их бранят или унижают. Эти люди также часто не осознают того, что это лишь их собственное искаженное восприятие; напротив, они полагают, что весь мир ополчился против них и обманывает их.

Особенности следующей группы отношений, характерных для невротиков, касаются сексуальной сферы. В первом приближении их можно разделить на два вида: это либо навязчивая потребность в сексуальной активности, либо запрет на нее. Запреты могут проявляться на каждом шагу, ведущем к сексуальному удовлетворению. Они могут вступать в действие при приближении лиц другого пола, в процессе ухаживания, проявляться в самой сексуальной функции или в сфере чувственности. Все особенности, описанные в предыдущих группах, будут также проявляться и в сексуальных отношениях.

* * *

Конфликты, играющие решающую роль в возникновении невроза, практически всегда одни и те же. В целом это те же самые конфликты, которым также подвержен здоровый человек в нашей культуре. Стало уже до некоторой степени трюизмом говорить о том, что невозможно провести четкое различие между неврозом и нормой, но может оказаться полезным повторить его еще раз. Многие читатели, столкнувшись с конфликтами и отношениями, о которых они знают из собственного опыта, могут спросить себя: невротик я или нет? Наиболее достоверный критерий состоит в том, ощущает или нет человек препятствия, создаваемые его конфликтами, может ли он правильно воспринимать и преодолевать их.

Когда мы осознаем, что в нашей культуре невротики движимы теми же самыми основными конфликтами, которым также подвержен нормальный человек, хотя и в меньшей степени, мы снова сталкиваемся с вопросом, поднятым вначале: какие условия в нашей культуре ответственны за то, что неврозы сосредоточиваются вокруг тех специфических конфликтов, которые я описала, а не вокруг других?

Фрейд лишь вскользь коснулся данной проблемы; обратной стороной его биологической ориентации является отсутствие социологической ориентации, и, таким образом, он склонен объяснять социальные явления в основном биологическими факторами (теория либидо). Эта тенденция привела психоаналитических исследователей к убеждению в том, например, что войны вызываются действием инстинкта смерти, что корни нашей нынешней

экономической системы лежат в анально-эротических влечениях, что причину того, почему машинный век не начался две тысячи лет тому назад, следует искать в нарциссизме этого периода.

Фрейд рассматривает культуру не как результат сложного социального процесса, а главным образом как продукт биологических влечений, которые вытесняются или сублимируются, и в результате против них выстраиваются реактивные образования. Чем полнее вытеснение этих влечений, тем выше культурное развитие. Так как способность к сублимации ограничена и так как интенсивное вытеснение примитивных влечений без сублимации может вести к неврозу, развитие цивилизации неизбежно должно вызывать усиление неврозов. Неврозы являются той ценой, которую приходится платить человечеству за культурное развитие.

Подразумеваемой теоретической предпосылкой, лежащей в основании этого хода мыслей, является вера в существование биологически детерминированной человеческой природы, или, точнее, вера в то, что оральные, анальные, генитальные и агрессивные влечения имеют место у всех людей и примерно одинаковы в количественном отношении. Вариации в строении характера от индивида к индивиду, как и от культуры к культуре, обуславливаются тогда различной интенсивностью необходимого вытеснения, с дополнительной оговоркой, что такое вытеснение воздействует на различные виды влечений в разной степени.

Исторические и антропологические данные не подтверждают такой прямой связи между уровнем развития культуры и вытеснением сексуальных или агрессивных влечений. Ошибка заключается главным образом в допущении количественной вместо качественной связи. Связь существует не между долей вытеснения и объемом культуры, а между характером (качеством) индивидуальных конфликтов и характером (качеством) трудностей, порождаемых культурой. Нельзя игнорировать количественный фактор, но его можно оценить лишь в контексте всей структуры.

Существуют определенные характерные трудности, неотъемлемо присущие нашей культуре, которые отражаются в виде конфликтов в жизни каждого человека и которые, накапливаясь, могут приводить к образованию неврозов. Так как я не являюсь социологом, то лишь кратко выделю основные тенденции, которые имеют отношение к проблеме невроза и культуры.

Современная культура экономически основывается на принципе индивидуального соперничества. Отдельному человеку приходится бороться с другими представителями той же группы, приходится брать верх над ними и нередко "отталкивать" в сторону. Превосходство одного нередко означает неудачу для другого. Психологическим результатом такой ситуации является смутная враждебная напряженность между людьми. Каждый представляет собой реального или потенциального соперника для любого другого. Эта ситуация вполне очевидна для членов одной профессиональной группы, независимо от стремлений быть справедливым или от попыток замаскировать соперничество вежливым обращением. Однако следует подчеркнуть, что соперничеством и потенциальной враждебностью, которая ей сопутствует, проникнуты все человеческие отношения. Соревновательность является одним из господствующих факторов в социальных отношениях. Соперничество присутствует в отношениях мужчин с мужчинами, женщин с женщинами, и безотносительно к тому, что является поводом для него — популярность, компетентность, привлекательность или любое другое социально значимое качество, — оно крайне ухудшает возможности прочной дружбы. Оно также, как уже указывалось, нарушает отношения между мужчинами и женщинами не только в выборе партнера, но в плане борьбы с ним за превосходство. Оно пронизывает школьную жизнь. И, возможно, самое главное, оно пронизывает семейную ситуацию, так что, как правило, ребенку прививают зародыш соперничества с первых лет жизни. Соперничество между отцом и сыном, матерью и дочерью, одним и другим ребенком не является общим человеческим феноменом, это лишь реакция на культурно обусловленные воздействия. Одним из великих достижений Фрейда остается то, что он открыл роль соперничества в семье, что нашло свое выражение в понятии Эдипова комплекса и в других гипотезах. Однако следует добавить, что соперничество само по себе не является биологически обусловленным, а является результатом данных культурных условий и, более того, не только семейная ситуация порождает соперничество, но оно стимулируется начиная с колыбели вплоть до могилы.

Потенциальное враждебное напряжение между людьми приводит в результате к постоянному порождению страха — страха потенциальной враждебности со стороны других, усиленного стра-

хом мести за собственную враждебность. Другим важным источником страха у нормального человека является перспектива неудачи. Страх неудачи вполне реален и потому, что в общем шансы потерпеть неудачу намного больше шансов достичь успеха, и потому, что неудачи в обществе, основанном на соперничестве, влекут за собой реальную фрустрацию потребностей. Они означают не только экономическую небезопасность, но также потерю престижа и все виды эмоциональных переживаний неудачи.

Еще одной причиной того, почему успех становится такой манящей мечтой, является его воздействие на наше чувство самоуважения. Другие нас оценивают не только по степени нашего успеха; волей-неволей наша собственная самооценка следует по тому же пути. Согласно существующим идеологиям, успех отражает неотъемлемо присущие нам заслуги, или, на религиозном языке, является видимым воплощением Божьей милости; в действительности он зависит от многих факторов, не поддающихся нашему управлению, — случайных обстоятельств, чьей-то недобросовестности и т.п. Тем не менее под давлением существующей идеологии даже абсолютно нормальный человек считает, что его значимость напрямую связана с успехом, сопутствующим ему. Нет надобности говорить о том, что это создает шаткую основу для самоуважения.

Все эти факторы вместе — соперничество и сопутствующие ему потенциальные враждебные отношения между людьми, страхи, сниженное самоуважение — в психологическом плане приводят к тому, что человек чувствует себя изолированным. Даже **когда** у него много друзей и он счастлив в браке, эмоционально он все же изолирован. Эмоциональную изоляцию выносить трудно любому человеку, однако она становится бедствием, если совпадает с мрачными предчувствиями и опасениями на свой счет.

Именно такая ситуация вызывает у нормального современного человека ярко выраженную потребность в любви и привязанности как своего рода лекарстве. Получение любви и расположения способствует тому, что у него ослабевает чувство изолированности, угрозы враждебного отношения и растет уверенность в себе. Так как это соответствует жизненно важной потребности, роль любви переоценивается в нашей культуре. Она становится призрачной мечтой — подобно успеху, — несущей с собой иллюзию того, что является решением всех проблем. Любовь сама по себе

не иллюзия, несмотря на то что в нашей культуре она чаще всего служит ширмой для удовлетворения желаний, не имеющих с ней ничего общего; но она превращается в иллюзию, так как мы ждем от нее намного больше того, что она в состоянии дать. И идеологический упор, который мы делаем на любовь, служит сокрытию тех факторов, которые порождают нашу чрезмерную в ней потребность. Отсюда человек — а я все еще имею в виду обычного человека — стоит перед дилеммой, суть которой в огромной потребности в любви и привязанности, с одной стороны, и трудности ее достижения — с другой.

Такая ситуация дает обильную почву для развития неврозов. Те же самые культурные факторы, которые влияют на нормального человека и которые приводят к колеблющемуся самоуважению, потенциальной враждебной напряженности, тяжелым предчувствиям, соперничеству, порождающему страх и враждебность, усиливают потребность в приносящих удовлетворение личных отношениях, — те же факторы воздействуют на невротика в большей степени. Те же самые результаты оказываются гораздо более глубокими, приводя к краху чувства собственного достоинства, разрушительным стремлениям, тревожности, усилению соперничества, порождающему тревожность и деструктивные импульсы, и к обостренной потребности в любви и привязанности.

Когда мы вспоминаем, что в каждом неврозе имеют место противоречивые тенденции, которые невротик не способен примирить, возникает вопрос о том, нет ли определенных сходных противоречий в нашей культуре, которые лежат в основе типичных невротических конфликтов. Задачей социологов будет исследование и описание этих культурных противоречий. Мне же здесь достаточно кратко и схематично указать на некоторые главные противоречивые тенденции.

Первое противоречие, о котором следует упомянуть, — это противоречие между соперничеством и успехом, с одной стороны, и братской любовью и человечностью — с другой. С одной стороны, все делается для достижения успеха, а это означает, что мы должны быть не только напористыми, но и агрессивными, способными оттолкнуть других с дороги. С другой стороны, мы глубоко впитали христианские идеалы, утверждающие, что эгоистично хотеть чего-либо для себя, а должно быть смиренными, подставлять другую щеку, быть уступчивыми. Для этого противоречия есть лишь два решения в рамках нормы: всерьез следовать

одному из этих стремлений и отказаться от другого или серьезно воспринимать оба этих стремления и в результате испытывать серьезные внутренние запреты в отношении того и другого.

Вторым является противоречие между стимуляцией наших потребностей и фактическими препятствиями на пути их удовлетворения. По экономическим причинам в нашей культуре потребности постоянно стимулируются такими средствами, как реклама, "демонстрация образцов потребительства", идеал "быть на одном уровне с Джинсами". Однако для огромного большинства реальное осуществление этих потребностей жестко ограничено. Психологическое следствие для человека состоит в постоянном разрыве между желаниями и их осуществлением.

Существует еще одно противоречие между утверждаемой свободой Человека и всеми его фактическими ограничениями. Общество говорит его члену, что он свободен, независим, может строить свою жизнь в соответствии со своей свободной волей; "великая игра жизни" открыта для него, и он может получить то, что хочет, если он деятелен и энергичен. В действительности для большинства людей все эти возможности ограничены. Шутливое выражение о том, что родителей не выбирают, можно распространить на жизнь в целом — на выбор работы, форм отдыха, друга. В итоге человек колеблется между ощущением безграничной власти в определении собственной судьбы и ощущением полнейшей беспомощности.

Эти противоречия, заложенные в нашей культуре, представляют собой в точности те конфликты, которые невротик отчаянно пытается примирить: склонность к агрессивности и тенденцию уступать; чрезмерные притязания и страх никогда ничего не получить; стремление к самовозвеличиванию и ощущение личной беспомощности. Отличие от нормы имеет чисто количественный характер. В то время как нормальный человек способен преодолевать трудности без ущерба для своей личности, у невротика все конфликты усиливаются до такой степени, что делают какое-либо удовлетворительное решение невозможным.

Представляется, что невротиком может стать такой человек, который пережил обусловленные культурой трудности в обостренной форме, преломив их главным образом через сферу детских переживаний, и вследствие этого оказался неспособен их разрешить или разрешил их ценой большого ущерба для своей личности. Мы могли бы назвать его пасынком нашей культуры.

К.ХОРНИ

НАШИ ВНУТРЕННИЕ КОНФЛИКТЫ²

БАЗАЛЬНЫЙ КОНФЛИКТ

Представление о существовании базального конфликта внутри человека идет с античных времен и занимает важное место в различных религиях и философиях. Могущество света и тьмы, рога и дьявола, добра и зла — вот некоторые из способов выражения этого представления. В современной психологии Фрейд в этом отношении, как и в очень многих других, проделал работу первооткрывателя. Его исходное предположение заключалось в том, что базальный конфликт — это конфликт между нашими инстинктивными влечениями с их слепым стремлением к удовлетворению и налагающим запреты окружением — семьей и обществом. Запрещающее окружение в раннем возрасте интериорируется и с тех пор выступает как запрещающее Супер-Эго.

Несмотря на то что я считаю основополагающий, коренной конфликт более разрушительным, чем полагал Фрейд, я смотрю на возможность его успешного разрешения с большей уверенностью, чем он.

- Чтобы приблизиться к этой проблеме с точки зрения генезиса, мы должны вернуться к тому, что я называла базальной тревожностью, подразумевая под этим переживаемые ребенком чувства одиночества и беспомощности в потенциально враждебном мире. Это чувство незащищенности может породить у ребенка широкий диапазон неблагоприятных факторов: явное или скрытое доминирование, безразличие, сумасбродное поведение, отсутствие уважения к индивидуальным потребностям ребенка, отсутствие реального руководства, пренебрежительное отношение, чрезмерное восхищение или его полное отсутствие, недостаток доверительности и теплоты, необходимость принимать чью-либо сторону при разногласиях родителей, слишком малая или чрезмерная ответственность, излишняя опека, изоляция от других детей, не-

справедливость, дискриминация, невыполнение обещаний, враждебная атмосфера и так далее и тому подобное.

Единственный фактор, к которому я хочу привлечь особое внимание в этом контексте, — это ощущение ребенком скрытого лицемерия у своих близких: его чувство, что родительская любовь, их христианское милосердие, честность, щедрость и так далее могут быть всего лишь притворством. Частично то, что ребенок ощущает на этот счет, действительно является лицемерием; но отчасти это может быть просто его реакцией на все те противоречия, которые он ощущает в поведении родителей. Однако, как правило, имеет место сочетание травмирующих факторов. Они могут лежать на поверхности или быть полностью скрытыми, так что в ходе психоанализа можно лишь постепенно выявлять их внимание на развитие ребенка.

Изнуренный этими мучающими его условиями, ребенок ищет способы сохранить свою жизнь, ищет, как справиться с несущим угрозу окружающим миром. Несмотря на свою слабость и страхи, он бессознательно нащупывает свою тактику, чтобы противостоять данным силам, действующим в его окружении. Поступая таким образом, он вырабатывает не только стратегии, но также и устойчивые наклонности и черты характера, которые становятся частью его личности. Я назвала их "невротическими наклонностями".

Если мы хотим увидеть, как развиваются конфликты, мы не должны чрезмерно сосредоточиваться на индивидуальных наклонностях, а должны, скорее, охватить взглядом всю панораму главных направлений, по которым ребенок может двигаться и на самом деле движется под воздействием этих обстоятельств. Хотя мы на время потеряем из поля зрения подробности, мы получим более ясную картину наиболее важных направлений, которые выбирает ребенок, чтобы справиться со своим окружением. Вначале может предстать довольно хаотичная картина, но из нее стечением времени выкристаллизовываются три главные линии; ребенок может двигаться навстречу людям, против людей или от людей.

Когда ребенок движется навстречу людям, он признает собственную беспомощность и, несмотря на свою отчужденность и страхи, пытается завоевать любовь и привязанность других людей и пробует опираться на них. Лишь таким путем он может почувствовать себя с ними в безопасности. Если в семье есть расходящиеся во взглядах стороны, он примкнет к наиболее сильному лицу или группе. Подчиняясь им, он обретает чувства принад-

лежности и поддержки, которое помогает ему ощущать себя менее слабым и менее изолированным.

Когда он движется против людей, он признает и принимает как должное враждебность окружающих, и сознательно или бессознательно решается на борьбу. Он полностью отказывается доверять чувствам и намерениям других людей по отношению к нему. Он бунтует, используя для этого все открытые для него пути. Он хочет быть сильнее их и одержать верх частично ради собственной защиты, частично ради мести.

В случае движения от людей он не хочет ни принадлежности, ни борьбы, а держится в стороне, отстраняется от людей. Он чувствует, что у него с ними мало общего, что они нисколько не понимают его. Он строит свой собственный мир с помощью природы, своих кукол, книг, грез. В каждом из этих трех видов отношений чрезмерно усилен один из элементов базальной тревожности: беспомощность в первом случае, враждебность во втором и изоляция в третьем. Но дело в том, что ребенок не может свободно выбрать какое-либо из этих направлений, потому что при тех условиях, в которых развились эти отношения, обязательно присутствуют все они. То, что мы видим, обозревая панораму в целом, является лишь доминирующим вектором движения.

Еще один фактор, значительно расширяющий сферу данного конфликта, состоит в том, что эти отношения не ограничиваются областью человеческих взаимоотношений, а постепенно захватывают всю личность, подобно тому, как злокачественная опухоль пронизывает все ткани органа. В итоге они не только проникают во все отношения человека с другими людьми, но также и в его отношение к себе и к жизни в целом. Если мы не в полной мере осознаем их всеобъемлющий характер, то поддадимся соблазну судить о возникающем в результате конфликте подобно тому, как если бы говорить о любви в противовес ненависти, уступчивости в противовес непокорности, подчинению в противовес доминированию и так далее. Это, однако, было бы такой же ошибкой, как искать различие между фашизмом и демократией, сосредоточивая все внимание на каком-либо одном из противоположных признаков, таком, например, как различие в их отношении к религии или власти. Конечно, эти различия имеют место, но сосредоточение внимания только на них одних оставит в тени то, что демократия и фашизм являются двумя различными типами об-

щества и представляют собой две философии жизни, абсолютно несовместимые друг с другом.

Не случайно конфликт, начало которого лежит в наших отношениях с другими людьми, со временем оказывает влияние на всю личность. Человеческие взаимоотношения имеют здесь столь решающее значение, что они с необходимостью формируют те качества, которые развиваются в нас, те цели, которые мы ставим перед собой, те ценности, которых мы придерживаемся. Все они, в свою очередь, оказывают влияние на наши отношения с другими людьми и, таким образом, неразрывно переплетаются между собой. Моя точка зрения заключается в том, что конфликт, порождаемый несовместимыми типами отношениями, составляет ядро невроза и поэтому заслуживает названия базального.

ДВИЖЕНИЕ К ЛЮДЯМ

Для понимания всего того, что вовлечено в базальный конфликт, мы должны начать с исследования каждого из противостоящих элементов по отдельности. Мы можем до некоторой степени успешно сделать это, если изучим типы людей, у которых тот или иной элемент стал доминирующим и для которых он представляет собой более приемлемое "я". Ради простоты я буду разделять их на такие типы, как уступающий, агрессивный и отстраненный типы личности.

Группа I, уступчивый тип, обнаруживает все те черты, которые соответствуют "движению к людям". Данный тип демонстрирует заметно выраженную потребность в любви и одобрении и особую потребность в "партнере", то есть в друге, любовнике, жене или муже, "который должен осуществить все его жизненные ожидания и взять на себя ответственность за все доброе и злое, причем успешное манипулирование им становится главной задачей. Эти потребности имеют характерные черты, общие для всех невротических наклонностей; то есть они навязчивы, лишены избирательности и порождают тревогу или подавленность в случае фрустрации. Они почти не зависят от того, насколько внутренне ценны те "другие люди", к которым они обращены, а также и от реального чувства к ним человека. Однако, хотя по форме своего выражения эти потребности могут быть различны, все они сосредоточены вокруг желания человеческой близости, желания "кому-то принадлежать". Вследствие неразборчивого характера своих по-

требностей уступчивый тип будет склонен переоценивать сходные моменты и интересы, сближающие его с окружающими его людьми, игнорируя их различия.

Желание удовлетворить эту острую потребность столь непреодолимо, что все, что он делает, направлено на ее осуществление. В этом процессе он развивает в себе определенные качества и отношения, которые и формируют его характер. Некоторые из них можно назвать привлекательными: он становится чутким к потребностям других людей — в рамках того, что он способен понять эмоционально. Например, хотя он, вероятно, проявит невосприимчивость к желанию одиночества отстраненным человеком, он быстро почувствует потребность другого человека в симпатии, помощи, одобрении и так далее. Он автоматически пытается удовлетворить ожидания других людей или то, что, по его мнению, является их ожиданиями, причем часто до такой степени, что теряет из поля зрения собственные чувства. Он становится "бескорыстным", жертвующим собой, нетребовательным — за исключением своего безграничного желания любви и привязанности. Он становится уступчивым, предупредительным, заботливым — в границах возможного для него — сверхпризнательным, чрезмерно благодарным, щедрым. Он закрывает глаза на то, что в глубине души его мало заботят другие и он склонен считать их лицемерными и своекорыстными людьми. Но, если позволительно назвать терминами, обозначающими сознательные процессы, то, что он делает бессознательно, он убеждает себя в том, что он всех любит, что все они "прекрасные" и заслуживающие доверия люди. Это заблуждение не только приводит затем к крайне болезненным разочарованиям, но также усиливает его общее ощущение незащищенности.

Эти качества не столь ценны, как они представляются самому человеку, в особенности потому, что, не считаясь с собственными чувствами и представлениями, он слепо дает другим все то, что сам хотел бы получить от них, и потому, что он глубоко расстраивается, если в ответ не получает того же.

Этим характерным признакам сопутствует, частично перекрывая их, стремление избежать недобрых взглядов, ссор, соперничества. Такой человек склонен подчиняться другим, занимать второстепенное положение, оставляя свет рампы для других: он обычно настроен на покладистый, примирительный лад и, по крайней мере, на сознательном уровне, не выражает никакого недоброже-

лательства. Всякое желание мести или победы над другими столь глубоко вытеснено, что он сам часто удивляется тому, как легко он мирится с другими и что он никогда долго не питает чувства обиды. В этом контексте важна его тенденция автоматически брать на себя вину. И опять абсолютно безотносительно к своим действительным чувствам, то есть ощущает он на самом деле себя виновным или нет, он будет скорее обвинять себя нежели других, и будет склонен придиричливо проверять себя или оправдываться, сталкиваясь с явно необоснованной критикой или ожидаемыми нападениями.

От такого рода отношений существует незаметный переход к определенным внутренним запретам. Вследствие того, что на любой форме агрессивного поведения лежит табу, мы находим здесь внутренние запреты на то, чтобы проявлять напористость, критический настрой, требовательность, отдавать приказания, стараться произвести впечатление, преследовать честолюбивые цели. Кроме того, поскольку его жизнь всецело ориентирована на других, его внутренние запреты часто не дают ему возможности что-либо делать для себя или самому получать удовольствие. Это может достигать такой степени, что любое впечатление, не разделяемое с кем-либо еще, от еды ли, представления, музыки или природы, теряет для него свой смысл. Нет надобности говорить, что такое жесткое ограничение в удовольствии не только обедняет его жизнь, но значительно усиливает его зависимость от других.

Кроме идеализации только что перечисленных качеств, этому типу свойственны определенные особенности отношения к себе. Одной из них является всепроникающее чувство собственной слабости и беспомощности — ощущение себя "бедняжкой". Будучи предоставлен сам себе, он чувствует себя потеряннным, подобно лодке, потерявшей свой якорь. Эта беспомощность отчасти соответствует действительности. Его ощущение, что ни при каких обстоятельствах он не сможет сражаться или соперничать, на самом деле порождает реальную слабость. Кроме того, он откровенно признает свою беспомощность перед собой и другими. Она также может ярко выступать в сновидениях. Он часто прибегает к ней, чтобы растрогать других или защититься: "Вы должны любить меня, защищать меня, прощать меня, не покидать меня, потому что я так слаб и беспомощен".

Вторая характерная черта вытекает из его склонности подчинять себя другим. Он принимает как само собой разумеющееся-

ся, что любой человек превосходит его, что остальные люди привлекательнее, умнее, образованнее и достойнее его. Реальная основа для такого чувства существует, так как отсутствие у него напористости и твердости действительно снижает его способности; но даже в тех сферах, где его способности бесспорны, его чувство собственной неполноценности заставляет его наделять другого человека — безотносительно к его качествам — большей компетентностью, чем его собственная. В присутствии агрессивных или самоуверенных людей его ощущение самоценности еще сильнее падает. Однако даже тогда, когда он один, он склонен недооценивать не только свои качества, таланты и способности, но также свои материальные средства.

Третью типическую черту составляет один из аспектов его общей зависимости от других людей. Это бессознательная тенденция оценивать себя по тому, что о нем думают другие. Его самоуважение растет вместе с их одобрением или осуждением, с их расположением и любовью. Отсюда любое отвержение для него действительно катастрофично. Любая критика, отказ или отдаление от него представляются вселяющей ужас опасностью, и он может предпринять самые жалкие попытки вернуть расположение человека, с которым связана такого рода угроза. Его готовность подставить другую щеку вызвана не неким загадочным "мазохистским" побуждением, а является тем единственно логически возможным действием, на которое он способен, исходя из своих внутренних предпосылок.

Все это накладывает свой отпечаток на его особую систему ценностей. Естественно, сами эти ценности более или менее ясны, а их прочность соответствует его общей зрелости. Они тяготеют к добродетельности, сочувствию, любви, щедрости, отсутствию эгоизма, смирению; эгоизм, честолюбие, нечуткость, неразборчивость в средствах, обладание властью вызывают у него отвращение, хотя в то же самое время эти качества могут тайно его восхищать, потому что они олицетворяют "силу".

Таковы, следовательно, составляющие невротического "движения к людям". Теперь должно быть очевидно, насколько неадекватно было бы обозначить их каким-либо одним термином: подчинением или зависимостью, ибо здесь подразумевается определенный склад мыслей и чувств, образ действий, — весь образ жизни. Мы вкратце остановимся и на обратной стороне этой картины. При анализе уступчивого типа личности мы находим, что

разнообразные агрессивные наклонности глубоко вытеснены. В явном контрасте с внешней чрезмерной предупредительностью мы сталкиваемся с бессердечным отсутствием интереса к другим людям, пренебрежительным отношением к ним, бессознательными паразитическими или эксплуататорскими наклонностями, склонностью контролировать других людей и манипулировать ими, неослабевающими потребностями превосходить других людей или получать удовольствие от мстительного торжества. Естественно, вытесненные побуждения различны по типу и интенсивности. Часто они возникают в ответ на неблагоприятный ранний опыт общения с другими людьми. Например, история их развития будет часто указывать на вспышки раздражения, имевшие место в возрасте до пяти или восьми лет, которые затем исчезли, уступив место полному послушанию. Но агрессивные наклонности также подкрепляются и усиливаются более поздними переживаниями, поскольку враждебность постоянно поддерживается многими источниками. Если бы мы в данном месте стали вдаваться во все эти обстоятельства, они завели бы нас слишком далеко в сторону; здесь достаточно сказать, что стремление держаться в тени и "добродетельность" располагают к тому, чтобы человеку "наступали на ноги" и использовали его для своих целей, далее, эта зависимость от других делает человека исключительно уязвимым, что, в свою очередь, порождает у него чувство, что им пренебрегают, его унижают всякий раз, когда он не получает с избытком необходимые ему знаки расположения, любви, привязанности или одобрения.

Когда я говорю, что все эти чувства, побуждения, отношения "вытеснены", я использую этот термин в фрейдовском значении, подразумевая, что человек не только не осознает их, но и настолько заинтересован никогда не осознавать, что с тревогой следит, чтобы никакие их следы не приоткрылись ни ему, ни другим. Каждое вытеснение, таким образом, ставит перед нами вопрос: почему человек заинтересован в вытеснении определенных сил, действующих внутри него? В случае уступчивого типа мы можем найти несколько ответов. Большинство из них мы сможем понять лишь позднее, когда мы приступим к обсуждению идеализированного образа и садистских наклонностей. Что понятно уже здесь, так это то, что чувства или выражения враждебности обычно угрожают потребности человека нравиться другим и самому относиться к ним с симпатией. Кроме того, любая разновидность

агрессивного повеления или даже просто самоутверждения будет казаться ему эгоистичной. Он сам будет осуждать такое поведение и, следовательно, будет чувствовать, что другие также осуждают его. А он не может пойти на риск такого осуждения, потому что все его самоуважение слишком сильно зависит от одобрения окружающих.

Вытеснение всех чувств и импульсов, связанных с самоутверждением, мстью и честолюбием, имеет еще одну функцию. Это одна из многих предпринимаемых невротиком попыток устранить свой конфликт и создать вместо него ощущение единства, согласия, цельности. Стремление к внутреннему единству — не мистическое желание, а желание, вызванное практической необходимостью реальной жизни и невозможностью жить, когда человека постоянно раздражают противоположные стремления и вследствие этого он доходит до ощущения крайнего ужаса — быть расщепленным на части. Господство одной склонности, достигаемое путем подавления всех противоречащих ей элементов, является бессознательной попыткой организовать личность. Оно составляет одну из основных попыток разрешить невротические конфликты.

Итак, мы уже обнаружили двойную заинтересованность в поддержании строгого контроля над всеми агрессивными импульсами: иначе весь образ жизни человека будет подвергнут опасности, а его искусственное единство — взорвано. И чем разрушительнее агрессивные склонности, тем настоятельнее необходимость изгнать, уничтожить их. Такой человек будет ударяться в другую крайность, никогда не показывая, что он чего-либо хочет для себя, никогда не отвергнет просьбу, будет всегда стремиться всем угодить, всегда держаться в тени и так далее. Другими словами, тенденции уступать другим, умиротворять их усиливаются; они становятся еще более навязчивыми и утрачивают свою избирательность.

Естественно, все эти бессознательные усилия не могут помешать действию или самоусилению вытесненных импульсов. Но они придают им такие способы выражения, которые соответствуют общей структуре. Человек будет предъявлять требования, "потому что он так несчастен", или он будет тайно властвовать под видом проявления "любви". Накопившаяся вытесненная враждебность может также проявляться во вспышках большей или меньшей силы: от периодически возникающей раздражитель-

ности до взрывов гнева. Эти взрывы, хотя они и не вписываются в картину доброты и мягкости, самому человеку предоставляются полностью оправданными. И, исходя из его предпосылок, он совершенно прав. Не понимая, что его требования к другим чрезмерны и эгоистичны, он не может временами не чувствовать, что с ним обходятся настолько несправедливо, что он просто не может этого больше выносить. Наконец, если вытесненная враждебность достигает силы слепой ярости, она может дать начало всем видам функциональных расстройств, таким как головные боли или болезни желудка.

Большая часть характерных черт уступчивого вида имеет, таким образом, двойную мотивацию. Например, когда он подчиняется, он делает это, чтобы избежать трений и, таким образом, достичь гармонии с другими; но подчинение может также быть средством полного устранения всех следов его потребности превосходить других. Когда он позволяет другим использовать его, это выражает уступчивость и "доброту", но это может также быть попыткой уйти от его собственного желания эксплуатировать других людей. Для преодоления невротической уступчивости обе стороны конфликта должны быть тщательно проработаны и в должном порядке. Из консервативных психоаналитических публикаций у нас иногда создается впечатление, что "высвобождение агрессивных побуждений" и составляет сущность психоаналитической терапии. Такой подход показывает плохое понимание сложности и, в особенности, вариативности невротических структур. Лишь для данного обсуждаемого типа оно действительно оправданно, но даже здесь его валидность ограничена. Раскрытие агрессивных побуждений оказывает освобождающее действие, но оно легко может оказаться вредным для развития человека, если такое "высвобождение" является самоцелью. За ним должна следовать тщательная проработка конфликтов, если в конечном счете должна быть достигнута интеграция личности.

Нам еще необходимо обратить внимание на то значение, которое любовь и секс имеют для людей, принадлежащих к уступчивому типу. Любовь часто представляется такому человеку единственной целью, к которой стоит стремиться и ради которой стоит жить. Жизнь без любви кажется скучной, бесполезной, пустой. Используя высказывание Фрица Виттельса, по поводу навязчивых поисков любви у невротиков, она становится призраком, за которым они гонятся, исключая из жизни все остальное. Люди,

природа, работа и любые развлечения или интересы полностью теряют свой смысл, если не присутствуют некие любовные отношения, придающие им живость и остроту. Тот факт, что в условиях нашей цивилизации такое навязчивое стремление чаще и в более яркой форме проявляется у женщин, чем у мужчин, породил представление о том, что это специфически женская страсть. В действительности она не имеет ничего общего с женской или мужской природой, а является невротическим феноменом в том смысле, что это иррациональное навязчивое влечение.

Если мы поймем структуру уступчивого типа, мы сможем понять и то, почему любовь имеет для него исключительно важное значение, почему "если это и безумие, то в своем роде последовательное". В свете его противоположно направленных тенденций любовь действительно является единственным путем, посредством которого могут быть осуществлены все невротические потребности. Она обещает удовлетворить потребность быть любимым одновременно с потребностью в доминировании (через любовь), потребность быть на вторых ролях одновременно с потребностью превосходить других (посредством безраздельной заботы о нем партнера). Она позволяет ему отреагировать все свои агрессивные побуждения, пользуясь каким-либо удобным, невинным или даже похвальным поводом, и в то же самое время позволяет ему выражать все те внушающие любовь качества, которыми он обладает. Более того, поскольку он не осознает, что его трудности и страдания проистекают из конфликтов, кроющихся внутри него, любовь манит его как надежное средство избавления от всех них: если только он сможет найти человека, который будет любить его, все станет хорошо. Нетрудно сказать, что эта надежда обманчива, но мы должны также понять логику его более или менее бессознательного рассуждения. Он думает: "Я слаб и беспомощен; до тех пор, пока в этом враждебном мире я один, моя беспомощность создает опасность и угрозу. Но если я найду кого-либо, кто будет любить меня больше всех других, опасность исчезнет, ибо он (она) защитит меня. С ним мне не нужно будет утверждать себя, ибо он будет понимать и давать мне то, что я хочу, и мне надо будет даже просить или объяснять. На деле — моя слабость станет ценным качеством, потому что он будет любить мою беспомощность, а я смогу опереться на его силу. Та инициатива, которую я просто не могу проявлять ради себя, расцветет, если она будет служить на пользу ему, или даже себе, но только потому что этого хочет он".

Он полагает (опять реконструируем это в виде словесно формулируемого рассуждения, которое частично складывается из размышлений, частично — из чувств, а частично — вполне бессознательно): "Для меня мучение быть одному. И не только потому, что я не могу в одиночку получать удовольствие. Даже более того, я чувствую себя потерянным и полным тревоги. Конечно, я могу сходить в кино один или почитать книгу в субботу вечером, но это унизительно, потому что это будет показывать, что я никому не нужен. Поэтому я должен тщательно составлять свои планы, чтобы никогда не оставаться одному в субботу вечером или в любое другое время, коли на то пошло. Но если я встречу глубоко любящего меня человека, он освободит меня от этой пытки; я никогда не буду одинок; все, что в данный момент лишено смысла, будь это приготовление завтрака, или работа, или любовование закатом, все станет радостью".

И он думает: "У меня нет уверенности в себе. Любого другого человека я всегда воспринимаю как более компетентного, более привлекательного, более одаренного, чем он сам. При этом даже то, что мне удалось совершить, не имеет значения, потому что в действительности я не могу приписывать эти достижения себе. Возможно, я блефовал, или, возможно, это был просто счастливый случай. Я определенно не могу поверить, что смогу это сделать еще раз. И если люди действительно узнают меня, мне от этого не будет никакой пользы. Но если бы я нашел кого-либо, кто любил бы меня таким, какой я есть, и для кого я бы был самым важным в жизни, тогда я бы кем-то стал". Поэтому неудивительно, что любовь обладает всей притягательностью миража. Неудивительно, что за нее должны цепляться, предпочитая ее тяжелому процессу изменения изнутри.

Сексуальные отношения как таковые, помимо их биологической функции, ценны тем, что дают человеку доказательство его желанности для другого. Чем сильнее у уступчивого типа тенденция к отстраненности, то есть опасение своей эмоциональной вовлеченности, или чем более он потерял надежду быть любимым, тем вероятнее, что простая сексуальность будет заменять ему любовь. Она станет для него тогда единственным путем к человеческой близости и будет переоцениваться им, подобно любви, за свою способность решить все проблемы.

Если мы будем осторожны, чтобы избежать двух крайностей: крайности считать вполне естественным, когда пациент целиком

сосредоточивается на любви, и крайности ее отрицания как "невротической", — то мы увидим, что ожидания уступчивого типа в этом отношении логически вытекают из его философии жизни. И слишком часто — или всегда? — в невротических проявлениях мы обнаруживаем, что рассуждение пациента, сознательное или бессознательное, является безупречным, но основывается на ложных предпосылках. Ложность этих предпосылок заключается в том, что он ошибочно принимает свою потребность в любви и привязанности и все, что вытекает из нее, за подлинную способность любить и что он полностью упускает свои агрессивные и даже разрушительные наклонности. Другими словами, он упускает весь невротический конфликт. Что он ожидает, так это покончить с вредными последствиями нерешенных конфликтов, ничего не меняя в самих конфликтах, — позиция, характерная для любой невротической попытки решения. Вот почему эти попытки неизбежно обречены на неудачу. Что касается любви как средства решения, необходимо, однако, сказать следующее. Если человеку уступчивого типа посчастливится найти партнера, обладающего одновременно и силой, и добротой, или чей невроз соответствует его собственному, его страдания могут стать значительно слабее, и он, возможно, познает свою скромную долю счастья. Но, как правило, взаимоотношения, от которых он ожидает рая на земле, лишь погружают его в еще более глубокое несчастье. Слишком велика вероятность того, что он привнесет в эти взаимоотношения свои конфликты и, таким образом, разрушит их. Даже самая благоприятная возможность может в лучшем случае лишь несколько облегчить переживаемые им страдания: до тех пор, пока его конфликты не разрешены, его развитие будет блокировано.

ДВИЖЕНИЕ ПРОТИВ ЛЮДЕЙ

При обсуждении второго типа базального конфликта — тенденции двигаться против людей — мы, как и ранее, будем продолжать исследовать здесь тот тип, у которого доминируют агрессивные наклонности.

Точно так же, как уступчивый тип всячески цепляется за веру в то, что "люди хорошие", и обречен постоянно испытывать удары, видя свидетельства противоположного, так и агрессивный тип принимает как само собой разумеющееся, что все люди настрое-

ны враждебно, и отказывается признавать, что это не так. Для него жизнь является борьбой всех против всех; "Всяк за себя и к черту отстающих". Допускаемые им изредка исключения из этого правила делаются неохотно и с оговорками. Его истинное отношение к другим иногда носит вполне очевидный характер, но чаще оно скрыто за внешним лоском учтивой вежливости, справедливости и доброго товарищества. Этот "фасад" может представлять собой Макиавеллиеву уступку целесообразности. Однако, как правило, он представляет собой смесь притворства, искренних чувств и невротических наклонностей. Желание заставить других считать себя славным малым может сочетаться с некоторой долей действительной доброжелательности, но только до тех пор, пока ни у кого не возникает возражения по поводу того, что он сам командует. Могут присутствовать и элементы невротической потребности в любви, привязанности и одобрении, поставленные на службу агрессивным целям. Уступчивому типу никакой такой "фасад" не требуется, потому что его ценности так или иначе совпадают с социально одобряемыми ценностями или христианскими добродетелями.

Чтобы в полной мере оценить тот факт, что потребности агрессивного типа также навязчивы, как и потребности уступчивого типа, мы должны осознать, что их в столь же большой степени вызывает базальная тревожность, как и в первом случае. Это следует подчеркнуть, потому что компонент страха вполне очевидный в случае уступчивого типа, никогда не признается или не обнаруживается в рассматриваемом нами теперь типе. У него все направлено на то, чтобы становиться все более негибким, твердым и жестким или, по крайней мере, казаться таковым.

В основе его потребности лежит ощущение мира как арены, где выживают, в дарвиновском смысле, лишь наиболее приспособленные, а сильные уничтожают слабых. Да, роль цивилизации, в которой живет человек, в выживании значительна, но в любом случае преследование своекорыстных целей является высшим законом. Отсюда его главной потребностью становится потребность управлять другими. Вариации в способах управления бесконечны. Это может быть как прямое проявление власти, так и косвенное манипулирование под видом сверхзаботливости или обязывания людей. Он может предпочитать власть человека, "стоящего за треном". Он может стремиться к тому же, делая ставку на свой интеллект, поскольку твердо верит, что посредством раз-

ма или предвидения со всем можно справиться. Конкретная форма его контроля частично зависит от его природных способностей. Частично же она представляет собой сочетание конфликтующих наклонностей. Если, например, человек склонен к отстраненному поведению, он будет одновременно избегать прямого доминирования, потому что оно представляет слишком близкий контакт с другими людьми, или у него имеется сильная скрытая потребность в любви и привязанности, предпочтение также получают косвенные методы. Если же он стремится к власти, стоя "за тронем", то это указывает на садистские наклонности, поскольку здесь подразумевается использование других людей в качестве средств для достижения своих целей.

Вместе с тем, он нуждается в ощущении превосходства, в успехе, престиже или любой иной форме признания. Стремления такого рода часто ориентированы на власть, в той мере, в какой успех и престиж дают человеку власть в обществе, основанном на соперничестве. Но они также придают субъективное чувство силы, возникающее в результате получения подтверждения извне, внешних знаков приветствия и самого факта превосходства. Здесь, как и в уступчивом типе, центр тяжести лежит вне самого человека, отличие только в той форме подтверждения, которую он хочет получить от других. Надежды первого типа фактически также тщетны, как и второго. Когда люди удивляются, почему успех несколько не прибавил им чувства защищенности, они лишь показывают свое психологическое невежество, но сам факт, что они так думают, указывает, до какой степени успех и престиж общепризнанны в качестве мерила благополучия.

Сильно выраженная потребность эксплуатировать других, стремление перехитрить кого-то и использовать в своих целях составляют часть общей картины. Любая ситуация или любые отношения рассматриваются с точки зрения "что я могу от этого получить" — относится ли она к деньгам, престижу, контактам или идеям. Сам человек сознательно или полусознанно убежден, что все действуют подобным образом, и потому единственное, что имеет значение, — делать это успешнее остальных. При этом качества, которые развиваются у него, почти диаметрально противоположны качествам уступчивого типа. Он становится жестким и неуступчивым или делает такой вид. Все чувства — как свои собственные, так и чувства других людей — он считает "жалкой сентиментальностью". Любовь, с его точки зрения, играет не-

значительную роль. Не то чтобы он никогда не "влюбляется", или никогда не имеет любовных связей, или никогда не вступает в брак, но его первейшая забота состоит в том, чтобы иметь такую супругу, которая своей привлекательностью, престижем в обществе или богатством сможет упрочить его собственное положение. Он не видит причины, чтобы заботиться о ком-то другом. "Почему я должен о ком-то заботиться? Пусть они сами о себе заботятся". По поводу старой этической проблемы, когда из двух человек на плоту может выжить лишь один, он сказал бы, что, конечно же, он постарался спасти свою собственную шкуру, не будучи глупцом или лицемером. Ему невыносима сама мысль признаться в том, что он испытывает какой-либо страх, и он найдет решительные способы поставить его под контроль. Он может, например, заставить себя остаться в пустом доме, хотя ужасно боится грабителей, он может упорствовать в верховой езде до тех пор, пока не преодолеет свой страх перед лошадьми; он может умышленно прогуливаться вдоль болот, где, как известно, водятся змеи, чтобы избавиться от своего ужаса перед ними.

В то время как уступчивый тип имеет тенденцию все улаживать, агрессивный тип делает все возможное, чтобы быть хорошим борцом. Он проявляет живость и остроту в споре и с готовностью вступит в него ради доказательства, что он прав. Он может быть на высоте, будучи загнан в угол, когда не имеет другого выбора, кроме как сражаться. В противоположность уступчивому типу, которого страшит победа, он плохо переносит проигрыш и безусловно хочет победы. Он с такой же готовностью обвиняет других, с какой первый тип склонен винить себя. Ни в том, ни в другом случае вопрос о виновности не имеет никакого значения. Уступчивый тип, когда он признает свою вину, на самом деле несколько не считает себя виновным, но стремятся все как-нибудь уладить миром. Сходным образом агрессивный тип совсем не убежден, что не прав другой человек, он просто утверждает собственную правоту, поскольку он нуждается в ней как в основе субъективной уверенности главным образом по тем же самым причинам, по которым армии требуется безопасная позиция, чтобы начать атаку. Признать ошибку в том случае, когда это не является абсолютно необходимым, представляется ему непростительным проявлением слабости, если не отъявленной глупостью.

В соответствии с его установкой на необходимость борьбы против злобного мира, он должен развить в себе острое чувство

реализма — на свой лад. Он никогда не будет столь "наивным", чтобы упустить, не отметив, в других малейшего проявления честолюбия, жадности, невежества или чего-либо еще, что могло бы воспрепятствовать его собственным целям. Поскольку в цивилизации, основанной на соперничестве, подобные качества намного более распространены, чем истинная порядочность, он оправдывает себя тем, что всего лишь является реалистом. В действительности, конечно, он столь же односторонен, как и уступчивый тип. Другую грань его реализма составляет то значение, которое он придает планированию и предвидению. Подобно всякому хорошему стратегу, он в каждой ситуации тщательно взвешивает собственные шансы, силы своих противников и возможные ловушки.

Поскольку им постоянно движет стремление к утверждению себя как самого сильного, самого проницательного или пользующегося всеобщей любовью человеком он пытается развить в себе необходимые для этого умения и изобретательность. Энергия и ум, которые он вкладывает в свою работу, могут создавать ему репутацию высокоуважаемого сотрудника или делать успешным его собственный бизнес. Однако производимое им впечатление полной поглощенности интересами своей работы будет в некотором смысле обманчивым, ибо для него работа является лишь средством достижения цели. Он не любит то, что он делает, и не получает от этого никакого удовольствия, что согласуется с его попыткой вообще исключить чувства из своей жизни. Такое удушение всех чувств приводит к двойственному результату. С одной стороны, это несомненно целесообразно с точки зрения успеха, так как позволяет ему функционировать подобно хорошо смазанной машине, неустанно работая на то, что принесет ему еще больше власти и престижа. Чувства здесь могли бы помешать. Они могли бы толкнуть на такое направление работы, которое сулит меньше выгоды; они, возможно, заставили бы его отказываться от использования тех средств, которые столь часто применяются на пути к успеху; они, возможно, ввели бы его в соблазн отказаться от своей работы ради наслаждения природой или искусством или ради общения с друзьями вместо лиц, полезных для его целей. С другой стороны, та эмоциональная обедненность, которая возникает в результате удушения чувств, не может не оказать своего влияния на качество его работы; она определенно будет ослаблять его творческие силы.

Агрессивный тип производит впечатление человека, полнос-

тью лишённого внутренних запретов. Он может добиваться удовлетворения своих желаний, отдавать приказание, выражать гнев, защищать себя. Но в действительности у него ничуть не меньше внутренних запретов, чем у уступчивого типа. Тот факт, что присущие ему внутренние запреты тотчас не бросаются нам в глаза, говорит не очень-то в пользу нашей цивилизации. Они лежат в эмоциональной сфере и относятся к его способности дружить, любить, питать привязанности, проявлять сочувственное понимание, испытывать бескорыстное наслаждение. Последнее он отбрасывает как пустую трату времени.

Он чувствует себя сильным, честным и реалистичным человеком, и все это действительно так, если смотреть на вещи его глазами. Исходя из принятых им предпосылок, он оценивает себя строго ЛОГИЧНО, так как безжалостность для него является силой, отсутствие заботы о других — честностью, а преследование собственных целей любыми средствами — реализмом. Его представление относительно своей честности частично вытекает из пронизательного разоблачения свойственного современному обществу лицемерия. Энтузиазм по поводу какого-либо общего дела, филантропические чувства и тому подобное он воспринимает как чистое притворство, и для него не составляет труда разоблачать социальные лозунги или христианскую добродетель, показывая, что за ними так часто скрывается на самом деле. Его система ценностей строится на основе философии джунглей. Сила даёт право. Отбрось гуманность и жалость. *Nomo homini lupus est.* Здесь мы встречаем ценности такого рода, которые не очень отличаются от хорошо знакомых нам на примере нацизма.

В склонности агрессивного типа отвергать реальную симпатию и доброжелательности, точно так же, как их ложных двойников — уступчивость и покладистость, — есть своя субъективная логика. Но было бы ошибочным утверждать, что он не может провести различия между ними. Когда он встречается с несомненно дружеским расположением в сочетании с силой, он вполне способен к признанию и уважению его. Все дело в том, что он уверен, что чрезмерная разборчивость в этом отношении противоречила бы его интересам. Оба эти типа отношений представляются ему помехами в борьбе за выживание.

И все же почему он столь яростно отвергает более нежные человеческие чувства? Почему ему так претят внешние выражения любви и привязанности у других людей? Почему он полон

презрения, когда кто-либо обнаруживает симпатию в неподходящий, как он считает, момент? Он действует подобно человеку, который прогоняет нищих от своей двери, потому что они разрывают его душу. -Он и в самом деле может быть в буквальном смысле грубым с нищим, он может отказать в простейшей просьбе, причем с горячностью, явно несоразмерной поводу. Такого рода реакции для него типичны, их легко можно наблюдать по мере того, как агрессивные наклонности становятся в ходе анализа менее ригидными. В действительности он испытывает смешанные чувства по поводу "мягкости" других людей. Он и в самом деле презирает ее в них, но он также и приветствует это чувство, потому что оно открывает ему еще больший простор в достижении собственных целей. Иначе по какой другой причине он так часто испытывал бы тягу к уступчивому типу, точно так же, как этот последний столь часто тянется к нему? Причина чрезмерности его реакции заключается в том, что она связана с его потребностью бороться в себе с малейшей чувствительностью. Нище дает нам хорошую иллюстрацию движущих сил этого типа, когда заставляет своего сверхчеловека относиться к любой форме симпатии "как к разновидности пятой колонны, как к врагу, действующему внутри него. Для человека такого типа "мягкость" означает не только искреннюю любовь, привязанность, жалость и тому подобное, но и все, что подразумевается под потребностями, чувствами и принципами уступчивого типа. В случае с нищим, например, он будет испытывать побуждение высказать искреннее сочувствие, ощутит потребность исполнить его просьбу, почувствует, что он должен помочь. Но существует еще более настоятельная потребность — оттолкнуть от себя все эти чувства, и в результате он не только отказывает в просьбе, но и оскорбляет при этом.

Надежду связать в единое целое свои расходящиеся побуждения, которую уступчивый тип видит в любви, агрессивный тип ищет в признании. Признание не только обещает ему утверждение себя, в котором он нуждается, но и открывает перед ним дополнительный соблазн быть любимым другими и быть способным в свою очередь любить их. Поскольку ему кажется, что признание таким образом несет решение его конфликтов, оно становится тем спасительным миражом, за которым он устремляется.

Внутренняя логика его борьбы в принципе такова же, что и внутренняя логика уступчивого типа, и поэтому ее достаточно лишь кратко обрисовать здесь. Для агрессивного типа любое

чувство симпатии, или обязанность быть "хорошим", или покорность кому-то были бы в принципе несовместимы со структурой той жизни, которую он построил, и могли бы подорвать ее основы. Кроме того, появление этих противостоящих тенденций прямо поставило бы его перед базальным конфликтом и, таким образом, разрушило бы всю ту организацию, которую он так тщательно выстраивал, организацию ради единства. Следствием будет то, что вытеснение относительно более "мягких" наклонностей усилит наклонности агрессивные, придав им еще более навязчивый характер. Если два типа личности, которые мы обсудили, представляются нам теперь достаточно ясно, мы можем видеть, что они образуют полярные крайности. То, что составляет предмет желания у одного типа, вызывает отвращение у другого. Первый тип вынужден любить каждого, второй — считать всех своими потенциальными врагами. Первый тип любой ценой пытается избежать борьбы, другой считает борьбу естественным элементом своей жизни. Первый тип держится за страх и беспомощность, второй пытается их отбросить. Побуждения первого, хотя и невротические, отвечают гуманным идеалам, побуждения второго — "философии джунглей". Но тем не менее ни один из этих вариантов не избран свободно: каждый имеет навязчивый и негибкий характер, задан внутренней необходимостью. Между ними нет такой средней точки, где они могли бы встретиться.

Теперь мы готовы сделать шаг, к которому привело нас наше описание типов и ради которого мы их обсуждали. Мы намеревались раскрыть, в чем состоит базальный конфликт, и до сих пор видели лишь две его стороны, проявляющиеся в качестве преобладающих наклонностей в разных типах личности. Шаг, который необходимо сейчас предпринять, заключается в том, чтобы показать человека, у которого эти два противоположных ряда отношений и ценностей задействованы в равной мере. Неясно, не будет ли такой человек разрываться между двумя диаметрально противоположными направлениями настолько, что вообще утратит способность функционировать? В таком случае с ним действительно произошло бы расщепление, и все его способности к действию были бы парализованы. Попытка устранения одного из двух рядов противоположных ценностей и отношений переводит его в ту или иную из описанных нами категории; это один из тех путей, которым он пытается решить свои конфликты.

ДВИЖЕНИЕ ОТ ЛЮДЕЙ

Третьим ликом базального конфликта является потребность в отстранении, "движение от людей". Прежде чем исследовать эту потребность в рамках того типа, для которого она стала доминирующей, мы должны понять, что подразумевается под невротической отстраненностью. Это, конечно же, не просто желание человека побыть одному, возникающее время от времени. Каждый, кто относится к себе и к жизни серьезно, хочет временами побыть один. В современной цивилизации наше внимание настолько поглощают внешние обстоятельства, что мы имеем слабое представление об этой потребности, но открываемые ею возможности в плане личностного осуществления подчеркивались философскими и религиозными учениями во все времена. Желание наполненного смыслом уединения никоим образом не является невротическим, напротив, большинство невротиков уклоняются от углубления внутрь себя, и неспособность к конструктивному уединению сама по себе является признаком невроза. Лишь в том случае, если при общении с людьми возникает невыносимое напряжение, а одиночество становится прежде всего средством избежать его, желание быть одному указывает на невротическую отстраненность. Некоторые из особенностей, свойственных крайней степени отстраненности человека, настолько характерны для него, что психиатры склонны рассматривать их как принадлежащие исключительно отстраненному типу. Наиболее очевидная из этих особенностей — общее отчуждение от людей. У лиц такого типа эта черта бросается в глаза, потому что они особенно ее подчеркивают, но в действительности отчуждение у них не больше, чем при других типах неврозов. Например, относительно тех двух типов, которые обсуждались нами, было бы невозможно сказать, какой из них более отчужден. Мы можем лишь сказать, что эта характерная черта скрыта у уступчивого типа и что он бывает удивлен и испуган, когда обнаруживает ее, потому что его страстная потребность в близости заставляет его горячо верить в то, что не существует никакой дистанции, отделяющей его от других. В конечном счете отчуждение от людей указывает лишь на то, что человеческие отношения нарушены. Но это имеет место во всех неврозах. Степень отчуждения больше зависит от тяжести расстройства, чем от той конкретной формы, которую принимает невроз.

Другой особенностью, которая часто рассматривается как специфическая черта отстраненного типа, является отчуждение от себя, то есть нечувствительность к эмоциональным переживаниям, неопределенность в том, кто он такой, что он любит или ненавидит, чего хочет и опасается, на что надеется и негодует, во что верит. Такое самоотчуждение также является общим для всех невротиков. Любой человек в той степени, в которой он является невротиком, подобен дистанционно управляемому самолету, и потому он склонен терять связь с самим собой. Людей отстраненного типа вполне можно уподобить зомби из верований гаитян — мертвецам, оживленным с помощью колдовства: они могут выполнять работу и вообще функционировать, подобно живым людям, но жизни в них нет. Другие к тому же могут вести сравнительно богатую эмоциональную жизнь. Поскольку существуют такие вариации, мы также не можем рассматривать самоотчуждение как присущее исключительно отстраненному типу. То общее, что объединяет всех людей отстраненного типа, заключается совсем в другом. Это их способность смотреть на себя с неким объективным интересом, как если бы человек смотрел на какое-либо произведение искусства. Возможно, лучше всего описать его, сказав, что по отношению к себе они занимают ту же самую позицию "зрителя", которую они заняли по отношению к жизни в целом. Поэтому они часто могут быть превосходными наблюдателями в отношении процессов, которые происходят внутри них. Блестящим примером этого является то сверхъестественное проникновение в символику сновидений, которое они часто демонстрируют.

Ключевым моментом здесь является их внутренняя потребность устанавливать эмоциональную дистанцию, отделяющую их от других людей. Точнее, это их сознательная и бессознательная решимость никоим образом не допустить эмоциональной вовлеченности в дела других людей, касается ли это любви, борьбы, сотрудничества или соревнования с ними. Они проводят вокруг себя своего рода магический круг, внутрь которого никто не может проникнуть. И вот почему внешне они могут "ладить" с людьми. Навязчивый характер этой потребности проявляется в их реакциях тревоги, когда внешний мир вторгается в их жизнь.

Все те потребности и качества, которые они приобретают, поставлены на службу этой главной потребности — избежать вовлеченности. Одной из наиболее поразительных из них является

потребность в самодостаточности. Ее наиболее позитивным выражением является изобретательность. Агрессивный тип также имеет тенденцию к изобретательности, но смысл ее иной; для него это предпосылка, необходимая, чтобы проложить свой путь во враждебном мире и в столкновении с другими победить их. У отстраненного типа изобретательность имеет тот же смысл, что и у Робинзона Крузо: он должен быть изобретательным, чтобы выжить. Это единственный способ, которым он может компенсировать свою изоляцию.

Более рискованный способ сохранения самодостаточности состоит в сознательном или бессознательном ограничении своих потребностей. Мы лучше поймем различные шаги в этом направлении, если будем помнить, что основополагающий принцип здесь

никогда не быть связанным с кем-либо или с чем-либо настолько, чтобы этот человек или это дело стали для него незаменимыми. Это поставило бы отчужденность под угрозу. Лучше, чтобы его вообще ничто особенно не трогало. Например, отстраненный человек может быть способен испытывать удовольствие, но, если оно хоть как-то зависит от других, он предпочтет воздержаться от него. Он может с удовольствием время от времени проводить вечер с немногими друзьями, но он не выносит широкого круга общения и социальных функций. Сходным образом он избегает соперничества, престижа и успеха. Он склонен ограничивать себя в еде, напитках и житейских привычках, поддерживая их на таком уровне, который не требует от него чрезмерных затрат времени или энергии на заработки необходимых средств. Он может глубоко негодовать по поводу болезни, воспринимая ее унижение, поскольку она вынуждает его зависеть от других. Он может настаивать на получении знаний по любому предмету из первых рук: например, вместо того, чтобы принять на веру, что говорят или пишут о России другие, он захочет сам все увидеть и услышать. Такая позиция порождает бы завидную внутреннюю независимость, если бы не доходила до абсурда, как в случае с отказом спросить о дороге в незнакомом городе.

Другой с ярко выраженной потребностью является его потребность в уединении. Он похож на человека, который, проживая в отеле, крайне редко снимает со своей двери табличку "Прошу не беспокоить". Даже книги могут восприниматься как нарушители спокойствия, как нечто, привнесенное извне. Его может шокировать любой вопрос относительно его личной жизни; он

имеет тенденцию окутывать себя покрывалом таинственности. Однажды пациент рассказал мне, что в возрасте 45 лет ему все еще была ненавистна мысль о всеведении Бога, как и тогда, когда мать сказала ему, что Бог видит сквозь занавески, как он кусает свои ногти. Это был пациент, отличавшийся крайней скрытностью в отношении даже самых незначительных деталей своей жизни. Отстраненный человек может испытывать острое раздражение, если другие люди ведут себя с ним так, словно он им что-то должен, — это воспринимается им как нажим. Как правило, он предпочитает работать, спать, есть в одиночку. В полную противоположность уступчивому типу он терпеть не может делиться своими переживаниями - другой человек только мешает ему. Даже когда он слушает музыку, гуляет или беседует с другими, настоящее удовольствие приходит к нему лишь позднее, став событием прошлого.

И самодостаточность, и уединение служат его наиболее насущной потребности — потребности в полной независимости. В своей независимости он видит позитивную ценность. И она несомненно обладает обоими ценными качествами. Ибо безотносительно к тому, каковы его недостатки, отстраненный человек определенно не является на все согласным автоматом. Его отказ слепо соглашается вместе с его уходом от соперничества и борьбы действительно придают ему определенную целостность. Заблуждением здесь является то, что он рассматривает свою независимость как самоцель и игнорирует тот факт, что ее ценность в конечном счете определяется тем, что он с ней делает. Его независимость, как и феномен отстраненности в целом (частью которого она является), сориентирована на отрицание: она направлена на то, чтобы на нее не оказывали влияния, чтобы ее не понуждали, не обязывали.

Подобно любой другой невротической склонности, потребность в независимости имеет навязчивый характер и лишена избирательности. Она проявляет себя в сверхчувствительности ко всему, что хоть каким-либо образом напоминает принуждение, попытку оказать влияние, обязать к чему-то и так далее. Степень его чувствительности является хорошей мерой степени его отстраненности. Что именно воспринимается как стесненность и принуждение — это может варьироваться у разных людей. Такое чувство может вызвать физическое давление от воротничка, галстука, пояса, туфель. Любая помеха в его поле зрения может

возбуждать ощущение препятствия, ограничения, нахождение в туннеле или в шахте может вызвать тревогу. Чувствительность такого рода не объясняет целиком клаустрофобию, но во всяком случае она лежит в ее основе. Отстраненный человек, если возможно, избегает долгосрочных обязательств, трудным делом для него является подписание контракта, заключение аренды сроком более года, женитьба. Женитьба для такого человека, конечно, в любом случае опасное предприятие, поскольку с ней связана человеческая близость, хотя потребность в защите или вера в то, что партнер будет полностью подходить к его особенностям, может уменьшить этот риск. Часто перед совершением бракосочетания возникает приступ паники. Время с его неумолимым ходом по большей части воспринимается как фактор принуждения; при этом может вырабатываться привычка опаздывать на работу на пять минут, чтобы сохранить иллюзию своей свободы. Угроза таится в расписаниях, пациенты отстраненного типа получают удовольствие от рассказа о человеке, который отказался сверяться с расписанием и всегда приезжал на станцию, когда это было ему удобно, предпочитая ждать там следующего поезда. Если от него ожидают, что он что-то сделает или будет вести себя определенным образом, это вызывает у него чувство дискомфорта и непокорности, независимо от того, высказаны ли такие ожидания на самом деле или он просто предположил их существование. Например, обычно он может любить дарить подарки, но будет забывать о подарках на день рождения или на рождество, потому что их от него ожидают. Необходимость подчиняться принятым правилам поведения или традиционным ценностям вызывает у него отвращение. Он будет соблюдать их, чтобы избежать трений, но в своей душе он упрямо отвергает все общепринятые правила и стандарты. Наконец, совет воспринимается им как давление на него и вызывает сопротивление, даже если он совпадает с его собственными желаниями. Сопротивление в этом случае может также быть связано с сознательным или бессознательным желанием расстроить планы других.

Потребность ощущать свое превосходство, хотя она и составляет общую черту невроза, здесь следует подчеркнуть особо, в силу ее неразрывной связи с отстраненностью. Выражения типа "замок из слоновой кости" и "гордое одиночество" свидетельствуют о том, что даже в обычном языке отстраненность и позиция превосходства почти всегда связаны. Вероятно, никто не

сможет вынести одиночество, если не обладает особенной силой воли и ума и не ощущает своей уникальной значимости. Это подтверждается клинической практикой. Если у отстраненного человека временно поколеблено чувство собственного превосходства либо в результате какой-то конкретной неудачи, либо вследствие усиления внутренних конфликтов, он будет неспособен выносить одиночество и начнет лихорадочно добиваться любви, привязанности и защиты. Колебания такого рода часто присутствуют в истории его жизни. В юности и в самые молодые годы у него могло быть мало даже довольно поверхностных дружеских связей. Он мог вообще вести изолированную жизнь, не испытывая при этом никаких особых неудобств. Он мог фантазировать, как в будущем совершит нечто исключительное. Но позднее эти мечты разбились о скалы реальной действительности. Хотя в средней школе он бесспорно претендовал на первое место, в колледже он столкнулся с серьезным соперничеством и отказался от борьбы. Его первый опыт любовных взаимоотношений оказался неудачным. Или он осознал по мере взросления, что его мечты на деле не осуществляются. Тогда отчуждение стало невыносимым, и его охватила навязчивая потребность в человеческой близости, сексуальных отношениях, браке. Он был согласен переносить любое унижение, лишь бы только его любили. Когда такой человек обращается за психоаналитическим лечением, сразу браться за его отстраненность нельзя, хотя она по-прежнему заметно выражена и очевидна. Все, чего он хочет вначале, — это чтобы ему помогли найти любовь в той или иной форме. Лишь почувствовав себя значительно сильнее, он с огромным облегчением обнаруживает, что для него гораздо предпочтительнее "жить одному и что такая жизнь ему нравится". Возникает такое впечатление, что он просто возвращается к своей прежней отстраненности. Но в действительности дело заключается в том, что он впервые чувствует себя достаточно уверенно для того, чтобы признаться, хотя бы перед самим собой, что одиночество — это именно то, чего он хочет. И тогда наступает подходящий момент для начала проработки его отстраненности.

В случае человека отстраненного типа потребность в превосходстве имеет определенные специфические черты. Питая отвращение к соперничеству и борьбе, он не хочет реального превосходства, достигаемого посредством соответствующих усилий. Скорее ли полагает, что сокровища, заключенные в нем самом,

должны получить признание без какого-либо усилия с его стороны: его скрытое величие должно ощущаться без того, чтобы он хотя бы шевельнул пальцем.

Другой формой выражения чувства собственного превосходства является ощущение своей уникальности. Это прямой результат его стремления чувствовать себя отдельно от других и не таким, как другие. Он мог бы сравнить себя деревом, одиноко стоящим на вершине холма, в то время как в лесу деревья, растущие ниже, сдерживаются деревьями, растущими выше. Там, где уступчивый тип глядит из другого человека с молчаливым вопросом, "понравлюсь ли я ему?", а человек агрессивного типа хотел бы узнать: "насколько силен этот противник?" или "Может ли он быть мне полезен?" — отстраненного человека в первую очередь заботит: "Не помешает ли он мне? Станет ли он оказывать на меня влияние или оставит меня в покое?" Эмоциональная жизнь отстраненного человека не укладывается в определенные рамки так же строго, как жизнь других описанных типов. Индивидуальные вариации в этом случае более разнообразны главным образом потому, что в противоположность двум другим, доминирующие наклонности которых направлены на позитивные цели: любовь, привязанность, близость у первого типа, выживание, доминирование, успех у второго типа, — его цели негативны: он хочет не быть ничем связанным, ни в ком не нуждаться, не позволять другим вмешиваться в его жизнь или оказывать на него влияние. Поэтому эмоциональная картина его жизни будет зависеть от того, какие конкретные желания получили развитие или были оставлены внутри этой системы негативных ценностей, так что можно назвать лишь весьма ограниченное число тенденций, неотъемлемо присущих отстраненности как таковой.

Имеет место общая тенденция подавлять всякое чувство, даже отрицать его существование.

Отбрасывание чувств относится главным образом к чувствам, питаемым к другим людям, и распространяется как на любовь, так и на ненависть. Оно является логическим следствием потребности сохранять эмоциональную дистанцию по отношению к другим, так как сильная любовь или ненависть, переживаемые на сознательном уровне, приводят либо к близкому контакту с другими людьми, либо к конфликту с ними. Здесь уместен термин Г.С.Салливана "механизмы дистанции". Из этого необязательно следует, что чувства будут подавляться в области человеческих

отношений и станут активно проявляться в сфере книг, животных, природы, искусства, пищи и так далее. Но существует значительная опасность этого. Может быть так, что для человека, способного на глубокое и страстное душевное волнение, невозможно подавлять лишь один сектор своих чувств, наиболее критический, пока не пройден весь путь к полному подавлению всяких чувств вообще. Это умозрительное рассуждение, но нижеследующее явно отвечает истине. Художники отстраненного типа, демонстрировавшие в свои творческие периоды, что они могут не только глубоко чувствовать, но также способны передавать, выражать свои чувства, нередко проходили через периоды (обычно в юности) полной эмоциональной бесчувственности либо же яростного отрицания всякого чувства. Творческие периоды, по-видимому, имеют место тогда, когда после нескольких оказавшихся роковыми попыток установить близкие отношения они либо умышленно, либо произвольно приспособливают свою жизнь к отстраненности, то есть когда они сознательно или бессознательно принимают решение держаться от других людей на расстоянии или примиряются с почти изолированным образом жизни. Теперь, находясь на безопасном расстоянии от других, они могут дать свободу выражения множеству чувств, не связанных напрямую с человеческими отношениями. Это позволяет считать, что тот отказ от всякого чувства, который имел место ранее, был необходим им, чтобы достичь позиции отстраненности. Последней характерной чертой, наблюдаемой как в анализе, так и вне его, является потрясающая сила, с которой человек защищает свою отстраненность, когда она подвергается нападкам. То же самое можно сказать о всякой невротической позиции. Но в этом случае борьба представляется более упорной, почти что борьбой не на жизнь, а на смерть, для которой должны быть мобилизованы все имеющиеся ресурсы. На самом деле тихая разрушительная борьба начинается еще до того, как отстраненность подвергается атаке. Предположение относительно еще одной причины, по которой подавление чувств может выходить за рамки сферы человеческих отношений, уже высказывалось при обсуждении проявлений самодостаточности. Любое желание, интерес или удовольствие, которое могло бы сделать отстраненного человека зависимым от других, воспринимается им как предательство, идущее изнутри, и по этой причине может сдерживаться. Как если бы прежде чем дать долю своим чувствам, каждую ситуацию следует тщательно

проверять с точки зрения возможной потери свободы. Любая угроза попасть в зависимость будет вынуждать его к эмоциональному уходу. Но когда он находит ситуацию в этом отношении достаточно безопасной, она вполне может доставить ему удовольствие. Тайный страх слишком привязаться к удовольствию или опасение косвенного ограничения свободы порой будут склонять его к аскетической жизни. Но это аскетизм особого рода, не направленный на самоотрицание или самоистязание. Скорее мы можем назвать его самодисциплиной, без которой, с учетом данных предпосылок, не обходится мудрость.

Для психического равновесия крайне важно, чтобы имелись области, открытые для спонтанного эмоционального переживания. Например, своего рода спасением могут быть творческие способности. Если их выражению препятствовали внутренние запреты и если затем посредством психоанализа и какого-либо другого опыта преграды снимаются, то благодатное воздействие этого на отстраненного человека может быть настолько сильным, что будет подобно чудесному исцелению. Однако в оценке таких излечений нужна осторожность. Прежде всего было бы ошибкой делать какие-либо обобщения по этому поводу: то, что может означать спасение для одного отстраненного человека, не обязательно имеет какой-либо подобный смысл для другого. И даже для него оно, строго говоря, не является "исцелением" в смысле радикального изменения невротических основ. Оно просто дает ему возможность вести более приятный и не столь беспокойный, как ранее, образ жизни.

Чем больше сдерживаются эмоции, тем вероятнее, что основной упор будет сделан на интеллект. Человек тогда будет ожидать, что все можно решить исключительно силой разума, как если бы простого знания собственных проблем было бы достаточно для их разрешения. Или как если бы один только разум мог устранить все беды мира! В свете всего сказанного относительно человеческих взаимоотношений отстраненного человека становится ясно, что любые тесные и длительные отношения будут подрывать его отстраненность и поэтому вполне вероятно окажутся губительными, если только его партнер не будет в равной степени отстраненным человеком и в силу этого будет добровольно уважать его потребность в дистанции или если по каким-либо другим причинам он не будет хотеть и уметь адаптироваться к таким потребностям. Сольвейг, которая с любовью, предан-

ностью и терпением ожидает возвращения Пера Гюнта, является идеальной партнершей. Сольвейг ничего от него не ждет. Ожидания с ее стороны испугали бы его так же сильно, как если бы он потерял контроль над своими чувствами. По большей части он не осознает, как мало дает он сам, и считает, что он щедро изливает подруге свои невыраженные и по сути не пережитые чувства, столь драгоценные для него. Если эмоциональная дистанция представляется ему достаточно надежной, он будет способен сохранять немалую долю преданности. Он может быть способен на интенсивные кратковременные отношения, отношения, в которых он появляется и исчезает. Они хрупки, и любое обстоятельство может ускорить его уход.

Сексуальные отношения, будучи мостиком, связывающим его с другими людьми, могут приобретать для него чрезмерно важное значение. Он будет получать удовольствие от них, если они мимолетны и не вмешиваются в его жизнь. Они должны быть отгорожены от других дел. С другой стороны он может взрастить в себе безразличие такой большой степени, что оно не допустит никакого нарушения границ. Тогда всецело воображаемые отношения могут заменить реальные. Как мы видели, каждое из трех базальных отношений имеет свою позитивную ценность. В движении к людям человек пытается создать у себя доброжелательное отношение к окружающему его миру. В движении против людей он вооружает себя для выживания в обществе, пронизанном соперничеством. В движении от людей он надеется достичь определенной целостности и безмятежности. Фактически все эти три отношения не только желательны, но и необходимы для нашего человеческого развития. Только тогда, когда они возникают и действуют в рамках невроза, они становятся навязчивыми, ригидными, теряют избирательность и приобретают взаимоисключающий характер. Это значительно уменьшает их ценность, но не уничтожает ее окончательно.

Выгоды, даваемые отстраненной позицией, действительно значительны. Не случайно во всех восточных философских учениях в отрешенности ищут основу высокого духовного развития. Конечно, мы не можем прямо сравнивать устремления такого рода с невротической отстраненностью. В первом случае отрешенность выбирается добровольно как наилучший путь к самоосуществлению, и ее выбирают люди, которые могут, если они захотят, вести иной образ жизни, с другой стороны, невротическая отстранен-

ность является не результатом выбора, а внутренне навязанным человеку и единственно возможным для него образом жизни.

Невротические наклонности, свойственные отстраненности, подобно другим невротическим наклонностям, до тех пор, пока они функционируют, дают человеку ощущение безопасности, и что, напротив, когда их функционирование затруднено, возникает тревога. До тех пор, пока отстраненный человек может сохранять дистанцию, он чувствует себя достаточно защищенным; но если по какой-либо причине граница его магического круга нарушена, его безопасность подвергается угрозе. Это соображение приближает нас к пониманию того, почему отстраненный человек впадает в панику, если он более не может удерживать эмоциональную дистанцию, отделяющую его от других людей; и мы должны добавить, что его паника столь сильна потому, что у него нет способа борьбы с жизнью.

Таким образом, отстраненность образует неотъемлемую часть базального конфликта, но одновременно является также и защитой от него. Однако данная загадка разрешается сама собой, если быть более точным и определенным. Отстраненность является защитой против двух наиболее активных сил, действующих в базальном конфликте. Здесь мы должны снова повторить утверждение, что доминирование одного из базальных отношений не препятствует существованию и действию других, противоположных отношений. В случае личности отстраненного типа мы можем видеть эту игру сил даже более ясно, чем в двух описанных выше группах. Начать с того, что противоположные стремления часто можно увидеть в истории его жизни. Прежде чем он окончательно примет позицию отстраненного человека, он часто проходит через уступчивость и зависимость, а также через периоды агрессивного и беспощадного сопротивления. В противоположность ясно определенным ценностям в случае двух других типов система его ценностей носит крайне противоречивый характер. Вдобавок к своей неизменно высокой оценке того, что он считает свободой и независимостью, в какой-то период психоанализа он может высказывать крайне высокую оценку значения человеческой добродетели, сочувствия, великодушия, самопожертвования, а в другое время переходит к законченной "философии джунглей", основанной на голом эгоизме и личной выгоде. Он сам может быть озадачен этими противоречиями, но при помощи той или иной рационализации попытается отрицать их противоречивый характер.

Таким образом, сверхважная функция невротической отстраненности заключается в том, чтобы не допускать действия и развития основных конфликтов. Она представляет собой наиболее радикальную и наиболее эффективную из защит, воздвигнутых против них. Будучи одним из многих невротических способов создания искусственной гармонии, невротическая отстраненность - это попытка решения путем избегания. Но оно не дает подлинного решения, потому что остаются навязчивые стремления к близости, а также к агрессивному доминированию, эксплуатации и превосходству над другими, и они продолжают изматывать их носителя, если не сковывать его активность вообще. Наконец, нельзя достичь никакого реального ощущения внутреннего покоя или свободы до тех пор, пока продолжают существовать противоречивые системы ценностей.

ИДЕАЛИЗИРОВАННЫЙ ОБРАЗ

Наше обсуждение основных типов отношений невротика к другим людям познакомило нас с двумя главными способами, используя которые он пытается разрешить свои конфликты или, точнее, избавиться от них. Один из этих способов состоит в том, что определенные стороны личности подавляются, а другие, противоположные им, выдвигаются на передний план; другой способ заключается в создании такой дистанции между собой и другими людьми, при которой конфликты не допускаются. Оба эти процесса рождают ощущение единства, которое позволяет человеку функционировать, даже если оно было достигнуто дорогой для него ценой.

Другой попыткой, которая и будет здесь описана, является создание собственного образа: что он, человек, представляет собой, каким, с его точки зрения, он может или должен быть в данный момент. Сознательный или бессознательный, этот образ всегда в большой степени оторван от реальности, хотя то воздействие, которое он оказывает на жизнь человека, в высшей степени реально. Более того, по своему характеру, он всегда является лестным, что можно проиллюстрировать карикатурой из газеты "Нью-Йоркер", на которой полная женщина средних лет видит себя в зеркале стройной молоденькой девушкой. Специфические черты такого образа варьируются и определяются структурой личности: человек может считать у себя незаурядными красоту или власть,

ум, одаренность, святость, честность или что угодно иное. Точно в той степени, в которой этот образ оторван от реальности, он имеет тенденцию делать человека высокомерным в подлинном смысле этого слова, ибо высокомерие, хотя оно используется как синоним надменности, означает приписывание себе качеств, которыми человек не обладает или которыми он обладает потенциально, но не фактически. И чем менее реалистичен такой образ, тем более уязвимым он делает человека, и тем сильнее он делает жажду внешнего подтверждения и признания. Мы не нуждаемся в подтверждении тех качеств, в которых мы уверены, но мы будем крайне чувствительны, когда подвергаются сомнению ложные притязания.

В наиболее кричащей форме мы можем видеть пример идеализированного образа у психопатов в их мании величия, но его характеристики у невротиков в принципе те же самые. Здесь идеализированный образ не столь фантастичен, но для них он может быть столь же реален. Если мы примем степень отхода от реальности в качестве разграничительного признака между психозами и неврозами, мы сможем рассматривать идеализированный образ как элемент психоза, вплетенный в ткань невроза.

Во всех своих существенных чертах идеализированный образ является бессознательным феноменом. Хотя самовозвеличивание невротика может быть абсолютно очевидно даже самому неискушенному наблюдателю, сам он не осознает, что идеализирует себя. Он даже не знает, какой причудливый конгломерат качеств здесь собран. У него может быть смутное ощущение того, что он предъявляет к себе высокие требования, но, ошибочно принимая такие требования перфекциониста за подлинные идеалы, он никоим образом не сомневается в их действительности и на самом деле весьма горд ими.

Влияние созданного образа на отношение к себе различно у разных людей и в значительной степени зависит от того, в чем именно человек заинтересован. Если невротика важно убедить себя в том, что он действительно соответствует этому идеализированному образу, то он развивает представление о том, что он на самом деле обладает выдающимся умом или является утонченным человеком, самые недостатки которого замечательны. Если же внимание сосредоточено на его реальном "я", которое по сравнению с идеализированным образом заслуживает крайнего презрения, на передний план выходит самоуничижительная критика. Так как представление о себе, возникающее в результате та-

кого пренебрежения собой, столь же далеко отстоит от реальности, как и идеализированный образ, его можно было бы соответственно назвать уничижительным образом. Если, наконец, фокус сосредоточен на расхождении между идеализированным образом и действительным "я", тогда все, что он сознает, и все, что мы можем заметить, — это его непрестанные попытки преодолеть этот разрыв и любыми силами добиться совершенства. В таком случае он будет поразительно часто повторять слово "должен". Он постоянно говорит нам, что он должен чувствовать, думать, делать. В глубине души он столь же убежден в своем совершенстве, как и человек наивно "нарциссического" типа, и выдает это своим убеждением в том, что он действительно мог бы быть совершенным, если бы был более строг к себе, более жестко себя контролировал, был бы более бдительным и осмотрительным.

В отличие от подлинных идеалов, идеализированный образ статичен. Это не цель, к достижению которой человек стремится, а фиксированная идея, которую он боготворит. Идеалы обладают динамическим свойством; они рождают стремление приблизиться к ним, притягивают; они являются силой, необходимой и бесценной для всякого роста и развития. Идеализированный образ становится беспорной помехой росту, потому что он либо отрицает недостатки, либо просто осуждает их. Подлинные идеалы ведут к скромности, идеализированный образ ведет к высокомерию.

Этот феномен — как бы его ни определяли — известен уже давно. О нем упоминают в философских трудах всех времен. Фрейд ввел его в теорию невроза, обозначая его различными терминами: Эго-Идеал, нарциссизм, Супер-Эго. С ним связан центральный тезис психологии Адлера, где он описан как стремление к превосходству. Все эти теории затрагивают лишь тот или иной аспект идеализированного образа и не охватывают это явление в целом. Каковы же тогда его функции? Очевидно, что он отвечает жизненно важным потребностям.

Начнем с того, что, возможно, является его наиболее элементарной функцией: идеализированный образ заменяет собой реальную уверенность в себе и реальную гордость. Человек, который в конечном счете становится невротиком, почти не имеет возможности укрепить имевшуюся у него вначале уверенность в себе вследствие выпавших на его долю тяжелых переживаний. Уверенность в себе, которая у него могла быть, еще более ослабляет-

ся в ходе его невротического развития, поскольку оно разрушает те самые условия, которые необходимы для поддержания веры в себя. Трудно кратко сформулировать эти условия. Наиболее важными факторами являются жизненные силы и наличие эмоциональной энергии, возможность ставить подлинные цели и добиваться их реализации, способность быть активным в построении собственной жизни. Однако по мере развития невроза повреждаются именно эти факторы. Невротические наклонности подрывают уверенность в себе, потому что в таком случае человек оказывается в позиции управляемого, влекомого внешней силой, вместо того чтобы самому управлять собой. Кроме того, способность невротика определять свою дорогу в жизни постоянно ослабляется вследствие его зависимости от людей, какую бы форму она ни принимала: слепое бунтарство, слепое стремление к превосходству и слепая потребность держаться в стороне от других — все они являются формами зависимости. Далее, путем сдерживания огромных секторов эмоциональной энергии он полностью выключает их из действия. Все эти факторы приводят к тому, что он становится почти неспособным ставить собственные цели и добиваться их. И последнее, но немаловажное; базальный конфликт поселяет раздор внутри него самого. Лишившись таким образом прочного основания, невротик должен искусственно раздувать ощущение своей значимости и могущества. Вот почему вера в собственное всемогущество — обязательный компонент идеализированного образа.

Вторая функция тесно связана с первой. Невротик чувствует себя слабым не в вакууме, а в мире, населенном врагами, готовыми обмануть, унижить, поработить и победить его. Он должен поэтому постоянно соизмерять и сравнивать себя с другими не по причинам тщеславия или каприза, а в силу горькой необходимости. И так как в глубине своей души он ощущает себя слабым и презренным — как мы увидим это позднее — он должен искать чего-то такого, что поможет ему ощутить себя лучше, достойнее других. Принимает ли это форму чувства собственного превосходства в святости или в беспощадности, в любви или в цинизме, он должен ощущать в своей душе некое превосходство, безотносительно к тому, в чем конкретно он стремится превосходить других. По большей части такая потребность содержит элементы потребности в торжестве над поражением других, потому что, независимо от конкретной структуры невроза, невротик всегда

уязвим и готов верить, что на него смотрят свысока и презирают. В качестве противовоядия против чувства унижения может актуализироваться потребность в мстительном триумфе или она может просто существовать в душе невротика, но она служит одной из движущих сил невротической потребности в превосходстве и придает ей специфическую окраску. Соревновательный дух нашей цивилизации не только вообще благоприятствует развитию неврозов, поскольку приводит к нарушению человеческих взаимоотношений, но также в особенности питает развитие потребности в превосходстве над другими.

Мы видели, как идеализированный образ подменяет собой подлинную уверенность в себе и гордость. Но имеется еще один аспект, где он служит в качестве суррогата. Так как идеалы невротика противоречивы, они просто не могут иметь какой-либо обязательной силы; в силу своего смутного и неопределенного характера они не могут служить ему руководством. Поэтому, если бы его стремление стать идолом, сотворенным самим собой, не придавало его жизни некоторый смысл, он бы ощущал свое существование абсолютно бесцельным. Одну из функций идеализированного образа можно считать ответственной за его ригидность в большей степени, чем любые другие. Если в нашем личном зеркале мы видим себя образцами добродетели и интеллекта, то даже самые явные наши дефекты и недостатки исчезнут или приобретут привлекательную окраску, точно так же как на хорошей картине ветхая, полуразвалившаяся стена не выглядит более ни ветхой, ни полуразрушенной, а предстает в качестве чудесного сочетания коричневых, серых и красных цветовых тонов.

Мы можем прийти к более глубокому пониманию защитной функции идеализированного образа, если зададим простой вопрос: что человек считает своими ошибками или недостатками? Это один из тех вопросов, которые, на первый взгляд, ни к чему не ведут из-за бесконечного числа возможных ответов. Тем не менее на него имеется вполне конкретный ответ. Что человек считает своими дефектами или недостатками — это зависит от того, что он в самом себе принимает, а что отвергает. Последнее, однако (при сходных культурных условиях), определяется тем, какой аспект базального конфликта доминирует. Уступчивый тип, например, не рассматривает свои страхи или свою беспомощность в качестве порока, в то время как агрессивный тип посчитал бы любое такое чувство постыдным, таким, которое следует скры-

вать от себя и других. Уступчивый тип относит свои враждебные, агрессивные побуждения к числу греховных, а агрессивный тип смотрит на малейшее смягчение своих чувств как на достойную презрения слабость. Кроме того, каждый тип склонен отвергать все, что действительно является простым притворством со стороны его более приемлемого "я". Уступчивый тип, например, вынужден отрицать, что на самом деле не является любящим и щедрым человеком; отстраненный тип не хочет видеть, что его отстраненность не является результатом его свободного выбора, что он должен держаться в стороне от других людей потому, что не может совпадать с ними и так далее. Оба типа, как правило, отвергают садистские наклонности (которые будут обсуждаться позднее). Мы приходим, таким образом, к заключению, что считается недостатком и отвергается все то, что не входит в четко определенный образ поведения, созданный доминирующим отношением к другим людям. Можно сказать, что защитная функция идеализированного образа состоит в отрицании существования конфликтов; вот почему так необходимо, чтобы образ оставался непоколебимым. Прежде чем я осознала это, я часто удивлялась, почему пациенту бывает так непереносимо признать, что он чуть менее значителен или чуть-чуть менее превосходит других. Но если смотреть с этой стороны, то ответ ясен. Он не может уступить ни на йоту, потому что признание определенных недостатков столкнет его лицом к лицу со своими конфликтами, подвергнув таким образом опасности ту искусственную гармонию, которой он добился. Мы, следовательно, можем констатировать прямую зависимость между напряженностью конфликтов и ригидностью идеализированного образа: особенно тщательно разработанный и ригидный образ позволяет нам сделать вывод о наличии наиболее разрушительных конфликтов.

В дополнение к четырем уже указанным функциям идеализированный образ имеет еще и пятую, также связанную с базальным конфликтом. Этот образ используется не только для простого прикрытия неприемлемых сторон конфликта. Он представляет собой своего рода продукт художественного творчества, в которое противоположности предстают в примиренном виде или во всяком случае для самого человека они более не выступают как конфликты.

Идеализированный образ, следовательно, представляет собой попытку решения базального конфликта, попытку, имеющую по

меньшей мере такое же важное значение, как и другие описанные мной попытки. Он имеет огромную субъективную ценность, поскольку служит в качестве связующего "вещества", удерживающего от распада раздираемого на части человека. И хотя идеализированный образ существует лишь в голове человека, он оказывает решающее влияние на его отношения с другими людьми. Идеализированный образ можно назвать вымышленным или иллюзорным "я", но это было бы лишь половиной правды и поэтому могло бы вводить в заблуждение. Логика желаний, действующая при его создании, просто поразительна, в особенности потому, что мы видим ее у людей, которые во всех прочих отношениях стоят на почве строгой реальности. Но это не делает его целиком ложным. Это плод воображения, тесно связанный с вполне реальными факторами и определяемый ими. Он обычно хранит следы подлинных идеалов человека. В то время как грандиозные достижения иллюзорны, лежащие в их основе потенциальные возможности часто реальны. Точнее сказать, образ рождается под влиянием вполне реальной и насущной внутренней необходимости, он выполняет вполне реальные функции, и он оказывает в высшей степени реальное влияние на своего создателя. Процессы, действующие в ходе его создания, детерминированы такими определенными законами, что знание его специфических черт позволяет нам сделать точные выводы относительно истинной структуры характера данного человека. Но независимо от того, какая доля фантазии вплетена в идеализированный образ, для самого невротика он имеет значение реальности. Чем сильнее упрочился образ, тем в большей степени невротик и является этим идеализированным образом, в то время как его реальное "я" в соответствующей степени тускнеет и отступает. Такое перевертывание действительных отношений происходит в соответствии со своей сущностью тех функций, которые выполняет этот образ. Каждая из них направлена на оттеснение реальной личности и переключение центра внимания на себя. Изучив истории жизни многих пациентов, мы склонны полагать, что создание и упрочение идеализированного образа часто в буквальном смысле было спасительным, и вот почему целиком оправданно или, по крайней мере, логично то сопротивление, которое оказывает пациент, если его образ подвергается нападкам. До тех пор, пока его образ сохраняет для него свою реальность и непоколебимость, он может чувствовать свою значительность, превосходство и гармонию, несмотря

на иллюзорный характер этих чувств. Он может считать себя вправе выдвигать всевозможные претензии и требования, исходя из своего предполагаемого превосходства. Но если он позволит пошатнуться этому образу, ему немедленно грозит перспектива столкнуться лицом к лицу со всеми своими слабостями, потерять какие-либо права на особые требования, увидеть себя весьма незначительной фигурой или даже предстать в своих глазах человеком, достойным презрения. Однако еще ужаснее, что он оказывается перед лицом своих конфликтов и чудовищным страхом быть разорванным на части. Он слышит проповедь о том, что это может ему дать шанс стать намного лучше, стать достойным большего, чем любая слава его идеализированного образа, но в течение долгого времени все это остается для него пустым звуком. Это прыжок в неизвестность, которая внушает ему страх.

При такой огромной субъективной ценности позиции идеализированного образа были бы неприступными, если бы присущие ему огромные изъяны, все это сооружение является чрезвычайно хрупким по причине наличия в нем вымышленных элементов. Это хранилище сокровищ, начиненное динамитом, и оно делает человека крайне уязвимым. Любое идущее извне сомнение или критика, любое осознание собственной неудачи, затрагивающее этот образ, любое реальное осознание сил, действующих внутри него, может взорвать или разрушить идеализированный образ. Человек должен так ограничить свою жизнь, чтобы не подвергать себя такого рода опасностям. Он должен избегать ситуаций, в которых он не будет предметом восхищения или признания. Он должен избегать задач, в выполнении которых он не уверен. Он даже может развить в себе сильное отвращение к усилию любого рода. Для него, одаренного художника, один только воображаемый образ картины, которую он мог бы написать, уже является живописью высочайшего мастерства. Любой заурядный человек может где-то зарабатывать себе на жизнь тяжелым трудом, для него же применить себя так же, как какие-нибудь Том, Дик или Гарри, было бы равносильно признанию, он не обладает выдающимся умом, а значит — крайним унижением. Поскольку в действительности ничего нельзя достичь без работы, то такие отношения к ней он обрекает на крушение те самые цели, которые его

привлекают. И пропасть между его идеализированным образом и его реальными "я" углубляется.

Он зависит от постоянного подтверждения своего превосходства и со стороны других людей, в форме одобрения его, восхищения им, лести — однако ни одна из этих форм подтверждения не может дать ему ничего большего, чем временное успокоение. Он может бессознательно ненавидеть всякого, кто превосходит его или кто, будучи в каком-то отношении выше его: самоувереннее, уравновешеннее, информированнее, — угрожает подорвать его собственные представления о себе. Чем отчаяннее он цепляется за веру в то, что тождествен своему идеализированному образу, тем более жестока его ненависть. Или, если собственное высокомерие вытесняется, он может слепо восхищаться людьми, которые убеждены в своей значительности, открыто демонстрируют это самонадеянным поведением. Он любит в них собственный образ и неизбежно впадает в тяжелое разочарование, когда осознает (а это должно случиться с ним в тот или иной момент), что те боги, которым он так поклоняется, интересуются лишь собой, а им — лишь в той мере, в какой он курит им фимиам.

Вероятно, самый тяжелый порок идеализированного образа связан с возникающим в результате отчуждением от "я". Мы не можем подавить или устранить существенно важные части нас самих, не становясь при этом чуждыми себе. Это одно из тех изменений, постепенно совершаемых невротическими процессами, которые, несмотря на их фундаментальный характер, протекают незаметно. Просто человек перестает замечать, что он на самом деле чувствует, любит, отвергает, во что верит, — короче говоря, что он есть на самом деле. Не зная своего реального "я", он может жить жизнью своего образа.

Наконец, хотя идеализированный образ создается для устранения базального конфликта и в какой-то степени помогает достичь этого, он в то же самое время порождает в личности новую линию раскола, почти столь же опасного, как и первоначальный. Грубо говоря, человек строит свой идеализированный образ, потому что он не может терпеть себя таким, каков он в действительности. Идеализированный образ позволяет уйти от этой катастрофической ситуации: стоя на пьедестале, он становится еще менее терпимым к своему реальному "я" и наливается яростью против

него, начиная презирать себя и чувствовать раздражение от тяжести недостижимых требований к самому себе. Он, следовательно, колеблется между самообожанием и презрением к себе, между своим идеализированным образом и своим презираемым образом, не имея никакой твердой середины, на которую он мог бы опереться.

Таким образом, создается новый конфликт: между навязчивыми, противоположными стремлениями, с одной стороны, и своего рода внутренней диктатурой, идущей от существующего внутри разлада, с другой. И он реагирует на эту внутреннюю диктатуру точно так же, как человек мог бы реагировать на аналогичную политическую диктатуру; он мог бы отождествить себя с ней, то есть почувствовать, что он именно такой замечательный и совершенный, как это ему внушает диктатор; или он мог бы "встать на цыпочки", всеми силами пытаясь дотянуться до соответствия его требованиям; или он мог бы воспротивиться принуждению и отказать признать налагаемые на него обязательства. Если он реагирует первым образом, мы получим представление о "нарциссическом" человеке, недостижимом для критики; тогда существующий разлад как таковой не ощущается в его сознании. Во втором случае мы имеем перфекциониста с особым типом Супер-Эго, по Фрейдю. В третьем случае человек кажется не отвечающим ни перед кем и ни перед чем; он становится склонным к сумасбродству, безответственности и негативизму. Даже тип бунтаря, который обычно считает, что он "свободен", находится под гнетом навязываемых извне норм и принципов, которые он пытается ниспровергнуть хотя то, что он все еще находится в тисках своего идеализированного образа, возможно, обнаруживает себя лишь в размахивании этими принципами как бичом, предназначенных для других. Иногда человек проходит через периоды шарахания из одной крайности в другую. Он может, например, пытаться в течение некоторого времени проявлять сверхчеловеческую доброту и, не получив от этого никакого утешения, отшатнуться затем к противоположному полюсу, яростно восставая против таких принципов. Или он может переходить от безграничного восхищения собой к чуть ли не болезненному стремлению к самосовершенствованию. Чаще мы находим сочетание этих различных типов отношений. Все они указывают на тот факт, понятный в свете нашей теории, что ни одна из этих попыток не

является удовлетворительной; что все они обречены на неудачу; что мы должны рассматривать их в качестве отчаянных попыток выйти из невыносимой ситуации; что, как и в любой другой невыносимой ситуации, человек прибегает к самым разнообразным средствам, и, если не помогает одно, пробует другое.

Все эти следствия, соединяясь, воздвигают мощный барьер на пути истинного развития. Человек не может учиться на своих ошибках, потому что он их не видит. Несмотря на все его уверения в обратном, на самом деле он неизбежно утрачивает интерес к собственному развитию. То, что он имеет в виду, когда говорит о развитии, является бессознательной идеей создания более совершенного идеализированного образа, такого, в котором не будет никаких изъянов.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Хорни К.* Невротическая личность нашего времени. Дайджест. М. 1993.
2. *Хорни К.* Наши внутренние конфликты. Дайджест.
3. *Хорни К.* О психологии женщины. В кн. Психоанализ и культура. М. 1995.
4. *Хорни К.* Женская психология. СПб. 1993.

Э.ФРОММ

ЛИЧНОСТЬ В СОВРЕМЕННОЙ КУЛЬТУРЕ¹

Под отчуждением понимается такой способ восприятия, при котором человек ощущает себя как нечто чуждое. Он становится как бы отстраненным от самого себя. Он не чувствует себя центром своего мира, двигателем своих собственных действий, напротив, он находится во власти своих поступков и их последствий, подчиняется или даже поклоняется им. Отчужденный человек утратил связь с самим собой, как и со всеми другими людьми. Он воспринимает вещи — при помощи чувств и здравого смысла, но в то же время без продуктивной связи с самим собой и внешним миром.

Гегель и Маркс пользовались словом "отчуждение", имея в виду не состояние умопомешательства, а менее тяжелую форму самоотстраненности, которая, позволяя человеку поступать разумно в практических делах, представляет собой тем не менее одну из наиболее тяжелых форм социально заданной ущербности. Маркс называет отчуждением такое состояние, при котором "собственная деятельность человека становится для него чуждой, противостоящей ему силой, которая угнетает его, вместо того чтобы он господствовал над ней".

Каждое проявление смиренного поклонения — это акт отчуждения и идолопоклонства. То, что обычно называют "любовью" — нередко всего лишь почти тождественное идолопоклонству явление отчуждения с той только разницей, что объектом подобного поклонения служит не Бог, не идол, а другая личность. При этом типе подчинения "любящий" человек переносит на другого всю свою любовь, силу, свои мысли и воспринимает любимого как существо высшее, находя удовлетворение в полном подчинении и преклонении. Это означает его неспособность не только воспринимать любимого человека как человеческое существо в его или ее истинной сущности, но и ощущать полностью свою собственную сущность как носителя созидательных человеческих сил. Как и в случае религиозного идолопоклонства, он

переносит все богатство своей личности на другого человека и теперь уже воспринимает это богатство не как свое собственное, а как нечто отчужденное от себя и вложенное в кого-то другого, обрести связь с этим богатством он может, только подчинившись другому человеку или растворившись в нем. Это же явление наблюдается в случае раболепного подчинения политическому лидеру или государству. На самом деле и вождь, и государство есть то, что они есть, лишь с согласия руководимых ими. Но они превращаются в идолов, когда человек переносит на них все свои силы и поклоняется им, надеясь с помощью покорности и почитания вновь обрести частицу своих же сил.

Теория государства Руссо, как и современный тоталитаризм, предполагает, что индивид отказывается от своих собственных прав и передает их государству как верховному властителю. При фашизме и сталинизме абсолютно отчужденный индивид преклоняется перед алтарем идола, и при этом не так уж важно, под каким названием известен этот идол: государство, класс, коллектив или что-то другое.

Мы можем говорить об идолопоклонстве и отчуждении, присутствующим отношению не только к другим людям, но и к самому себе в том случае, если человек находится во власти иррациональных страстей. Человек, движимый главным образом жадой власти, уже не воспринимает себя во всем богатстве и во всей безграничности человеческого существа; он становится рабом своего частного, проецируемого на внешние цели стремления, которым он "одержим". Человек, предающийся исключительно страсти к деньгам, охвачен этим своим стремлением; деньги — идол, которому он поклоняется как воплощению одной отдельно взятой собственной силы и его неудержимой тяги к ней. В этом смысле невротик — это отчужденная личность. Его действия не являются его собственными; хотя он и питает иллюзию, будто делает то, что он хочет, в действительности им движут силы, отделенные от его "Я", действующие за его спиной; он — чужой самому себе подобно тому, как чужд ему его ближний. Он воспринимает другого человека и самого себя не такими, каковы они в действительности; его восприятие искажено неосознаваемыми им силами, действующими в нем. Душевнобольной — это человек, абсолютно отчужденный, он полностью перестал ощущать себя средоточием своего собственного восприятия; он утратил чувство самости.

Процесс отчуждения — вот то общее, что присуще всем этим явлениям: поклонению идолам, идолопоклонническому почитанию Бога и идолопоклоннической любви к человеку, поклонению политическому лидеру или государству, а также идолопоклонническому преклонению перед конкретными воплощениями иррациональных устремлений. Дело в том, что человек ощущает себя не активным носителем собственных сил и богатства личности, но лишенной индивидуальных качеств "вещью", зависимой от внешних для нее сил, на которые он перенес свою жизненную субстанцию.

Отчуждение, каким мы видим его в современном обществе, носит почти всеобщий характер; оно пронизывает отношение человека к своей работе, к потребляемым им вещам, к государству, к своим ближним и к самому себе. Человек создал мир рукотворных вещей, какого никогда не существовало прежде. Он разработал сложное общественное устройство, чтобы управлять созданным им техническим механизмом. Однако все созданное им возвышается и главенствует над ним. Он чувствует себя не творцом и высшей руководящей инстанцией, а слугой Голема, сделанного его руками. Чем могущественнее и грандиознее высвобождаемые им силы, тем более бессильным он чувствует себя как человеческое существо. Он противостоит себе и своим собственным силам, воплощенным в созданных им вещах и отчужденным от него. Он больше не принадлежит себе, а находится во власти собственного творения. Он соорудил золотого тельца и говорит: "Вот ваши боги, которые вывели вас из Египта".

Процесс потребления отличается той же отчужденностью, что и процесс производства. Прежде всего, мы приобретаем вещи за деньги, мы к такому положению привыкли и принимаем его как должное. Однако на самом деле это весьма своеобразный способ приобретения вещей.

Маркс великолепно описал отчуждающую функцию денег в процессе приобретения и потребления: "Деньги... превращают действительные человеческие и природные сущностные силы в чисто абстрактные представления... Они превращают ... добродетель в порок, порок в добродетель, раба в господина, господина в раба, глупость в ум, ум в глупость... кто может купить храбрость, тот храбр, хотя бы он и был трусом... Предположим теперь человека как человека и его отношение к миру как человеческое отношение: в таком случае ты сможешь любовь обменивать толь-

ко на любовь, доверие только на доверие и т.д. Если ты хочешь наслаждаться искусством, то ты должен быть художественно образованным человеком. Если ты хочешь оказывать влияние на других людей, то ты должен быть человеком, действительно стимулирующим и двигающим вперед других людей. Каждое из твоих отношений к человеку и к природе должно быть определенным, соответствующим объекту твоей воли проявлением твоей действительной индивидуальной жизни. Если ты любишь, не вызывая взаимности, то есть если твоя любовь как любовь не порождает ответной любви, если ты своим жизненным проявлением в качестве любящего человека не делаешь себя человеком любимым, то твоя любовь бессильна, и она — несчастье".

Наш способ потребления неизбежно приводит к тому, что мы никогда не бываем удовлетворены, поскольку потребителем реальной конкретной вещи является вовсе не наша реальная, конкретная личность. Таким образом мы развиваем постоянно увеличивающуюся потребность во всем большем количестве вещей и во все большем потреблении. Правда, до тех пор пока жизненный уровень населения не обеспечивает человеку достойного существования, потребность в увеличении потребления естественна. Правда и то, что вполне оправдана потребность в увеличении потребления по мере культурного развития человека в связи с тем, что у него появляются все более высокие запросы: ему нужно лучше питаться, ему нужны предметы, доставляющие эстетическое наслаждение, книги и т.д. Однако наша неудержимая страсть к потреблению утратила всякую связь с истинными потребностями человека. Первоначально считалось, что идея потребления вещей в большем количестве и лучшего качества должна обеспечить человеку более счастливую жизнь, удовлетворяющую его запросы. Потребление было средством для достижения цели, то есть счастья. Теперь оно превратилось в самоцель. Постоянный рост запросов заставляет нас прилагать все больше и больше усилий, ставит нас в зависимость от наших потребностей, от людей и организаций, помогающих нам получить желаемое. "Каждый человек старается пробудить в другом какую-нибудь новую потребность, чтобы... поставить его в новую зависимость и толкнуть его к новому виду наслаждения, а тем самым и к экономическому разорению... Вместе с ростом массы предметов растет царство чуждых сущностей, под игмом которых находится человек..."

В наши дни человек зачарован возможностью покупать большее количество лучших, а главное новых вещей. Он испытывает потребительский голод. Акт покупки и потребления стал противоречащей здравому смыслу, принудительной целью, так как он является самоцелью, имея отдаленное отношение к использованию покупаемых и потребляемых вещей и к удовольствию от них. Каждый мечтает купить новейшую модель чего-нибудь, и в сравнении с этой мечтой действительное удовольствие от использования купленного отходит на второй план. Если бы современному человеку хватило смелости изложить свое представление о Царствии Небесном, то описанная им картина походила бы на самый большой универмаг в мире с выставленными новыми моделями вещей и техническими новинками, и тут же он сам "с мешком" денег, на которые он мог бы все это купить. И он бы слонялся, разинув рот, по этому раю образцов последнего слова техники и предметов потребления — при одном только условии, что там можно было бы покупать все новые и новые вещи, да, пожалуй, чтобы его ближние находились в чуть-чуть менее выгодном положении, чем он сам.

Отчужденное отношение к потреблению присуще не только нашему способу приобретения и потребления товаров, оно простирается гораздо дальше, определяя использование нами свободного времени. Да и чего еще следует ожидать? Как может человек активно и содержательно использовать свой досуг, если в процессе труда у него отсутствует непосредственная связь с тем, что он делает, если его приобретение и потребление товаров носит абстрактный и отчужденный характер? Он так и остается пассивным и отчужденным потребителем. Он "потребляет" спортивные игры, кинофильмы, газеты и журналы, книги, лекции, собрания, природные пейзажи так же отчужденно и абстрактно, как и купленные им предметы потребления. Он ни в чем не участвует активно, он хочет "вобрать в себя" все, чем можно обладать, и получить по возможности больше удовольствий, культуры и т.д. Фактически он не может свободно распоряжаться "своим" досугом; индустрия навязывает ему потребление его свободного времени, как и покупаемые им товары. Его вкус служит объектом манипуляций, он хочет видеть и слышать то, что его понуждают хотеть; развлечения, как и все прочее, - это индустрия: покупателя заставляют покупать удовольствие точно так же, как его вынуждают приобретать одежду и обувь. Стоимость удоволь-

ствия зависит от его успеха на рынке, а не от чего-то такого, что можно было бы измерить человеческими мерками.

Когда я читаю, любуюсь пейзажем, беседую с друзьями и т.д., в процессе любой творческой, спонтанной деятельности со мной что-то происходит. После этого переживания я уже не такой, каким был до него. Когда же я получаю удовольствие в отчужденной форме, со мной ничего не происходит; я потребил то или иное; ничто во мне не изменилось, и все, что осталось, — это воспоминание о том, что я сделал. К числу наиболее поразительных примеров подобного потребления удовольствий относится моментальная фотография, ставшая одним из наиболее значительных способов проведения досуга. Символичен рекламный девиз фирмы "Кодак", с 1889 г. немало способствовавшей распространению фотографии во всем мире: "Вы нажимаете на кнопку, а остальное делаем мы". Это одно из первых обращений к чувству "кнопочной" власти; вы ничего не делаете, вам не надо ничего знать, все делается за вас; нажать кнопку — вот все, что от вас требуется. И в самом деле, моментальная фотография стала одним из наиболее существенных выражений отчужденного зрительного восприятия, потребления в чистом виде "Турист" с его камерой — яркий символ отчужденного отношения к миру. Постоянно занятый фотографированием, он сам фактически вообще ничего не видит, кроме как сквозь глазок фотоаппарата, выполняющего роль посредника. Камера видит за него, а результат доставившей ему "удовольствие" поездки — коллекция снимков, заменяющих впечатления, которые он мог бы получить, но не получил.

Человек отчужден не только от выполняемой им работы, а также от потребляемых им вещей и удовольствий, но и от общественных сил, определяющих и все наше общество, и жизнь каждого, живущего в нем.

Наша действительная беспомощность перед управляющими силами обнаруживается с большей отчетливостью во время экономических депрессий и войн, т.е. тех социальных катастроф, которые, хотя и провозглашаются всякий раз прискорбными случайностями, но происходит каждый раз, когда появляется возможность для их возникновения. Создается впечатление, что эти общественные явления — скорее стихийные бедствия, чем то, чем они являются на самом деле, а именно событиями, созерцаемыми людьми, только ненамеренно и неосознанно...

А каково отношение современного человека к своему ближнему? Оно представляет собой отношение двух абстракций, двух использующих друг друга живых машин. Работодатель использует тех, кого он нанимает, торговец использует своих покупателей. Каждый служит товаром для всех остальных; с ним всегда надо обращаться с известной долей дружелюбия, так как если он и не нужен в настоящий момент, то может понадобиться впоследствии. В наши дни в человеческих отношениях незаметно особой любви или ненависти. В них скорее присутствует внешнее дружелюбие и более чем показная вежливость, однако за этой поверхностностью скрываются холодность и безразличие. Имеет место и изрядная доля едва уловимого недоверия. Когда один человек говорит другому: "Поговори с Джоном Смитом, он хороший малый", — это служит заверением, направленным против обычного недоверия. Даже любовь и отношения между полами не стали здесь исключением. Происшедшая после первой мировой войны великая сексуальная эмансипация представляла собой отчаянную попытку заменить глубокое чувство любви взаимным сексуальным удовольствием. Когда оказалось, что эта попытка закончилась неудачей, эротическая полярность полов была сведена к минимуму, а ее место заняло дружеское партнерство — "мини-союз", объединивший силы его участников для большей стойкости в повседневной жизненной борьбе, а также для избавления от присущего каждому чувству изоляции и одиночества.

Отчуждение между человеком и человеком ведет к утрате всеобщих и социальных уз, характерных как для средневекового общества, так и для большинства других докапиталистических обществ. Современное общество состоит из "атомов" (если воспользоваться греческим эквивалентом слова "индивид") — мельчайших, отделенных друг от друга частиц, удерживаемых вместе эгоистическими интересами и необходимостью использовать друг друга. И тем не менее человек — существо общественное, испытывающее глубокую потребность делиться с другими, помогать им, ощущать себя членом группы. Что же стало с этими общественными устремлениями человека? Они проявляются в особой сфере общественной жизни, строго отделенной от жизни частной. В наших частных деловых отношениях с нашими ближними правит находящийся в вопиющем противоречии с христианским учением эгоистический принцип: "Каждый — за себя. Бог — за всех нас". Человеком движет эгоистический интерес, а не чувство

солидарности с ближним и любовь к нему. Эти чувства могут утвердиться на втором плане как частные проявления филантропии или доброты, но они не входят в состав основной структуры наших общественных отношений. Сфера нашей общественной жизни, где мы выступаем как "граждане", обособлена от нашей частной жизни, в которой мы пребываем в качестве отдельных личностей. В социальной сфере государство служит воплощением нашего общественного существования; предполагается, что, как граждане, мы должны проявлять (и, как правило, мы действительно проявляем) сознание общественных обязанностей и социального долга. Мы платим налоги, голосуем, соблюдаем законы, а в случае войны готовы пожертвовать своей жизнью. Что может нагляднее продемонстрировать разделение частного и общественного существования, чем то обстоятельство, что тот самый человек, которому в голову не пришло бы потратить сотню долларов, чтобы помочь в беде другому, знакомому ему человеку, не задумываясь, рискует своей жизнью ради того же самого незнакомца, случись им обоим оказаться на войне в солдатской форме. Униформа служит воплощением нашей общественной природы, а штатский костюм — нашей эгоистической натуры.

Размежевание общества и политического государства привело к перенесению всех чувств, связанных с общественной жизнью, на государство, которое в результате этого становится идиолом, силой, возвышающейся и главенствующей над человеком. Человек подчиняется государству как воплощению своих собственных социальных чувств, которым он поклоняется как силам, отчужденным от него. Как индивид, он страдает в своей частной жизни от изоляции и одиночества, являющихся неизбежным результатом этого разделения. Поклонение государству может прекратиться только в том случае, если человек вернет себе свои социальные силы и построит общество, в котором его общественные чувства не будут каким-то придатком к его частному существованию, но где его частное и общественное бытие будут составлять одно целое.

Что представляет собой отношение человека к самому себе? Это отношение я уже охарактеризовал в другой работе как "рыночную ориентацию". При такой ориентации человек ощущает себя вещью, которая должна найти удачное применение на рынке. Он не чувствует себя активным действующим лицом, носителем человеческих сил; он отчужден от них. Его цель — выгодно

продать себя на рынке. Его чувство самости вытекает не из его деятельности в качестве любящего и мыслящего человека, а из его социально-экономической роли. Если бы вещи могли разговаривать, то на вопрос: "Кто ты?" пишущая машинка ответила бы: "Я — пишущая машинка", автомобиль сказал бы: "Я — автомобиль" или более конкретно: "Я — Форд" либо "Бьюик", либо "Кадиллак". Если же вы спрашиваете человека, кто он, он отвечает: "Я — фабрикант", "Я — служащий", "Я — доктор", или "Я — женатый человек", или "Я — отец двоих детей", и его ответ будет означать почти то же самое, что означал бы ответ говорящей вещи. Так уж он воспринимает себя: не человеком с его любовью, страхами, убеждениями и сомнениями, а чем-то абстрактным, отчужденным от своей подлинной сущности, выполняющим определенную функцию в социальной системе. Его самооценка зависит от того, насколько он преуспеет: может ли он удачно продать себя, может ли получить за себя больше того, с чего он начинал, удачлив ли он. Его тело, ум и душа составляют его капитал, а его жизненная задача — выгодно поместить этот капитал, извлечь выгоду из самого себя. Человеческие качества, такие, как дружелюбие, обходительность, доброта, превращаются в товары, в ценные атрибуты "личностного набора", способствующие получению более высокой цены на рынке личностей. Если человеку не удастся выгодно "инвестировать" себя, он испытывает такое чувство, словно он — сама неудача; если он в этом преуспевает, то он — сам успех. Совершенно очевидно, что его самооценка постоянно зависит от посторонних факторов, от изменчивой оценки рынка, назначающего цену индивида так же, как он назначает цену товаров. Человек, подобно всем другим товарам, которые не удастся выгодно продать на рынке, не имеет ни малейшей ценности в том, что касается его меновой стоимости, даже если его потребительная стоимость достаточно высока.

Отчужденная личность, предназначенная "на продажу", должна лишиться изрядной доли чувства собственного достоинства, столь свойственного человеку даже в самых примитивных культурах. Такая личность должна почти полностью утратить чувство самости, перестать ощущать себя существом единственным и неповторимым. Чувство самости вытекает из переживания собственно личности как субъекта ее опыта, ее мыслей, ее чувств, ее решений, ее суждений, ее действий. Оно предполагает, что переживание индивида является его собственным, а не отчужденным.

У вещей нет своего "Я", поэтому и люди, ставшие вещами, не могут иметь чувство "Я".

Покойному Г.С.Салливану, одному из наиболее одаренных и оригинальных современных психиатров, отсутствие самости у современного человека представлялось явлением естественным. Для него самость — это всего лишь многочисленные роли, которые мы исполняем в отношениях с другими людьми; функция этих ролей состоит в том, чтобы вызывать одобрение и избегать беспокойства, порождаемого неодобрением. Какая на редкость стремительная деградация понятия самости по сравнению с XIX в., когда у Ибсена в "Пер Гюнте" утрата самости была главной темой его критики современного ему человека. Пер Гюнт описан как человек, который, погнавшись за наживой, в конечном счете обнаруживает, что он потерял свое "Я", что, подобно луковице, он состоит из отдельных слоев, за которыми нет сердцевины. Ибсен описывает ужас от сознания ничтожности, охватывающий Пер Гюнта при этом открытии, панический страх, из-за которого он готов попасть в ад, лишь бы не быть брошенным обратно в "горнило" небытия. В самом деле, вместе с переживанием самости пропадает и переживание тождественности, а если уж это происходит, человек может лишиться рассудка, если он не спасет себя, приобретя вторичное чувство самости. Он обретает его, получая одобрение окружающих, чувствуя собственную ценность, удачливость, полезность, одним словом, ощущая себя пригодным для продажи товаром, который и есть он сам, поскольку другие смотрят на него как на существо хоть и заурядное, зато соответствующее одному из стандартных образцов.

Природу отчуждения нельзя понять в полной мере, не учитывая одной особенности современной жизни: его рутинизацию и вытеснение осознания основополагающих проблем человеческого существования. Здесь мы сталкиваемся с универсальной жизненной проблемой. Человеку приходится зарабатывать свой хлеб насущный, и эта задача всегда в большей или меньшей степени поглощает его. Он вынужден заниматься проблемами повседневной жизни, на которые приходится затрачивать массу сил и времени; он погряз в рутине, необходимой для выполнения этих дел. Он вырабатывает общественный порядок, обычаи, привычки, идеи, помогающие ему сделать все, что полагается, и по возможности без осложнений сосуществовать со своими ближними. Всем культурам свойственно создание рукотворного, искусственного мира,

налагающегося на природный мир, в котором живёт человек. Однако человек может реализовать себя лишь при условии, что он сохраняет связь с фундаментальными реалиями своего бытия, что ему доступны восторг любви и порывы чувства товарищеской солидарности, а также переживание трагического факта собственного одиночества и неполноты своего существования. Если же он полностью оказывается во власти рутины и искусственных образований, не способен видеть ничего, кроме фасада мира, созданного человеком по законам здравого смысла, то он теряет связь с миром и самим собой, перестает осознавать себя и окружающий мир. Конфликт между рутинной и попыткой вернуться к основным реалиям бытия мы находим во всех культурах. И одна из задач искусства и религии как раз заключалась в том, чтобы помочь человеку в этой попытке, хотя в конечном счете религия сама стала новым видом рутины. Театральное действие представляло в художественной и драматической форме основополагающие проблемы человеческого существования; участвуя в нем, зритель (хотя имеется в виду не зритель в нашем современном понимании, т.е. не в смысле — потребитель) вырывался из рутины повседневной жизни, соприкасался с самим собой как человеческим существом, с истоками своего существования. Его ноги прикасались к земле, и это давало ему силу, возвращавшую его к самому себе. О чем бы ни шла речь: о греческой драме, о средневековых мистериях, представлявших страсти Господни, об индийских танцах либо о религиозных ритуалах индуизма, иудаизма или христианства, — во всех этих случаях мы имеем дело с различными видами театрализованного представления фундаментальных вопросов человеческого существования, представления, в котором "проигрываются" те же самые проблемы, которые осмысливаются в философии и теологии.

Ну а современная культура? Что осталось в ней от такой "драматизации" жизни? — Да почти ничего. Человек практически не преступает границ царства им же самим созданных условностей и вещей и не выбивается за пределы обыденности, не считая нелепых попыток хоть как-то удовлетворить потребность в ритуале, исполнение которого происходит в масонских ложах и разного рода братствах. Единственное, что приближается по своему значению к ритуалу, — участие зрителя в спортивных состязаниях. По крайней мере, здесь мы имеем дело с одной фундаментальной проблемой человеческого существования — борьбой людей меж-

ду собой и переживанием чужой победы или чужого поражения. Но до чего же это примитивный и ограниченный аспект человеческого бытия, сводящий все богатство жизни человека к одной отдельно взятой ее стороне! А вся эта замороженность спортивными соревнованиями, преступлениями и страстями свидетельствует о потребности пробиться за поверхность рутины, однако пути удовлетворения этой потребности обнаруживают крайнюю убогость нашего решения проблемы.

Рыночная ориентация тесно связана с тем обстоятельством, что у современного человека потребность в обмене стала главной движущей силой. Правда, даже в примитивной экономике с зачатками разделения труда люди обмениваются изделиями своего труда в пределах одного племени или между соседними племенами. Тот, кто производит материю, обменивает ее на зерно, которое, возможно, собрал его сосед, либо на серпы или ножи, изготовленные кузнецом. По мере роста разделения труда обмен товаров становится все более интенсивным, но при обычных условиях он служит всего лишь средством достижения экономической цели. В капиталистическом обществе обмен превратился в самоцель.

Не кто иной, как Адам Смит увидел основополагающую роль потребности в обмене и истолковал ее как главный импульс, движущий человеком. Действительно, принцип обмена во все больших масштабах на национальном и мировом рынках является одним из основополагающих экономических принципов капиталистической системы, но Адам Смит предугадал, что этому принципу предстояло стать одной из глубочайших психических потребностей современной, отчужденной личности. Обмен утратил свое разумное назначение как простое средство достижения экономических целей, он стал самоцелью, вышел за пределы экономики и проник в другие сферы жизни.

Пристрастие к обмену пришло на смену пристрастию к обладанию. Человек покупает машину или дом, намереваясь при первой же возможности продать их. Однако более важным является то, что стремление к обмену сказывается и в области межличностных отношений. Любовь часто оказывается не чем иным, как подходящим обменом между двумя людьми, получающими максимум того, что они могут ожидать, исходя из своей цены на рынке личностей. Каждый человек представляет собой своеобразный "набор", в котором разные аспекты его меновой стоимости сливаются в одно: его "личность". При этом под личностью подразуме-

мевают те качества, благодаря которым человек может удачно продать себя. Внешний вид, образование, доход, шансы на успех — вот тот набор, который каждый человек стремится обменять на возможно большую стоимость. Даже посещение вечеров и вообще общение с людьми в значительной степени становится обменом. С целью завязать контакты, а возможно, и совершить выгодный обмен, индивид стремится встречаться с "наборами", котирующимися несколько выше, чем он сам. Человек хочет обменять свое общественное положение, т.е. свое собственное "Я" на более высокое; при этом он меняет прежний круг друзей, прежние привычки и чувства на новые, подобно тому как владелец "Форда" меняет его на "Бьюик". И хотя Адам Смит считал эту потребность в обмене свойством человеческой природы, в действительности она служит признаком абстрактного и отчужденного отношения к окружающему, присущего социальному характеру современного человека. Весь ход жизни воспринимается словно выгодное помещение капитала, где инвестируемый капитал — это моя жизнь и моя личность. Если человек покупает кусок мыла или фунт мяса, он с полным основанием ожидает, что уплаченные им деньги соответствуют стоимости покупки. Он заинтересован в том, чтобы уравнение: "Такое-то количество мяса — такому-то количеству денег", имело смысл с точки зрения существующей структуры цен. Однако подобное ожидание распространилось и на все прочие виды деятельности. Отправляясь в театр или на концерт, человек более или менее задается вопросом, "стоит" ли это представление уплаченных им денег. И хотя этот вопрос имеет некоторый побочный смысл, по сути своей он ничего не значит, так как в уравнении сведены две несоизмеримые вещи: удовольствие от концерта никак нельзя выразить в деньгах; ни сам концерт, ни впечатление от его прослушивания не являются товаром. То же самое положение остается в силе, когда человек совершает увеселительную поездку, идет на лекцию, устраивает вечеринку или выполняет любое другое действие, связанное с затратой денег. Действие само по себе — продуктивный жизненный акт, оно несоизмеримо с затраченной на него суммой денег. Потребность измерить жизненные акты при помощи чего-то количественно исчисляемого наблюдается и в склонности интересоваться, "стоит ли тратить время" на что-то. Вечер, проведенный молодым человеком с девушкой, беседа с друзьями и многие другие действия, которые могут быть (а могут и не быть) связаны с де-

нежными расходами, вызывают вопрос: стоило ли то или иное действие затраченных на него денег или времени. В каждом случае человек испытывает потребность оправдать свое действие с помощью уравнивания, свидетельствующего, что энергия была выгодно "инвестирована". Даже гигиена и забота о здоровье призваны служить той же цели; человек, ежедневно совершающий утренние прогулки, склонен рассматривать их скорее как серьезный вклад в свое здоровье, чем как приятное занятие, не нуждающееся в каких бы то ни было оправданиях. Наиболее точно и категорично эта установка выражена у Бентама в его представлении об удовольствии и страдании. - Начав с допущения, будто цель жизни состоит в получении удовольствия, Бентам предложил своеобразную бухгалтерию, призванную показать, чего больше в каждом действии — удовольствия или страдания, и если удовольствие оказалось больше, значит, такое действие стоило совершить. Таким образом, жизнь в целом была для него чем-то вроде бизнеса, где в каждый данный момент положительный баланс должен был свидетельствовать о выгодности предприятия. Хотя о взглядах Бентама теперь уже не часто вспоминают, выраженная в них установка укоренилась еще сильнее. В голове современного человека возник новый вопрос: "Стоит ли жизнь того, чтобы ее прожить?", а вместе с ним, соответственно, и чувство, что жизнь индивида — это либо "неудача", либо "успех". В основе такого взгляда лежит представление о жизни как о предприятии, которое должно доказать свою прибыльность. Неудача подобна банкротству фирмы, при котором убытки значительно превышают выгоду. Такое представление — бессмыслица. Мы можем быть счастливы или несчастливы, можем достичь одних целей и не достичь других, но не существует отвечающего здравому смыслу баланса, который мог бы показать, стоит ли жизнь того, чтобы ее прожить. Если исходить из такого баланса, то, возможно, жить вообще не стоит: ведь жизнь неизбежно заканчивается смертью, многие из наших надежд не сбываются, жизнь сопряжена с напряжением и страданиями. Поэтому если исходить из такого баланса, то скорее всего покажется, что лучше было бы вообще не родиться или умереть в раннем детстве. А с другой стороны, кто скажет - разве один счастливый миг любви, радость дышать и бродить ясным утром, упиваясь свежим воздухом, не стоят всех тех страданий и усилий, с которыми связана жизнь?

АВТОРИТАРНАЯ ЛИЧНОСТЬ²

В этой главе я специально обращаюсь к психологии личности, к наблюдениям, сделанным при детальных обследованиях отдельных людей.

Только психология, основанная на представлениях о бессознательных силах, может проникнуть сквозь завесу обманчивых рационализаций, с которыми мы сталкиваемся при анализе как отдельных людей, так и целых обществ. Великое множество проблем, на первый взгляд неразрешимых, тотчас исчезает, как только мы решаемся отказаться от представления, будто люди всегда осознают мотивы своих действий, мыслей и чувств; на самом деле их истинные мотивы не обязательно таковы, как им кажется. Чтобы лучше в этом разобраться, по-видимому, полезно сказать и о том, что понимается под терминами "невротик" и "нормальный" (или "здоровый") человек.

Термин "нормальный (или здоровый) человек" может быть определен двумя способами. Во-первых — с точки зрения функционирующего общества, — человека можно назвать нормальным, здоровым, если он способен играть социальную роль, отведенную ему в этом обществе. Более конкретно это означает, что человек способен выполнять какую-то необходимую данному обществу работу, а кроме того, что он способен принимать участие в воспроизводстве общества, то есть способен создать семью. Во-вторых — с точки зрения индивида — мы рассматриваем здоровье, или нормальность, как максимум развития и счастья этого индивида.

Если бы структура общества предлагала наилучшие возможности для счастья индивида, то обе точки зрения должны были совпасть. Однако ни в одном обществе мы этого не замечаем, в том числе и в нашем. Разные общества отличаются степенью, до которой они способствуют развитию индивида, но в каждом из них существует разрыв между задачами нормального функционирования общества и полного развития каждой личности, этот факт заставляет прочертить резкую границу между двумя концепциями здоровья. Одна из них руководствуется потребностями

ми общества, другая — ценностями и потребностями индивида.

К сожалению, это различие часто упускается из виду. Большинство психиатров считают структуру своего общества настолько самоочевидной, что человек, плохо приспособленный к этой структуре, является для них неполноценным. И обратно: хорошо приспособленного индивида они относят к более высокому разряду по шкале человеческих ценностей. Различая две концепции здоровья и неврозов, мы приходим к выводу, что человек, нормальный в смысле хорошей приспособленности, часто менее здоров в смысле человеческих ценностей, чем невротик. Хорошая приспособленность часто достигается лишь за счет отказа от своей личности; человек при этом старается более или менее уподобиться требуемому — так он считает — образу и может потерять всю свою индивидуальность и непосредственность. И обратно: невротик может быть охарактеризован как человек, который не сдался в борьбе за собственную личность. Разумеется, его попытка спасти индивидуальность была безуспешной, вместо творческого выражения своей личности он нашел спасение в невротических симптомах или в уходе в мир фантазий; однако с точки зрения человеческих ценностей такой человек менее искалечен, чем тот "нормальный", который вообще утратил свою индивидуальность. Само собой разумеется, что существуют люди, и не утратившие в процессе адаптации свою индивидуальность, и не ставшие при этом невротиками. Но, как мы полагаем, нет оснований клеймить невротика за его неполноценность, если только не рассматривать невроз с точки зрения социальной эффективности. К целому обществу термин "невротическое" в этом последнем смысле неприменим, поскольку общество не могло бы существовать, откажись все его члены от выполнения своих социальных функций. Однако с точки зрения человеческих ценностей общество можно назвать невротическим в том смысле, что его члены психически искалечены в развитии своей личности. Термин "невротический" так часто применялся для обозначения недостаточной социальной эффективности, что мы предпочтем говорить не о "невротических обществах", а об обществах, неблагоприятных для человеческого счастья и самореализации. Психологические механизмы, которые мы будем рассматривать в этой главе, — это механизмы избавления, "бегства", возникающие из неуверенности изолированного индивида.

Когда нарушены связи, дававшие человеку уверенность, когда

индивид противостоит миру вокруг себя как чему-то совершенно чуждому, когда ему необходимо преодолеть невыносимое чувство бессилия и одиночества, перед ним открываются два пути. Один путь ведет его к "позитивной" свободе; он может спонтанно связать себя с миром через любовь и труд, через подлинное проявление своих чувственных, интеллектуальных и эмоциональных способностей; таким образом он может вновь обрести единство с людьми, с миром и с самим собой, не отказываясь при этом от независимости и целостности своего собственного "я". Другой путь — это путь назад: отказ человека от свободы в попытке преодолеть свое одиночество, устранив разрыв, возникший между его личностью и окружающим миром. Этот второй путь никогда не возвращает человека в органическое единство с миром, в котором он пребывал раньше, пока не стал "индивидом", — ведь его отделенность уже необратима, — это попросту бегство из невыносимой ситуации, в которой он не может дальше жить. Такое бегство имеет вынужденный характер — как и любое бегство от любой угрозы, вызывающей панику, — и в то же время оно связано с более или менее полным отказом от индивидуальности и целостности человеческого "я". Это решение не ведет к счастью и позитивной свободе; в принципе оно аналогично тем решениям, какие мы встречаем во всех невротических явлениях. Оно смягчает невыносимую тревогу, избавляет от паники и делает жизнь терпимой, но не решает коренной проблемы и за него приходится зачастую расплачиваться тем, что вся жизнь превращается в одну лишь автоматическую, вынужденную деятельность.

АВТОРИТАРИЗМ

В первую очередь мы займемся таким механизмом бегства от свободы, который состоит в тенденции отказаться от независимости своей личности, слить свое "я" с кем-нибудь или с чем-нибудь внешним, чтобы таким образом обрести силу, недостающую самому индивиду. Другими словами, индивид ищет новые, "вторичные" узы взамен утраченных первичных.

Отчетливые формы этого механизма можно найти в стремлениях к подчинению и к господству или — если использовать другую формулировку — в мазохистских и садистских тенденциях, существующих в той или иной степени и у невротиков, и у здоровых людей. Сначала мы опишем эти тенденции, а затем по-

кажем, что и та и другая представляет собой бегство от невыносимого одиночества.

Наиболее частые формы проявления мазохистских тенденций — это чувства собственной неполноценности. Это стремление может принимать разные формы. Встречаются люди, которые упиваются самокритикой и возводят на себя такие обвинения, какие не пришли бы в голову их злейшим врагам. Другие — больные неврозом навязчивых состояний — истязают себя принудительными ритуалами или неотвязными мыслями. У определенного типа невротиков мы обнаруживаем склонность к физическому заболеванию, причем эти люди — осознанно или нет — ждут болезни, как дара божьего. Часто они становятся жертвами несчастных случаев, которые никогда бы не произошли без их бессознательного стремления к этому. Такие тенденции, направленные против себя самого, часто проявляются и в менее открытых и драматических формах. Например, есть люди, не способные отвечать на экзаменах, хотя прекрасно знают нужные ответы и во время экзамена, и после него. Другие восстанавливают против себя тех, кого любят, или тех, от кого зависят, совершенно неуместной болтовней, хотя на самом деле испытывают к этим людям самые лучшие чувства и вовсе не собирались говорить ничего подобного. Они ведут себя так, словно наслушались советов своих злейших врагов и делают все возможное, чтобы причинить себе наибольший ущерб.

Мазохистские тенденции часто ощущаются как чисто патологические и бессмысленные; но чаще они рационализируются, и тогда мазохистская зависимость выступает под маской любви или верности, комплекс неполноценности выдается за осознание подлинных недостатков, а страдания оправдываются их неумолимой неизбежностью в неизменных обстоятельствах.

Кроме мазохистских тенденций, в том же типе характера всегда наблюдаются и прямо противоположные наклонности — садистские. Они проявляются сильнее или слабее, являются более или менее осознанными, но чтобы их вовсе не было — такого не бывает. Можно назвать три типа садистских тенденций, более или менее тесно связанных друг с другом. Первый тип — это стремление поставить других людей в зависимость от себя и приобрести полную и неограниченную власть над ними, превратить их в свои орудия, "лепить, как глину". Второй тип — стремление не только иметь абсолютную власть над другими, но и эксплуатировать

ровать их, использовать и обкрадывать, так сказать, заглатывать все, что есть в них съедобного. Эта жажда может относиться не только к материальному достоянию, но и к моральным или интеллектуальным качествам, которыми обладает другой человек. Третий тип садистских тенденций состоит в стремлении причинять другим людям страдания или видеть, как они страдают. Страдание может быть и физическим, но чаще это душевное страдание. Целью такого стремления может быть как активное причинение страдания — унижить, запугать другого, — так и пассивное созерцание чьей-то униженности и запуганности.

По очевидным причинам садистские наклонности обычно меньше осознаются и больше рационализируются, нежели мазохистские, более безобидные в социальном плане. Часто они полностью скрыты наслоениями сверхдоброты и сверхзаботы о других. Вот несколько наиболее частых рационализаций: "Я управляю вами потому, что я лучше вас знаю, что для вас лучше; в ваших собственных интересах повиноваться мне беспрекословно" или "Я столь необыкновенная и уникальная личность, что вправе рассчитывать на подчинение других" и т.п. Другая рационализация, часто прикрывающая тенденцию к эксплуатации, звучит примерно так: "Я сделал для вас так много, что теперь вправе брать от вас все, что хочу". Наиболее агрессивные садистские импульсы чаще всего рационализируются в двух формах: "Другие меня обидели, так что мое желание обидеть других - это всего лишь законное стремление отомстить" или "Нанося удар первым, я защищаю от удара себя и своих друзей".

В отношении садиста к объекту его садизма есть один фактор, который часто упускается из виду и поэтому заслуживает особого внимания; этот фактор — его зависимость от объекта.

Зависимость мазохиста очевидна. В отношении садиста наши ожидания обратны: он кажется настолько сильным, властным, а его объект настолько слабым, подчиненным, что трудно представить себе, как сильный зависит от того слабого, которым властвует. И, однако, внимательный анализ показывает, что это именно так. Садисту нужен принадлежащий ему человек, ибо его собственное ощущение силы основано только на том, что он является чьим-то владыкой. Эта зависимость может быть совершенно неосознанной. Так, например, муж может самым садистским образом издеваться над своей женой — и при этом ежедневно повторять ей, что она может уйти в любой момент, что ой будет

только рад этому. Часто жена бывает настолько подавлена, что не пытается уйти, и поэтому оба они верят, что он говорит правду. Но если она соберется с духом и заявит, что покидает его, — вот тут может произойти нечто Совершенно неожиданное для них обоих: он будет в отчаянии, подавлен, начнет умолять ее остаться, станет говорить, что не может жить без нее, что любит ее, и т.д. Как правило, боясь каждого самостоятельного шага, она бывает рада ему поверить — и остается. В этот момент игра начинается сначала: он принимается за прежнее, ей становится все труднее это выносить, она снова взрывается, он снова в отчаянии, она снова остается — и так далее, без конца.

Во многих тысячах браков — и других личных взаимоотношений — этот цикл повторяется снова и снова, и заколдованный круг не рвется никогда. Он лгал ей, когда говорил, что любит ее, что не может без нее жить? Если речь о любви — все зависит от того, что понимать под этим словом. Но когда он утверждает, что не может без нее жить, — если, конечно, не принимать это слишком буквально — это чистейшая правда. Он не может жить без нее или без кого-то другого, кто был бы беспомощной игрушкой в его руках. В подобных случаях чувство любви появляется лишь тогда, когда связь находится под угрозой разрыва, но в других случаях садист, совершенно очевидно, "любит" тех, над кем ощущает власть. Это может быть его жена или ребенок, подчиненный, официант или нищий на улице, он испытывает чувство "любви" и даже благодарности к объектам своего превосходства. Он может думать, что хочет властвовать над ними потому, что очень их любит. На самом деле он "любит" их потому, что они в его власти. Он подкупает их подарками, похвалами, уверениями в любви, блеском и остроумием в разговорах, демонстрацией своей заботы; он может дать им все, кроме одного: права на свободу и независимость. Часто это встречается, в частности, в отношениях родителей с детьми. Здесь отношение господства (и собственности) выступает, как правило, под видом "естественной" заботы и стремления родителей "защитить" своего ребенка. Его сажают в золотую клетку, он может иметь все, что хочет, но лишь при том условии, что не захочет выбраться из клетки. В результате у выросшего ребенка часто развивается глубокий страх перед любовью, потому что для него "любовь" означает плен и заточение.

Многим мыслителям садизм казался меньшей загадкой, чем

мазохизм. То, что человек стремится подавить других, считалось хотя и не "хорошим", но вполне естественным делом. Гоббс принимал в качестве общей склонности всего человеческого рода существование "вечного и беспрестанного желания все большей и большей власти, длящегося до самой смерти". Это "желание власти" не представлялось ему чем-то демоническим, а было для него вполне рациональным следствием человеческого стремления к наслаждению и безопасности. От Гоббса до Гитлера, видящего в стремлении к господству логический результат биологически обусловленной борьбы за существование, жажда власти считалась самоочевидной составной частью природы человека. Но мазохистские наклонности, направленные против самого себя, кажутся загадкой. -

Существует явление, доказывающее, что страдание и слабость могут быть целью человеческих стремлений: это — мазохистское извращение. Здесь мы обнаруживаем, что люди вполне сознательно хотят страдать — тем или иным образом, — и наслаждаются своим страданием. При мазохистском извращении человек, например, испытывает половое возбуждение, когда другой человек причиняет ему боль. Это не единственная форма мазохистского извращения; часто ищут не физической боли как таковой, а возбуждение и удовлетворение вызываються состоянием физической беспомощности. Нередко мазохисту нужна лишь моральная слабость: чтобы с ним разговаривали, как с маленьким ребенком, или чтобы его каким-либо образом унижали и оскорбляли. В садистском извращении удовлетворение достигается с помощью соответствующих механизмов: через причинение другому человеку физической боли, унижение действием или словом.

Мазохистское извращение — с его сознательным и намеренным наслаждением через унижение или боль — привлекло внимание психологов и писателей раньше, чем мазохистский характер (так называемый моральный мазохизм). Однако с течением времени стало ясно, что сексуальное извращение и те мазохистские тенденции, которые мы описали прежде, чрезвычайно близки; что оба типа мазохизма, по сути, представляют собой одно и то же явление.

Некоторые психологи считали, что, раз существуют люди, которые хотят подчиняться и страдать, должен быть и какой-то "инстинкт", направленный к этой цели. Здесь мы подходим к главному вопросу: откуда происходят мазохистские черты ха-

рактера и соответствующие извращения? И далее: какова общая причина и мазохистских, и садистских наклонностей?

И мазохистские и садистские стремления помогают индивиду избавиться от невыносимого чувства одиночества и бессилия. Любые эмпирические наблюдения над мазохистами, в том числе и психоаналитические, дают неопровержимые доказательства, что эти люди преисполнены страхом одиночества и чувством собственной ничтожности. Часто эти ощущения неосознанны, часто они замаскированы компенсирующими чувствами превосходства и совершенства; но, если заглянуть в подсознательную жизнь такого человека достаточно глубоко, они обнаруживаются непременно. Индивид оказывается "свободным" в негативном смысле, то есть одиноким и стоящим перед лицом чуждого и враждебного мира. В этой ситуации "нет у человека заботы мучительнее, как найти того, кому бы передать поскорее тот дар свободы, с которым это несчастное существо рождается". Испуганный индивид ищет кого-нибудь или что-нибудь, с чем он мог бы связать свою личность, он не в состоянии больше быть самим собой и лихорадочно пытается вновь обрести уверенность, сбросив с себя бремя своего "я".

Одним из путей к этой цели является мазохизм. Все разнообразные формы мазохистских стремлений направлены к одному: избавиться от собственной личности, потерять себя; иными словами, избавиться от бремени свободы. Эта цель очевидна, когда индивид с мазохистским уклоном ищет подчинения какой-либо личности или власти, которую он ощущает подавляюще сильной. Эта уверенность может быть основана не только на действительной силе другой личности, но и на убежденности в своей собственной слабости и ничтожности. В других формах мазохистской тенденции основная цель состоит в том же. Например, в мазохистском чувстве собственной ничтожности проявляется стремление усилить первоначальное чувство своей незначительности. Как это понять? Можно ли допустить, что человек пытается избавиться от беспокойства, усиливая его? Именно так. Ведь, в самом деле, пока я разрываюсь между стремлением быть независимым, сильным и чувством своей незначительности и бессилия, я нахожусь в состоянии мучительного конфликта. Но я могу спастись от этого конфликта, если мне удастся обратить свою личность в ничто и не сознавать себя больше самостоятельным индивидом. Один из путей к этой цели — ощутить себя предельно ничтожным и бес

помощным; другой путь — искать подавляющей боли и мучения; еще один — поддаться опьянению или действию наркотика. Самоубийство — это последняя надежда, если все остальные попытки снять бремя одиночества оказались безуспешными.

При определенных условиях эти мазохистские стремления — их реализация — приносят относительное облегчение. Если индивид находит социальные формы, удовлетворяющие его мазохистские наклонности (например, подчинение вождю в фашистском режиме), то он обретает некоторую уверенность уже за счет своего единства с миллионами других, разделяющих те же чувства. Но даже в этом случае мазохистское "решение" ничего не решает, как и любые невротические симптомы; индивид избавляется лишь от осознанного страдания, но внутренний конфликт остается, а вместе с ним и скрытая неудовлетворенность. Если мазохистское стремление не находит подходящих общественных форм или если оно превосходит средний уровень мазохизма в социальной группе данного индивида, то мазохистское "решение" не может дать ничего даже в относительном смысле. Оно возникает из невыносимой ситуации, пытается преодолеть ее, но оставляет индивида в тисках новых страданий. Если бы человеческое поведение всегда было рационально и целенаправленно, то мазохизм был бы так же необъясним, как и вообще все невротические симптомы. Но изучение эмоциональных и психических расстройств показывает, что человеческое поведение может быть мотивировано побуждениями, вызванными тревогой или каким-либо другим непереносимым состоянием духа; что эти побуждения имеют целью преодолеть такое эмоциональное состояние, но в лучшем случае лишь подавляют его наиболее явные проявления, а иногда не могут даже и этого. Невротические симптомы напоминают иррациональное поведение при панике. Так, человек, захваченный пожаром, стоит у окна и зовет на помощь, совершенно забыв, что его никто не услышит и что он еще может уйти по лестнице, которая через несколько минут тоже загорится. Он кричит, потому что хочет спастись, и его действие кажется ему шагом к спасению, на самом же деле это шаг к катастрофе. Точно так же и мазохистские стремления вызываются желанием избавиться от собственного "я" со всеми его недостатками, конфликтами, риском, сомнениями и невыносимым одиночеством. Но в лучшем случае они лишь подавляют наиболее заметные страдания, а в худшем — приводят к еще большему.

Из только что изложенного видно важное различие между невротической и рациональной деятельностью. В рациональной — результат соответствует мотивировке: человек действует для того, чтобы добиться какого-то определенного результата. В невротической — стимулы, по существу, негативны: человек действует, чтобы избавиться от невыносимой ситуации. Но его старания направлены к тому, что только кажется решением: действительный результат оказывается обратным тому, чего он хотел достичь; потребность избавиться от невыносимого чувства настолько сильна, что человек не в состоянии выбрать линию поведения, ведущую не к фиктивному, а к действительному решению его проблем.

При мазохизме индивид побуждается к действию невыносимым чувством одиночества и ничтожности. Он пытается преодолеть это чувство, отказываясь от своего "я" (в психологическом смысле); для этого он принижает себя, страдает, доводит себя до крайнего ничтожества. Но боль и страдание — это вовсе не то, к чему он стремится; боль и страдание — это цена, он платит ее в неосознанной надежде достичь неосознанную цель. Это высокая цена; ему, как поденщику, влезаящему в кабалу, приходится платить все больше и больше; и он никогда не получает того, за что заплатил, — внутреннего мира и покоя.

Анализ мазохистского извращения неопровержимо доказывает, что страдание может быть притягательным. Однако в этом извращении, как и в моральном мазохизме, страдание не является действительной целью; в обоих случаях это — лишь средство, а цель состоит в том, чтобы забыть свое "я". Основное различие между мазохистским извращением и моральным мазохизмом состоит в том, что при Извращении стремление отказаться от себя проявляется через тело и связывается с половым чувством. При моральном мазохизме это стремление овладевает человеком целиком, так что может разрушить все цели, к которым его "я" сознательно стремится. При извращении мазохистские стремления более или менее ограничены физической сферой: более того, смешиваясь с сексом, эти стремления принимают участие в разрядке напряжений, возникающих в половой сфере, и таким образом находят себе прямой выход.

Уничтожение собственного "я" и попытка за счет этого преодолеть невыносимое чувство бессилия — это только одна сторо-

на мазохистских наклонностей. Другая — это попытка превратиться в часть большего и сильнеешего целого, попытка раствориться во внешней силе и стать ее частицей. Этой силой может быть другой человек, какой-либо общественный институт, бог, нация, совесть или моральная необходимость. Став частью силы, которую человек считает непоколебимой, вечной и прекрасной, он становится причастным к ее мощи и славе. Индивид целиком огрекается от себя, отказывается от силы и гордости своего "я", от собственной свободы, но при этом обретает новую уверенность и новую гордость в своей причастности к той силе, к которой теперь может себя причислить. И кроме того, приобретает защита от мучительного сомнения. Мазохист избавлен от принятия решений. Независимо от того, является ли его хозяином какая-то внешняя власть или он интериоризовал себе хозяина — в виде совести или морального долга, — он избавлен от окончательной ответственности за свою судьбу, а тем самым и от сомнений, какое решение принять. Он избавлен и от сомнений относительно смысла своей жизни, относительно того, кто "он". Ответы на эти вопросы уже даны его связью с той силой, к которой он себя причислил; смысл его жизни, его индивидуальная сущность определены тем великим целым, в котором растворено его "я".

Мазохистские узы принципиально отличаются от первичных уз. Эти последние существуют до того, как процесс индивидуализации достиг своего завершения; индивид еще является частью "своего" природного и социального мира, он еще не окончательно выделился из своего окружения. Первичные узы дают ему подлинную уверенность и чувство принадлежности. Мазохистские узы — это средство спасения. Личность выделилась, но не способна реализовать свою свободу; она подавлена тревогой, сомнением, чувством бессилия. Личность пытается обрести защиту во "вторичных узах" — как можно было бы назвать мазохистские связи, — но эти попытки никогда не удаются. Появление собственного "я" необратимо; сознательно индивид не может чувствовать себя уверенным и "принадлежащим" некоему целому, но, в сущности, он остается бессильным атомом, страдающим от поглощения своего "я". Он никогда не сливается в одно целое с той силой, к которой прилепился, между ними всегда остается фундаментальное противоречие, а вместе с тем и побуждение, хотя бы и неосознанное, преодолеть мазохистскую зависимость и стать свободным.

В чем сущность садистских побуждений? Желание причинять другим людям боль и в этом случае не главное. Все наблюдаемые формы садизма можно свести к одному основному стремлению: полностью овладеть другим человеком, превратить его в беспомощный объект своей воли, стать его абсолютным повелителем, его богом, делать с ним все, что угодно. Средства для этой цели — его унижение и порабощение; но самый радикальный способ проявить свою власть состоит в том, чтобы причинять ему страдание, ибо нет большей власти над другим человеком, чем власть причинять страдание, боль тому, кто не в состоянии себя защитить. Сущность садизма составляет наслаждение своим полным господством над другим человеком (или иным живым существом).

Может показаться, что это стремление к неограниченной власти над другим человеком прямо противоположно мазохистскому стремлению, поэтому представляется загадочным, что обе тенденции могут быть как-то связаны между собой. Конечно, с точки зрения практических последствий желание зависеть от других или страдать противоположно желанию властвовать или причинять страдания другим. Однако психологически обе тенденции происходят от одной и той же основной причины — неспособности вынести изоляцию и слабость собственной личности.

Я предложил бы назвать общую цель садизма и мазохизма "симбиозом". Симбиоз в психологическом смысле слова — это союз некоторой личности с другой личностью (или иной внешней силой), в котором каждая сторона теряет целостность своего "я", так что обе они становятся в полную зависимость друг от друга. Садист так же сильно нуждается в своем объекте, как мазохист — в своем. В обоих случаях собственное "я" исчезает. В одном случае я растворяюсь во внешней силе — и меня больше нет; в другом — я разрастаюсь за счет включения в себя другого человека, приобретая при этом силу и уверенность, которой не было у меня самого. Но стремление к симбиозу с кем-либо другим всегда вызывается неспособностью выдержать одиночество своего собственного "я". И тут становится ясно, почему мазохистские и садистские тенденции всегда связаны и перемешаны одна с другой. Внешне они кажутся взаимоисключающими, но в их основе лежит одна и та же потребность. Человек не бывает только садистом или только мазохистом: между активной и пассивной сторонами симбиотического комплекса существуют постоянные коле-

бания, и зачастую бывает трудно определить, какая из этих сторон действует в данный момент, но в обоих случаях индивидуальность и свобода бывают утрачены.

С садизмом обычно связывают тенденции разрушительности и враждебности. Разумеется, в садистских стремлениях всегда обнаруживается больший или меньший элемент разрушительности. Но то же справедливо и в отношении мазохизма: любой анализ мазохистского характера обнаруживает такую же враждебность. По-видимому, главная разница состоит в том, что при садизме эта враждебность обычно более осознается и прямо проявляется в действии, в то время как при мазохизме враждебность бывает по большей части неосознанной и проявляется лишь в косвенной форме. Позже я постараюсь показать, что враждебность и разрушительность являются результатом подавления чувственной, эмоциональной и интеллектуальной экспансивности индивида; поэтому можно предположить, что эти свойства должны быть следствием тех же причин, какие вызывают потребность в симбиозе. Здесь же я хочу подчеркнуть, что садизм и разрушительность не идентичны, хотя часто бывают связаны друг с другом. Разрушительная личность стремится к уничтожению объекта, то есть к избавлению от него; садист же стремится властвовать объектом и потому страдает при его утрате.

Садизм — в том смысле, в каком мы о нем говорим, — может быть относительно свободен от разрушительности, может сочетаться с дружелюбием по отношению к своему объекту.

Очень часто — и не только в обыденном словоупотреблении — садомазохизм смешивают с любовью. Особенно часто за проявления любви принимаются мазохистские явления. Полное самоотречение ради другого человека, отказ в его пользу от собственных прав и запросов — все это преподносится как образец "великой любви"; считается, что для любви нет лучшего доказательства, чем жертва и готовность отказаться от себя ради любимого человека. На самом же деле "любовь" в этих случаях является мазохистской привязанностью и коренится в потребности симбиоза. Если мы понимаем под любовью страстное и активное утверждение главной сущности другого человека, союз с этим человеком на основе независимости и полноценности обеих личностей, тогда мазохизм и любовь противоположны друг другу. Любовь основана на равенстве и свободе. Если основой является подчиненность и потеря целостности личности одного из партне-

ров, то это мазохистская зависимость, как бы ни рационализировалась такая связь. Садизм тоже нередко выступает под маской любви. Управляя другим человеком, можно утверждать, что это делается в его интересах, и это часто выглядит как проявление любви; но в основе такого поведения лежит стремление к господству.

Здесь у многих читателей возникнет вопрос: если садизм таков, как мы его определили, то не идентичен ли он стремлению к власти? Мы ответим так: садизм в наиболее разрушительных формах, когда другого человека истязают, — это не то же самое, что жажда власти; но именно жажда власти является наиболее существенным проявлением садизма. В наши дни эта проблема приобрела особую важность. Со времен Гоббса на стремление к власти смотрели как на основной мотив человеческого поведения; но в следующие столетия все большее значение приобретали юридические и моральные факторы, направленные к ограничению власти. С возникновением фашизма жажда власти и ее оправдание достигли небывалых размеров. Миллионы людей находятся под впечатлением побед, одержанных властью, и считают власть признаком силы. Разумеется, власть над людьми является проявлением превосходящей силы в сугубо материальном смысле: если в моей власти убить другого человека, то я "сильнее" его. Но в психологическом плане жажда власти коренится не в силе, а в слабости. В ней проявляется неспособность личности выстоять в одиночку и жить своей силой. Это отчаянная попытка приобрести заменитель силы, когда подлинной силы не хватает. Власть — это господство над кем-либо: сила — это способность к свершению, потенция. Сила в психологическом смысле не имеет ничего общего с господством; это слово означает обладание способностью. Когда мы говорим о бессилии, то имеем в виду не неспособность человека господствовать над другими, а его неспособность к самостоятельной жизни. Таким образом, "власть" и "сила" — это совершенно разные вещи, "господство" и "потенция" — отнюдь не совпадающие, а взаимоисключающие друг друга. Импотенция — если применять этот термин не только к сексуальной сфере, но и ко всем сферам человеческих возможностей — влечет за собой садистское стремление к господству. Пока и поскольку индивид силен, то есть способен реализовать свои возможности на основе свободы и целостности своей личности, господство над другими ему не нужно и он не стремится

ся к власти. Власть — это извращение силы, точно так же как сексуальный садизм — извращение половой любви.

По-видимому, садистские и мазохистские черты можно обнаружить в каждом человеке. На одном полюсе существуют индивиды, в личности которых эти черты преобладают, на другом — те, для кого они вовсе не характерны. О садистско-мазохистском характере можно говорить лишь в отношении первых из них. Термин "характер" мы применяем в динамическом смысле, в каком говорил о характере Фрейд. В его понимании характер — это не общая сумма шаблонов поведения, свойственных данному человеку, а совокупность доминантных побуждений, мотивирующих его поведение.

Характер человека, в котором преобладают садистско-мазохистские побуждения, может быть определен как садистско-мазохистский; но такие люди — не обязательно невротики. Является ли определенный тип характера "невротическим" или "нормальным" — это в значительной степени зависит от тех специальных задач, которые люди должны выполнять по своему социальному положению и от тех шаблонов чувства и поведения, которые распространены в данном обществе, в данной культуре. Для огромной части низов среднего класса в Германии и в других европейских странах садистско-мазохистский характер является типичным; и, как будет показано, именно в характерах этого типа нашла живейший отклик идеология нацизма. Но поскольку термин "садистско-мазохистский" ассоциируется с извращениями и с неврозами, я предпочитаю говорить не о садистско-мазохистском, а об "авторитарном" характере, особенно когда речь идет не о невротиках, а о нормальных людях. Этот термин вполне оправдан, потому что садистско-мазохистская личность всегда характеризуется особым отношением к власти. Такой человек восхищается властью и хочет подчиняться, но в то же время он хочет сам быть властью, чтобы другие подчинялись ему. Есть еще одна причина, по которой этот термин правомочен. Фашистские системы называют себя авторитарными ввиду доминирующей роли власти в их общественно-политической структуре. Термин "авторитарный характер" вбирает в себя и тот факт, что подобный склад характера определяет "человеческую базу" фашизма.

Прежде чем продолжить разговор об авторитарном характере, необходимо уточнить термин "авторитет", "власть". Власть — это не качество, которое человек "имеет", как имеет какую-либо собственность или физическое качество. Власть является результатом межличностных взаимоотношений, при которых один человек смотрит на другого как на высшего по отношению к себе. Но существует принципиальная разница между теми отношениями "высших" и "низших", которые можно определить как рациональный авторитет, и теми отношениями, которые можно назвать подавляющей властью.

Разъясню на примере. Отношения между профессором и студентом основаны на превосходстве первого над вторым, как и отношения рабовладельца и раба. Но интересы профессора и студента стремятся к совпадению: профессор доволен, если ему удалось развить своего ученика; если это не получилось, то плохо для обоих. Рабовладелец стремится эксплуатировать раба: чем больше он из него выжмет, тем лучше для рабовладельца; в то же время раб всеми способами стремится защитить доступную ему долю счастья. Здесь интересы определенно антагонистичны, поскольку выигрыш одного обращается потерей для другого. В двух этих случаях превосходство имеет разные функции: в первом оно является условием помощи низшему, во втором — условием его эксплуатации. Динамика власти в двух этих случаях тоже различна. Чем лучше студент учится, тем меньше разрыв между ним и профессором; иными словами, отношение "власть - подчинение" постепенно себя изживает. Если же власть служит основой эксплуатации, то со временем дистанция становится все больше и больше.

Различна в этих случаях и психологическая ситуация подчиненного. В первом случае у него преобладают элементы любви, восхищения и благодарности. Авторитет — это не только власть, но и пример, с которым хочется себя отождествить, частично или полностью. Во втором случае, когда подчинение причиняет низшему ущерб, против эксплуататора возникают чувства возмущения и ненависти. Однако ненависть раба может привести его к таким конфликтам, которые лишь усугубят его страдания, поскольку шансов на победу у него нет. Поэтому естественна тенденция подавить это чувство или даже заменить его чувством слепого

восхищения. У этого восхищения две функции: во-первых, устранить болезненное и опасное чувство, а во-вторых, смягчить чувство унижения. В самом деле, если мой господин так удивителен и прекрасен, то мне нечего стыдиться в моем подчиненном положении; я не могу с ним равняться, потому что он настолько сильнее, умнее, лучше меня... И так далее. В результате при угнетающей власти неизбежно возрастание либо ненависти к ней, либо иррациональной сверхоценки и восхищения. При рациональном авторитете эти чувства изживаются, поскольку подчиненный становится сильнее и, следовательно, ближе к своему руководителю.

Различие между рациональной и насильственной властью лишь относительно. Даже в отношениях между рабом и его хозяином есть элементы пользы для раба: он получает хотя бы тот минимум пищи и защиты, без которого не смог бы работать на хозяина. Вместе с тем лишь в идеальных отношениях между учителем и учеником мы не найдем какого-то антагонизма интересов. Между двумя крайними случаями можно наблюдать множество промежуточных: отношения фабриканта и рабочего, фермера и его сына, главы семейства и его жены и т.д. Однако эти два типа власти принципиально отличаются друг от друга — хотя на практике они всегда смешаны, — так что при анализе любой ситуации необходимо определять удельный вес каждого типа власти в данном конкретном случае.

Власть не обязательно должна воплощаться в каком-то лице, или институте, приказывающем что-либо делать или не делать; такую власть можно назвать внешней. Власть может быть и внутренней, выступая под именем долга, совести или "Суперэго". Фактически вся современная мысль — от протестантизма и до философии Канта — представляет собой подмену внешней власти властью интериоризованной. Поднимавшийся класс одерживал одну политическую победу за другой, и внешняя власть теряла свой престиж, но ее место занимала личная совесть. Эта замена многим казалась победой свободы. Подчиняться приказам со стороны (во всяком случае, в духовной сфере) казалось недостойным свободного человека. Но подавление своих естественных наклонностей, установление господства над одной частью личности — над собственной натурой — другую часть личности — разумом, волей и совестью — это представлялось самой

сущностью свободы. Но анализ показывает, что совесть правит не менее сурово, чем внешняя власть, и, более того, что содержание приказов совести зачастую совершенно не соответствует требованиям этических норм в отношении человеческого достоинства. Своей суровостью совесть может и превзойти внешнюю власть: ведь человек ощущает ее приказы как свои собственные. Как же ему восстать против себя самого?

За последние десятилетия "совесть" в значительной мере потеряла свой вес. Это выглядит так, будто в личной жизни ни внешние, ни внутренние авторитеты уже не играют сколь-нибудь заметной роли. Каждый совершенно "свободен", если только не нарушает законных прав других людей. Но обнаруживается, что власть при этом не исчезла, а стала невидимой. Вместо явной власти правит власть анонимная. У нее множество масок: здравый смысл, наука, психическое здоровье, нормальность, общественное мнение; она требует лишь того, что само собой разумеется. Кажется, что она не использует никакого давления, а только мягкое убеждение. Когда мать говорит своей дочери: "Я знаю, ты не захочешь идти гулять с этим мальчиком", когда реклама предлагает: "Курите эти сигареты, вам понравится их мягкость", — создается та атмосфера вкрадчивой подсказки, которой проникнута вся наша общественная жизнь. Анонимная власть эффективнее открытой, потому что никто и не подозревает, что существует некий приказ, что ожидается его выполнение. В случае внешней власти ясно, что приказ есть, ясно, кто его отдал; против этой власти можно бороться, в процессе борьбы может развиваться личное мужество и независимость. В случае интериоризованной власти нет командира, но хотя бы сам приказ остается различимым. В случае анонимной власти исчезает и приказ. Вы словно оказываетесь под огнем невидимого противника: нет никого, с кем можно было бы сражаться.

Возвращаясь к авторитарному характеру, заметим снова, что наиболее специфической его чертой является отношение к власти и силе. Для авторитарного характера существуют, так сказать, два пола: сильные и бессильные. Сила автоматически вызывает его любовь и готовность подчиниться независимо от того, кто ее проявил. Сила привлекает его не ради тех ценностей, которые за нею стоят, а сама по себе, потому что она — сила. И так же, как

сила автоматически вызывает его "любовь", бессильные люди или организации автоматически вызывают его презрение. При одном лишь виде слабого человека он испытывает желание напасть, подавить, унижить. Человек другого типа ужасается самой идее напасть на слабого, но авторитарная личность ощущает тем большую ярость, чем беспомощнее ее жертва.

В авторитарном характере есть одна особенность, которая вводит в заблуждение многих исследователей: тенденция сопротивляться власти и отвергать любое влияние "сверху". Иногда это сопротивление затемняет всю картину, так что тенденции подчинения становятся незаметны. Такой человек постоянно бунтует против любой власти, даже против той, которая действует в его интересах и совершенно не применяет репрессивных мер. Иногда отношение к власти раздваивается: люди могут бороться против одной системы власти, особенно если они разочарованы недостаточной силой этой системы, и в то же время — или позже — подчиняются другой системе, которая за счет своей большей мощи или больших обещаний может удовлетворить их мазохистские влечения. Наконец, существует такой тип, в котором мятежные тенденции подавлены совершенно и проявляются только при ослаблении сознательного контроля (либо могут быть узнаны лишь впоследствии по той ненависти, которая поднимается против этой власти в случае ее ослабления или крушения). С людьми, у которых мятежность преобладает, можно легко ошибиться, решив, что структура их характера прямо противоположна характеру мазохистского типа. Кажется, что их протест против любой власти основан на крайней независимости; они выглядят так, будто внутренняя сила и целостность толкают их на борьбу с любыми силами, ограничивающими их свободу. Однако борьба авторитарного характера против власти является, по сути дела, бравадой. Это попытка утвердить себя, преодолеть чувство собственного бессилия, но мечта подчиниться, осознанная или нет, при этом сохраняется. Авторитарный характер — никогда не "революционер", я бы назвал его "бунтовщиком". Множество людей — и политических движений — изумляют не очень внимательного наблюдателя кажущейся необъяснимостью перехода от "радикализма" к крайнему авторитаризму. Психологически эти люди — типичные бунтовщики.

Отношение авторитарного характера к жизни, вся его философия определяется его эмоциональными стремлениями. Авторитарный характер любит условия, ограничивающие свободу человека, он с удовольствием подчиняется судьбе. Определение "судьба" зависит от его социального положения. Для солдата она может означать волю или прихоть его начальника, которую он "рад стараться" выполнить. Для мелкого предпринимателя это экономические законы; кризисы или процветание — это для него не общественные явления, которые могут быть изменены человеческой деятельностью, а проявления высшей силы, которой приходится подчиняться. У тех, кто находится на вершине пирамиды, тоже есть своя "судьба". Различие лишь в масштабе власти и силы, которым подчиняется индивид, а не в чувстве подчиненности как таковом.

Не только силы, непосредственно определяющие личную жизнь человека, но и силы, от которых зависит жизнь вообще, воспринимаются как неумолимая судьба. По воле судьбы происходят войны, по воле судьбы одна часть человечества должна управлять другой; так уж суждено, что никогда не уменьшится страдание на этом свете. Судьба может рационализироваться. В философии это — "предназначение человека", "естественный закон"; в религии — "воля господня"; в этике — "долг"; но для авторитарной личности это всегда высшая внешняя власть, которой можно только подчиняться. Авторитарная личность преклоняется перед прошлым: что было — будет вечно; хотеть чего-то такого, чего не было раньше, работать во имя нового — это или безумие, или преступление. Чудо творчества — а творчество всегда чудо — не вмещается в его понятия.

Общая черта всего авторитарного мышления состоит в убеждении, что жизнь определяется силами, лежащими вне человека, вне его интересов и желаний. Единственно возможное счастье состоит в подчинении этим силам. Меллер ван дер Брук очень четко выразил это ощущение: "Консерватор, скорее, верит в катастрофу, в бессилие человека избежать ее, в ее необходимость — и в ужасное разочарование обольщавшегося оптимиста". Авторитарная личность может обладать и активностью, и смелостью, и верой, но эти качества имеют для нее совсем не тот смысл, какой имеют для человека, не стремящегося к подчинению. У автори-

тарного характера активность основана на глубоком чувстве бессилия, которое он пытается преодолеть. Активность в этом смысле означает действие во имя чего-то большего, чем его собственное "я". Оно возможно во имя Бога, во имя прошлого, долга, природы, но никогда во имя будущего, во имя чего-то такого, что еще не имеет силы, во имя жизни как таковой. Авторитарная личность обретает силу к действию, лишь опираясь на высшую силу. Она должна быть несокрушима и неизменна. Недостаток силы служит для такого человека безошибочным признаком вины и неполноценности; если власть, в которую он верит, проявляет признак слабости, то его любовь и уважение превращаются в презрение и ненависть. В нем нет "наступательной силы", позволяющей атаковать установившуюся власть, не отдавшись.

Мужество авторитарной личности состоит в том, чтобы выдержать все, что бы ни послала ей судьба или живой ее представитель — вождь. Страдать безропотно — в этом высшая добродетель и заслуга такого человека, а не в том, чтобы попытаться прекратить эти страдания или по крайней мере уменьшить их. Не изменять судьбу, а подчиниться ей — в этом героизм авторитарного характера.

Он верит власти, пока эта власть сильна и может повелевать. Но эта вера коренится в конечном счете в его сомнениях и является попыткой компенсировать их. Но если понимать под верой твердое убеждение в осуществимости некоторой цели, в данный момент существующей лишь в виде возможности, то такой веры у него нет. По своей сути авторитарная философия является нигилистической и релятивистской, несмотря на видимость ее активности, несмотря на то, что она часто и рьяно заявляет о своей полной победе над релятивизмом. Вырастая на крайнем отчаянии, на полнейшем отсутствии веры, эта философия ведет к нигилизму и отрицанию жизни.

В авторитарной философии нет понятия равенства. Человек с авторитарным характером может иногда воспользоваться словом "равенство" в обычном разговоре — или ради своей выгоды, — но для него это слово не имеет никакого реального смысла, поскольку относится к понятию, которое он не в состоянии осмыслить. Мир для него состоит из людей, имеющих или не име-

ющих силу и власть, то есть из высших и низших. Садистско-мазохистские стремления приводят его к тому, что он способен только к господству или к подчинению; он не может испытывать солидарности. Любые различия — будь то пол или раса — для него обязательно являются признаками превосходства или неполноценности. Различие, которое не имело бы такого смысла, для него просто невообразимо.

Приведенное выше описание садистско-мазохистского стремления и авторитарного характера относится к наиболее резко выраженным формам собственной беспомощности и соответственно к наиболее выраженным формам бегства от нее путем симбиотического отношения к объекту поклонения или господства.

Лишь отдельные индивиды либо социальные группы могут рассматриваться как типично садистско-мазохистские, но садистско-мазохистские побуждения существуют практически у всех. Менее выраженная форма зависимости распространена в нашем обществе настолько широко, что ее полное отсутствие составляет, по-видимому, лишь редкое исключение. Эта зависимость не имеет опасных черт необузданного садомазохизма, но настолько важна, что ее нельзя обойти молчанием.

Я имею в виду людей, вся жизнь которых трудноуловимым способом связана с некоторой внешней силой. Все, что они делают, чувствуют или думают, имеет какое-то отношение к этой силе. Люди ожидают, что некто их защитит, что "он" позаботится о них, и возлагают на "него" ответственность за результаты своих собственных поступков. Часто человек не осознает, что такая зависимость существует. Даже если есть смутное сознание самой зависимости, внешняя сила, от которой человек зависит, остается неясной: нет определенного образа, который был бы связан с этой силой. Главное ее качество определяется функцией: она должна защищать индивида, помогать ему, развивать его и всегда быть с ним рядом. Некий "Икс", обладающий этими свойствами, может быть назван волшебным помощником. Разумеется, что "волшебный помощник" часто персонифицирован: это может быть бог, некий принцип, или реальный человек, например кто-то из родителей, муж, жена или начальник. Важно иметь в виду, что когда реальные люди наделяются ролью "волшебного помощника", то им приписываются волшебные качества; значение, которое при-

обретают эти люди, является следствием этой их роли. Процесс персонификации "волшебного помощника" часто можно наблюдать в том, что называется "любовью с первого взгляда". Человек, которому нужен "волшебный помощник", стремится найти ее живое воплощение. По тем или иным причинам — а они часто усиливаются половым влечением — некий другой человек приобретает для него волшебные качества, и он превращает этого человека в существо, с которым отныне связана и от которого зависит вся его жизнь. Тот факт, что этот второй человек находит своего "волшебного помощника" в первом, ничего не меняет; это только помогает усилить впечатление, будто такие отношения являются "настоящей любовью". Причины, по которым человек бывает привязан к "волшебному помощнику", в принципе те же, какие мы нашли в основе стремления к симбиозу: неспособность выдержать одиночество и полностью реализовать свои индивидуальные возможности. В садистско-мазохистских стремлениях эта неспособность приводит к тенденции избавиться с помощью "волшебного помощника" от собственного "я"; в более спокойных формах, о которых мы говорим сейчас, она выражается лишь в потребности иметь наставника и защитника. Степень зависимости от "волшебного помощника" обратно пропорциональна способности к спонтанному проявлению своих интеллектуальных, эмоциональных и чувственных возможностей. Иными словами, человек надеется получить все, чего он хочет от жизни, из рук "волшебного помощника", а не своими собственными усилиями. Чем сильнее проявляется эта тенденция, тем больше центр тяжести его жизни смещается с его собственной личности в сторону "волшебного помощника" и его персонификаций. И вопрос стоит уже не о том, как жить самому, а о том, как манипулировать "им", чтобы его не потерять, как побудить его делать то, что вам нужно, и даже как переложить на него ответственность за ваши поступки.

В крайних случаях почти вся жизнь человека сводится к попыткам манипулировать "им". Средства для этого могут быть различны: одни используют покорность, другие — "великодушие", третьи — свои страдания и т.д. При этом каждое чувство, каждая мысль как-то связаны с потребностью манипулировать "им", так что ни одно проявление психики уже не может быть

спонтанным, свободным. Эта зависимость, возникая из недостатка спонтанности, в то же время дает человеку какую-то защищенность, но вместе с тем вызывает и чувство слабости, связанности. В результате человек, зависящий от "волшебного помощника", ощущает — часто бессознательно — свое порабощение и так или иначе бунтует против "него". Этот бунт против человека, с которым связаны все надежды на безопасность и счастье, создает новые конфликты. Чтобы не потерять "волшебного помощника", необходимо подавлять свои мятежные тенденции; но скрытый антагонизм остается и постоянно угрожает той безопасности, которая и является целью связи.

Наблюдения показывают, что сущность любого невроза — как и нормального развития — составляет борьба за свободу и независимость. Для многих нормальных людей эта борьба уже позади: она завершилась полной капитуляцией; принеся в жертву свою личность, они стали хорошо приспособленными и считаются нормальными. Невротик — это человек, продолжающий сопротивляться полному подчинению, но в то же время связанный с фигурой "волшебного помощника", какой бы облик "он" ни принимал. Невроз всегда можно понять как попытку — неудачную попытку — разрешить конфликт между непреодолимой внутренней зависимостью и стремлением к свободе.

РАЗРУШИТЕЛЬНОСТЬ

Мы уже упоминали, что садистско-мазохистские стремления необходимо отличать от разрушительности, хотя они по большей части бывают взаимосвязаны. Разрушительность отличается уже тем, что ее целью является не активный или пассивный симбиоз, а уничтожение, устранение объекта. Но корни у нее те же: бессилие, и изоляция индивида. Я могу избавиться от чувства собственного бессилия по сравнению с окружающим миром, разрушая этот мир. Конечно, если мне удастся его устранить, то я окажусь совершенно одинок, но это будет блестящее одиночество; это такая изоляция, в которой мне не будут угрожать никакие внешние силы. Разрушить мир — это последняя, отчаянная попытка не дать этому миру разрушить меня. Целью садизма является поглощение объекта, целью разрушительности — его устра-

нение. Садизм стремится усилить одинокого индивида за счет его господства над другими, разрушительность — за счет ликвидации любой внешней угрозы.

Каждого, кто наблюдает личные отношения в нашей социальной обстановке, поражает колоссальный уровень разрушительных тенденций, которые обнаруживаются повсюду. По большей части они не осознаются как таковые, а рационализируются в различных формах. Пожалуй, нет ничего на свете, что не использовалось бы как рационализация разрушительности. Любовь, долг, совесть, патриотизм — их использовали и используют для маскировки разрушения себя самого и других людей. Однако необходимо делать различие между двумя видами разрушительных тенденций. В конкретной ситуации эти тенденции могут возникнуть как реакция на нападение, угрожающее жизни или целостности самого индивида либо других людей или идеям, с которыми он себя отождествляет. Разрушительность такого рода — это естественная и необходимая составляющая утверждения жизни. Но мы рассматриваем здесь не эту рациональную враждебность, а ту разрушительность, которая является постоянно присутствующей внутренней тенденцией и ждет лишь повода для своего проявления. Если такая разрушительность проявляется без какой-либо объективной "причины", то мы считаем человека психически или эмоционально больным (хотя сам он, как правило, придумывает какую-нибудь рационализацию).

В огромном большинстве случаев разрушительные стремления рационализируются таким образом, что по меньшей мере несколько человек — или целая социальная группа — разделяют эту рационализацию и она им кажется "реалистичной". Но объекты иррациональной разрушительности — и причины, по которым выбраны именно эти объекты, — сами по себе второстепенны; разрушительные импульсы — это проявления внутренней страсти, которая всегда находит себе какой-нибудь объект. Если по каким-либо причинам этим объектом не могут стать другие люди, то разрушительные тенденции индивида легко направляются на него самого. Когда они достигают некоторого уровня, это приводит к физическому заболеванию или даже к попытке самоубийства.

Мы предположили, что разрушительность — это средство избавления от невыносимого чувства бессилия, поскольку она нацелена на устранение всех объектов, с которыми индивиду приходится себя уравнивать. Но если принять во внимание огромную роль разрушительных тенденций в человеческом поведении, то такое объяснение кажется недостаточным. Сами условия изоляции и бессилия порождают и два других источника разрушительности: тревогу и скованность. По поводу тревоги все достаточно ясно. Любая угроза жизненным интересам (материальным или эмоциональным) возбуждает тревогу, а самая обычная реакция на нее — разрушительные тенденции. В определенной ситуации угроза может связываться с определенными людьми, и тогда разрушительность направляется на этих людей. Но тревога может быть и постоянной, хотя и не обязательно осознанной; такая тревога возникает из столь же постоянного ощущения, что окружающий мир вам угрожает. Эта постоянная тревога является следствием изоляции и бессилия индивида и в то же время еще одним источником накапливающихся в нем разрушительных тенденций.

Из той же основной ситуации происходит ощущение, которое я назвал скованностью. Изолированный и бессильный индивид испытывает ограничения в реализации своих чувственных эмоциональных и интеллектуальных возможностей; ему не хватает внутренней уверенности, спонтанности, которая является условием такой реализации. Внутренняя блокада усиливается табу, наложенными обществом на счастье и наслаждение, вроде тех, которые пронизывают мораль и нравы среднего класса со времен Реформации. В наши дни внешние запреты практически исчезли, однако внутренняя скованность сохранилась, несмотря на сознательное приятие чувственных наслаждений.

Проблема взаимосвязи между скованностью и разрушительностью была затронута Фрейдом; при изложении его теории мы сможем высказать и некоторые собственные соображения.

Фрейд понял, что в своей первоначальной концепции, рассматривавшей половое влечение и стремление к самосохранению как две главные движущие силы человеческого поведения, он упустил из виду роль и значение разрушительных побуждений. Позднее, решив, что разрушительные тенденции столь же важны,

как и сексуальные влечения, он пришел к выводу, что в человеке проявляются два основных стремления: стремление к жизни, более или менее идентичное сексуальному "либидо", и инстинкт смерти, имеющий целью уничтожение жизни. Фрейд предположил, что инстинкт смерти, сплавленный с сексуальной энергией, может быть направлен либо против самого человека, либо против объектов вне его. Кроме того, он предположил, что инстинкт смерти биологически заложен во всех живых организмах и поэтому является необходимой и неустранимой составляющей жизни вообще.

Гипотеза о существовании инстинкта смерти обладает тем достоинством, что отводит важное место разрушительным тенденциям, которые не принимались во внимание в ранних теориях Фрейда. Но биологическое истолкование не может удовлетворительно объяснить тот факт, что уровень разрушительности в высшей степени различен у разных индивидов и разных социальных групп. Если бы предположения Фрейда были верны, следовало бы ожидать, что уровень разрушительности, направленной против других или против себя, окажется более или менее постоянным. Однако наблюдается обратное: не только между различными индивидами, но и между различными социальными группами существует громадная разница в весе разрушительных тенденций. Так, например, вес этих тенденций в структуре характера представителей низов европейского среднего класса определенно и значительно выше, нежели в среде рабочих или представителей социальной верхушки. Этнографические исследования познакомили нас с целыми народами, для которых характерен особенно высокий уровень разрушительности; между тем другие народы проявляют столь же заметное отсутствие разрушительных тенденций — как по отношению к другим людям, так и по отношению к себе.

По-видимому, любая попытка понять корни разрушительности должна начинаться с наблюдения именно этих различий. Зачем необходимо установить, нет ли других различающих факторов и не могут ли эти факторы быть причиной упомянутых различий в уровне разрушительности.

Эта проблема настолько сложна, что потребовала бы специального исследования; его мы здесь провести не можем. Однако я хотел бы предположительно указать, в каком направлении сле-

дует искать ответ. Кажется правдоподобным, что уровень разрушительности в индивиде пропорционален той степени, до какой ограничена его экспансивность. Мы имеем в виду не отдельные фрустрации того или иного инстинктивного влечения, а общую скованность, препятствующую спонтанному развитию человека и проявлению всех его чувственных, эмоциональных и интеллектуальных возможностей. У жизни своя собственная динамика: человек должен расти, должен проявить себя, должен прожить свою жизнь. По-видимому, если эта тенденция подавляется, энергия, направленная к жизни, подвергается распаду и превращается в энергию, направленную к разрушению. Иными словами, стремление к жизни и тяга к разрушению не являются взаимно независимыми факторами, а связаны обратной зависимостью — чем больше проявляется стремление к жизни, чем полнее жизнь реализуется, тем слабее разрушительные тенденции; чем больше стремление к жизни подавляется, тем сильнее тяга к разрушению. Разрушительность — это результат непрожитой жизни. Индивидуальные или социальные условия, подавляющие жизнь, вызывают страсть к разрушению, наполняющую своего рода резервуар, откуда вытекают всевозможные разрушительные тенденции — по отношению к другим и к себе.

Само собой понятно, насколько важно не только осознать роль разрушительности и враждебности в динамике социального процесса, но и понять, какие именно факторы способствуют из усилению. Мы уже говорили о враждебности, которой был охвачен средний класс в период Реформации и которая нашла свое выражение в некоторых религиозных доктринах протестантства. Особенно это заметно в аскетическом духе протестантства, в кальвинистском образе безжалостного бога, для собственного удовольствия осудившего часть людей на вечные муки без всякой их вины. В то время — как и позднее — средний класс выражал свою враждебность главным образом под маской морального негодования, которое рационализировало жгучую зависть к тем, у кого была возможность наслаждаться жизнью. В наше время разрушительные тенденции низов среднего класса стали важным фактором в развитии нацизма, который апеллировал к этим тенденциям и использовал их в борьбе со своими противниками. Источники разрушительности в этом социальном слое легко оп-

ределить: это все та же изоляция индивида, все то же подавление индивидуальной экспансивности, о которых мы уже говорили и которые в низах среднего класса гораздо ощутимее, чем в выше- или нижестоящих классах общества.

АВТОМАТИЗИРОВАННЫЙ КОНФОРМИЗМ

С помощью рассмотренных нами механизмов "бегства" индивид --- преодолевает чувство своей ничтожности по сравнению с подавляюще мощным внешним миром, или за счет отказа от собственной целостности, или за счет разрушения других, для того чтобы мир перестал ему угрожать.

Другие механизмы "бегства" состоят в полном отрешении от мира, при котором мир утрачивает свои угрожающие черты — эту картину мы видим в некоторых психозах, либо в психологическом самовозвеличении до такой степени, что мир, окружающий человека, становится мал в сравнении с ним. Эти механизмы "бегства" важны для индивидуальной психологии, но не представляют большого интереса в смысле общественной значимости. Поэтому я не стану их здесь обсуждать, а обращусь к еще одному механизму, чрезвычайно важному в социальном плане.

Именно этот механизм является спасительным решением для большинства нормальных индивидов в современном обществе. Коротко говоря, индивид перестает быть собой; он полностью усваивает тип личности, предлагаемый ему общепринятым шаблоном, и становится точно таким же, как все остальные, и таким, каким они хотят его видеть. Исчезает различие между собственным "я" и окружающим миром, а вместе с тем и осознанный страх перед одиночеством и бессилием. Этот механизм можно сравнить с защитной окраской некоторых животных: они настолько похожи на свое окружение, что практически неотличимы от него. Отказавшись от собственного "я" и превратившись в робота, подобного миллионам других таких же роботов, человек уже не ощущает одиночества и тревоги. Однако за это приходится платить утратой своей личности.

Итак, мы полагаем, что "нормальный" способ преодоления одиночества в нашем обществе состоит в превращении в авто-

мат. Но такая точка зрения противоречит одному из самых распространенных представлений о человеке нашей культуры; принято думать, что большинство из нас — личности, способные думать, чувствовать и действовать свободно, по своей собственной воле. Каждый человек искренне убежден, что он — это "он", что его мысли, чувства и желания на самом деле принадлежат "ему". Но хотя среди нас встречаются и подлинные личности, в большинстве случаев такое убеждение является иллюзией, и притом иллюзией опасной, ибо она препятствует ликвидации причин, обусловивших такое положение. Здесь мы сталкиваемся с одной из самых главных проблем психологии, которую проще всего разъяснить с помощью ряда вопросов. Что такое "я"? Какова природа действий, которые лишь кажутся собственными? Что такое спонтанность? Что такое самобытный психический акт? И наконец, какое отношение все это имеет к свободе? В этом разделе мы покажем, как чувства и мысли могут внушаться со стороны, но субъективно восприниматься как собственные, а также как собственные чувства и мысли могут быть подавлены и тем самым изъяты из личности человека.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Фромм Э.* Здоровое общество. Дайджест / Психоанализ и культура. М. 1995.
2. *Фромм Э.* Бегство от свободы. Дайджест. М. 1990.
3. *Фромм Э.* Иметь или быть. М. 1990.
4. *Фромм Э.* Психоанализ и этика. М. 1993.
5. *Фромм Э.* Анатомия человеческой деструктивности. М. 1994.
6. *Фромм Э.* Психоанализ и дзен-буддизм./ Дзен-буддизм и психоанализ. М. 1995.
7. *Фромм Э.* Психоанализ и религия./ Сумерки богов. М. 1989.

Э.БЕРН

ТРИ АСПЕКТА ЛИЧНОСТИ⁴

Наблюдения за спонтанной социальной деятельностью, который лучше всего проводить в специальных психотерапевтических группах, обнаруживают, что время от времени разные аспекты поведения людей (позы, голос, точки зрения, разговорный словарь и т.п.) заметно меняются. Поведенческие изменения обычно сопровождаются эмоциональными. У каждого человека некий набор поведенческих схем соотносится с определенным состоянием его сознания. А с другим психическим состоянием, часто несовместимым с первым, бывает связан уже другой набор схем. Эти различия и изменения приводят нас к мысли о существовании различных состояний Эго.

На языке психологии состояние Эго можно описывать как систему чувств, определяя ее как набор согласованных поведенческих схем. По-видимому, каждый человек располагает определенным, чаще всего ограниченным репертуаром состояний своего Эго, которые суть не роли, а психологическая реальность. Репертуар этих состояний мы попытались разбить на следующие категории: 1) состояния Эго, сходные с образами родителей; 2) состояния Эго, автономно направленные на объективную оценку реальности; 3) состояния Эго, все еще действующие с момента их фиксации в раннем детстве и представляющие собой архаические пережитки. Неформально проявления этих состояний Эго называются Родитель, Взрослый и Ребенок. В дальнейшем мы будем использовать именно эту терминологию.

Мы считаем, что человек в социальной группе в каждый момент времени обнаруживает одно из состояний Эго — Родителя, Взрослого и Ребенка. Люди с разной степенью готовности могут переходить из одного состояния в другое.

На основе этих наблюдений можно прийти к некоторым диагностическим выводам. Высказывание "Это ваш Родитель" означает: "Вы сейчас рассуждаете так же, как обычно рассуждал один из ваших родителей (или тот, кто его заменял). Вы реагируете так, как прореагировал бы он — теми же позами, жестами, словами, чувствами и т.д.". Слова "Это ваш Взрослый" означают: "Вы

только что самостоятельно и объективно оценили ситуацию и теперь в непредвзятой манере излагаете ход ваших размышлений, формулируете свои проблемы и выводы, к которым Вы пришли". Выражение "Это ваш Ребенок" означает: "Вы реагируете так же и с той же целью, как это сделал бы маленький ребенок".

Смысл этих высказываний можно пояснить подробнее.

1. У каждого человека были родителя (или те, кто их заменил), и он хранит в себе набор состояний Эго, повторяющих состояния Эго их родителей (как он их воспринимал). Эти родительские состояния Эго при некоторых обстоятельствах начинают активизироваться. Следовательно, упрощая это понятие, можно сказать: "Каждый носит в себе Родителя".

2. Все люди (не исключая детей) способны на объективную переработку информации при условии, что активизированы соответствующие состояния их Эго. На быденном языке это звучит так: "В каждом человеке есть Взрослый".

3. Любой человек был раньше моложе, чем сейчас, поэтому он несет в себе впечатления прежних лет, которые при определенных условиях могут активизироваться. Можно сказать, что "каждый таит себе маленького мальчика или девочку".

Здесь нам хотелось бы поместить структурную диаграмму (схема 1,а), отражающую все компоненты личности, выявленные на данном этапе анализа. Диаграмма включает состояния Родителя, Взрослого и Ребенка. Они четко отделены друг от друга. Неопытный наблюдатель может и не заметить их отличий, но человеку, взявшему на себя труд изучения структурной диагностики, отличия вскоре покажутся весьма впечатляющими и содержательными.

Из соображений удобства мы будем впредь называть конкретных людей родителями, взрослыми или детьми (со строчной буквы). В тех же случаях, когда будем говорить о состояниях Эго, то те же слова будут написаны с заглавной буквы: Родитель (Р), Взрослый (В), Ребенок (Ре). Считаем необходимым упомянуть о некоторых особенностях используемой нами терминологии.

1. Мы никогда не употребляем слово "ребяческий", так как это понятие содержит негативный оттенок, поэтому от него следует избавляться.

Описывая Ребенка, мы будем употреблять слово "детский". Оно звучит более объективно и может быть использовано в биологическом смысле. Во многих отношениях Ребенок — одна из

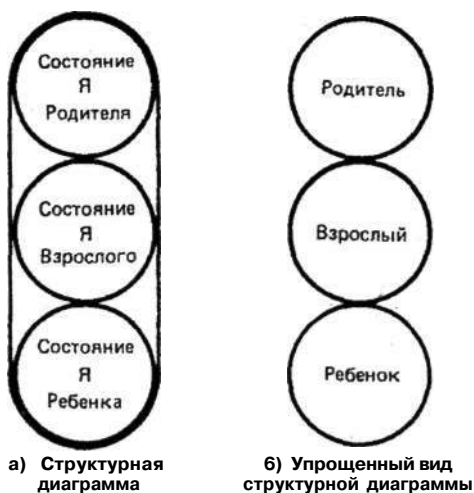


Схема 1. Структурная диаграмма

наиболее ценных составляющих личности, так как вносит в жизнь человека то, что настоящий ребенок вносит в семейную жизнь: радость, творчество и очарование.

Если Ребенок нездоров и беспокоен, то последствия могут быть самыми неблагоприятными. Однако определенные меры для улучшения ситуации могут и должны быть приняты.

2. Все вышесказанное касается и слов "зрелый" и "незрелый". Мы не считаем, что существуют так называемые "незрелые личности". Есть люди, в которых Ребенок совершенно некстати и неумело берет на себя управление всей личностью, но в то же время у них есть и хорошо структурированный Взрослый, которого нужно только обнаружить и привести в действие. У так называемых "зрелых людей", наоборот, контроль за поведением почти все время осуществляет Взрослый, но и у них, как и у всех остальных, Ребенок может прорваться к власти, и тогда появляются обескураживающие результаты.

3. Следует отметить, что Родитель может проявляться двояким образом — прямо или косвенно: как активное состояние Я или как влияние Родителя. В первом, активном случае человек реагирует так, как реагировали в подобных случаях его отец или мать ("Делай, как я"). Если же речь идет о косвенном влиянии, то обычно реакция человека бывает такой, какой от него ждали

("Не делай, как я; делай то, что я говорю"). В первом случае он подражает одному из родителей, во втором — приспосабливается к их требованиям.

4. Ребенок тоже может проявлять себя двумя способами: как приспособившийся Ребенок и как естественный Ребенок. Приспособившийся Ребенок изменяет свое поведение под влиянием Родителя. Он ведет себя так, как этого хотели бы отец или мать: например, очень зависимо от них или не по годам самостоятельно. Нытье или "уход в себя" — это тоже способы адаптации. Таким образом, влияние Родителя выступает как причина, а приспособившийся Ребенок — как следствие. В то же время естественный Ребенок проявляет себя в спонтанном поведении: например, в непослушании, бунте или в проявлении творческого порыва.

Состояния Эго — это нормальные физиологические феномены. Человеческий мозг организует психическую жизнь, а продукты его деятельности упорядочиваются и хранятся в виде состояний Эго. Некоторые работы американских ученых содержат конкретные факты, подтверждающие эту точку зрения. На разных уровнях существуют и другие упорядочивающие системы, такие, например, как память на факты. Однако естественным образом опыт запечатлевается в меняющихся состояниях сознания. Каждый тип состояний по-своему жизненно важен для человеческого организма.

Ребенок — это источник интуиции, творчества, спонтанных побуждений и радости.

Состояние "Взрослый" необходимо для жизни. Человек перерабатывает информацию и вычисляет вероятности, который нужно знать, чтобы эффективно взаимодействовать с окружающим миром. Ему знакомы собственные неудачи и удовольствия. Например, при переходе улицы с сильным движением необходимо произвести сложные оценки скоростей. Человек начинает действовать только тогда, когда оценит степень безопасности перехода улицы. Удовольствия, которые люди испытывают в результате такого рода успешных оценок, на наш взгляд, объясняют любовь к таким видам спорта, как горные лыжи, авиационный и парусный спорт.

Взрослый контролирует действия Родителя и Ребенка, являясь посредником между ними.

Родитель осуществляет две основные функции. Во-первых, благодаря этому состоянию человек может эффективно играть

роль родителя своих детей, обеспечивая тем самым выживание человеческого рода. Важность этой функции подчеркивается тем фактом, что люди, оставшиеся сиротами в раннем детстве, испытывают гораздо большие трудности при воспитании собственных детей, чем те, которые росли в полных семьях вплоть до подросткового возраста. Во-вторых, благодаря Родителю многие наши реакции стали автоматическими, что помогает сберечь массу времени и энергии. Люди многое делают только потому, что "так принято делать". Это освобождает Взрослого от необходимости принимать множество тривиальных решений, благодаря чему человек может посвятить себя решению более важных жизненных проблем, оставляя обыденные вопросы на усмотрение Родителя.

Следовательно, все три аспекта личности чрезвычайно важны для функционирования и выживания. Их изменения необходимы только в том случае, если один из этих аспектов нарушает здоровое равновесие. В обычной ситуации каждый из них - Родитель, Взрослый и Ребенок - заслуживает одинакового уважения, так как каждое состояние по-своему делает жизнь человека полноценной и плодотворной.

ТРАНСАКТНЫЙ АНАЛИЗ⁶

Трансакция — это действие (акция), направленное на другого человека. Это — единица общения.

Наблюдая поведение людей, Берн обратил внимание на тот факт, что один и тот же человек прямо на глазах может измениться. При этом меняется одновременно выражение лица, речевые обороты, жесты, поза и т.п. Этот человек то ведет себя как взрослый, то плачет или смеется как ребенок, то копирует поведение своих родителей. Анализируя подобные наблюдения, Э.Берн пришел к идее сложного строения личности, наличия в ее структуре трех составляющих — "частей", которые обуславливают характер общения между людьми.

В трансактном анализе выделяют следующие четыре тематические части.

Структурный анализ поведения, мыслей и чувств основан на грех элементарных положениях о том, что каждый человек:

- 1) был когда-то ребенком;
- 2) имел родителей или заменявших их взрослых;
- 3) способен адекватно оценивать окружающую действительность, если он здоров.

На этих положениях формируется представление о личности, как состоящей из трех составляющих, которые также обозначаются как состояния Я:

- 1) родительское (Родитель - Р), которое подразделяется на:
 - заботливое родительское состояние Я;
 - критическое родительское состояние Я.

Родительское Я, состоящее из правил поведения, норм, позволяет индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, "запускает" полезные, проверенные стереотипы поведения, освобождая сознание от загруженности простыми, обыденными задачами. Если бы человек каждый раз, например, перед мытьем рук задавал себе вопрос: "Мыть руки или не мыть?" и решал его как уникальную сложную проблему, вместо того чтобы подчиняться заранее установленным правилам, то у него не осталось бы возможности решать те задачи, которые действительно требуют размышления. Кроме того, Родительское Я обеспечивает с большой вероятностью успеха поведение в ситуациях дефицита времени на размышления, анализ, поочередное рассмотрение возможностей поведения.

"Эго-состояние Родитель — это наши убеждения, верования и предрассудки, ценности и установки, многие из которых мы воспринимаем как свои собственные, как принятые нами самими, тогда как на самом деле они "внесены" извне посредством включения внутрь значимых для нас людей. Поэтому Родитель — наш внутренний комментатор, редактор и оценщик".

- 2) взрослое (Взрослый - В) состояние Я воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реалистичность.

Взрослое Я, в отличие от Родительского, способствует адаптации не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений.

Функция Эго-состояния Взрослый заключается в проверке того, что заложено в нашем Родительском и Детском Я, и сопоставлении этого с фактами, т.е. в проверке реальностью;

- 3) детское (Дитя - Д, или Ребенок) состояние Я следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют скрытые чувства из детства.

Детское Я также выполняет свои, особые функции, не свойственные двум другим составляющим личности. Оно "отвечает" за творчество, оригинальность, разрядку напряжения, получение приятных, иногда "острых", необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений. Кроме того, детское Я выступает на сцену, когда человек не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем: не способен преодолеть трудности или/и противостоять давлению другого человека.

Это состояние Я подразделяется на:

- естественное детское Я (спонтанные реакции типа радости, печали и т.д.);
- приспособляющееся детское Я (приспособляющийся, прислушивающийся, боязливый, виноватый, колеблющийся и т.п.);
- возражающее детское Я (табл.1).

Таблица 1

**Инстанции Я и типичные способы поведения
и высказывания**

Инстанция Я	Типичные способы поведения, высказывания
Заботливый родитель	Утешает, исправляет, помогает "Это мы сделаем" "Не бойся" "Мы все тебе поможем"
Критический родитель	Грозит, критикует, приказывает "Опять ты опоздал на работу?" "У каждого на столе должен быть график!"
Взрослый	Собирает и дает информацию, оценивает вероятность, принимает решения "Который час?" "У кого же может быть это письмо?" "Эту проблему мы решим в группе"
Спонтанный ребенок	Естественное, импульсивное, хитрое, эгоцентричное поведение "Это дурацкое письмо у меня уже третий раз на столу" "Вы это сделали просто замечательно!"
Приспособли- вающийся ребенок	Беспомощное, боязливое, приспособляющееся к нормам, уступчивое "Я бы с радостью, но у нас будут неприятности"

Бунтующий ребенок Протестующее, бросающее вызов
"Я это делать не буду!"
"Вы этого сделать не сможете"

С позиции:

- 1) родителя — "играются" роли отца, старшей сестры, педагога, начальника;
- 2) взрослого — роли соседа, случайного попутчика, подчиненного, знающего себе цену, и т.д.;
- 3) ребенка — роли молодого специалиста, артиста - любимца публики, зятя.

В личности каждого человека обнаруживаются все три составляющие, однако при условии плохого воспитания личность может деформироваться так, что одна из составляющих начинает подавлять другие, что обуславливает нарушение общения и переживается человеком, как внутреннее напряжение.

Каждое из состояний Я выполняет определенные функции и вследствие этого является жизненно необходимым. Дисгармонии, нарушения общения связаны либо с подавлением одного из них, либо с проявлением в тех ситуациях, которые оно не должно контролировать. "Целью структурного анализа является овладение внутренним конфликтом (не обязательно его решение) с помощью диагноза состояния Я, его обеззараживания, действия на его границы и стабилизации тех состояний, в которых Взрослый мог бы сохранить контроль над личностью в стрессовых ситуациях". Э.Берн.

Для оптимального функционирования личности, с точки зрения транзактного анализа, необходимо, чтобы в личности были гармонично представлены все три состояния Я. Часто встречающаяся проблема — ослабление Взрослого Я. Существует несколько способов укрепления Взрослого: научиться распознавать своего Ребенка и Родителя; быть чутким к Ребенку в других; давать Взрослому время на обдумывание; выработать свою систему ценностей и т.п.

Все состояния Я хороши, правильны, необходимы и выполняют определенные функции. Вопрос заключается в том, когда и какое состояние Я активно, когда и для каких целей его использовать.

Анализ транзакции составляет вторую часть транзактного анализа. Транзакция — это единица коммуникации между двумя или более персонами. Отдельная транзакция состоит из транзакции-стимула и транзакции-ответа. Транзакции исходят из определенного состояния Я одного партнера по общению и направлены к определенному состоянию Я другого партнера. Они являются открыто проявляющимся аспектом социальных связей индивида.

Одни транзакции приводят к оптимальному взаимодействию, другие, наоборот, — к конфликту. Транзакции анализируются с точки зрения того, с позиций каких инстанций личности собеседников они осуществляются.

Бывают разные транзакции:

параллельные — транзакция-стимул и транзакция-ответ, которые не пересекаются, но дополняют друг друга (например, обращение Взрослого к Ребенку, ответ Ребенка Взрослому);

пересекающиеся: транзакция-стимул и транзакция-ответ пересекаются (например, обращение Взрослого к Взрослому, а ответ критикующего Родителя Ребенку);

скрытые — это те транзакции, смысл которых не связан непосредственно с наблюдаемым поведением. Так, за внешне безобидным содержанием скрывается очень обидный подтекст. Такие транзакции требуют одновременного участия более чем двух состояний Я каждого участника взаимодействия (рис.1).

К позитивному завершению общения ведут параллельные транзакции. Пересекающиеся транзакции чаще всего приводят к ссорам и конфликтам, негативному завершению общения и вызывают впоследствии массу скрытых транзакций.

На рис.1 параллельными являются транзакции (1-1), (5-5), (9-9), пересекающимися - все остальные транзакции: (2-4), (4-2), (3-7), (7-3), (6-8) и (8-6). Примерами неконфликтного взаимодействия являются: беседа двух родителей о "падении современных нравов" (Р-Р - (1-1)), разговор двух математиков на какую-либо научную тему (В-В - (5-5)), игра детей (Д-Д - (9-9)).

Теоретически идеальными являются отношения между людьми, при которых каждый из партнеров находится в дополнительных отношениях с каждым из аспектов своего партнера так, чтобы удовлетворительные транзакции существовали вдоль девяти возможных векторов в двух направлениях.

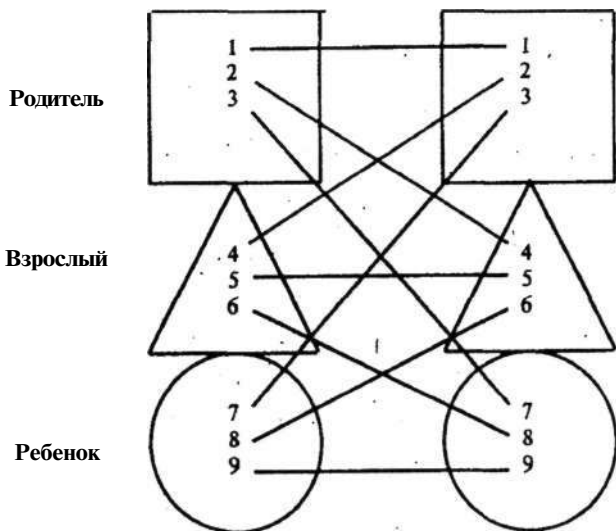


Рис.1. Диаграмма отношений.

АНАЛИЗ ИГР

Трансактный анализ (ТА) — изучение комплексных, стереотипных цепочек коммуникаций (стереотипов поведения), которые вновь и вновь воспроизводятся в стандартных версиях и зачастую препятствуют взаимопониманию. Среди таких стереотипов поведения основное место занимают игры. Игры — это стандартные цепочки трансакций. Фоном для подобных трансакций являются психологические факторы. Игры противопоставляются спонтанному, открытому общению. "Игра не обязательно означает фарс. Большинство человеческих игр сопровождается искренним весельем. Общей чертой всех игр является то, что эмоции в них не враждебны, а как бы подчинены определенным правилам, договору". Э.Берн.

Игры осуществляются для получения определенных "вознаграждений": снятия напряжения, структурирования времени и т.п. Свообразной "расплатой" за это могут являться остановки в личностном развитии.

Различают три типа игр: в жертву, преследователя и избавителя. Интересно, что в сфере менеджмента эти три типа игр соответствуют различным стилям руководства. Так, руководитель

может быть жертвой (попустительский стиль руководства), преследователем (авторитарный стиль) и избавителем (демократический стиль). Аналогично можно обозначить и типичные роли, которые демонстрируют своим поведением люди: как ситуативно, так и в более значительной временной перспективе (преследователь, спаситель, жертва).

ТА исследует также одну из главных потребностей человека — потребность в структурировании времени, т.е. нахождение какого-либо занятия с целью избавления от скуки, безделья, однообразия жизни. В транзактном анализе выделяют шесть способов структурирования (упорядочения) времени:

— отстраненность (замкнутость) представляет собой отказ участников общения от обмена транзакциями;

— в случае ритуала порядок проведения времени полностью предопределен существующими обычаями. Все участники общения заранее знают, кто и что будет делать. В этом случае отсутствует всякий риск. "По своей природе ритуалы — это, скорее всего, знаки взаимного признания. Единицы ритуала называют жестами по аналогии с жестами, свидетельствующими о признании и понимании людьми друг друга. Ритуалы программируются извне — традициями и обычаями". Э.Берн;

— деятельность — это способ упорядочения времени с помощью целенаправленных действий над объектами внешнего мира. Сюда можно отнести деловые свидания, мытье посуды, проведение занятий, написание книг, подготовку к экзаменам и т.п.;

— развлечения (времяпровождение), по определению Э.Берна, представляют собой полуритуальные обмены транзакциями, свободные от скрытого подтекста. Счастливые люди участвуют в развлечениях потому, что это само по себе приносит удовольствие. Для других же, особенно для невротиков, развлечения приобретают буквальный смысл — это способ ослабить внутреннее напряжение в ожидании чего-то еще;

— игрой обычно называют последовательность взаимодополнительных, содержащих скрытые компоненты транзакций с заранее предопределенной, легко предсказуемой концовкой. Игры позволяют структурировать время в тех случаях, когда потребность в одобрении (поглаживаниях) очень велика, но ощущение неблагополучия препятствует достижению близости;

— близость — это отказ от первых пяти способов времяпровождения: отстраненности, развлечений, деятельности, ритуала

лов и игр. Партнеры придерживаются позиции "Я — хороший, Ты — хороший". Потребность давать и делиться проявляется как непринужденное стремление выразить радость, а не как общественно обусловленная необходимость следовать определенным ритуалам.

Операционный аспект структурирования времени обычно называют программированием. Оно обусловлено факторами трех типов: материальными, социальными и индивидуальными. Материальные факторы соответствуют изменениям в отношениях с внешней реальностью. Примером проявления социального фактора программирования является характер ритуалов приветствия, а индивидуальных — характер времяпрепровождения.

Игры являются частью более широких и сложных ансамблей трансакций, которые называются сценариями.

АНАЛИЗ СЦЕНАРИЕВ

Трансактный анализ исследует также и персональную предопределенность человека и вытекающую из нее историю жизни, которые задают условные рамки поведения человека. Анализ сценариев — это метод выявления ранних бессознательных решений того, как необходимо прожить жизнь. Другим важным аспектом этой составляющей ТА является изучение пассивного поведения, под которым понимается не столько бездеятельность, сколько уклонение от принятия решения.

В определенной степени рамки поведения и даже жизнедеятельности заданы, сформированы в детстве. Стереотипы поведения, которые навязываются ребенку в семье, в которые, как в "прокрустово ложе", вкладывают ребенка, определяют не только поведение человека, но даже образ его мыслей. Так продолжается до момента их осознания и разрушения стереотипов-игр в пользу открытого общения и развития личности. В результате обучения, навязывания ребенку игр у него появляются как "активные" стереотипы, так и шаблоны "пассивного поведения".

"Сценарии - это искусственные системы, ограничивающие спонтанные творческие человеческие устремления так же, как игры... Сценарий — это как бы "матовый экран", который многие родители помещают между ребенком и окружающим его миром (и самим собой) и который ребенок, вырастая, оберегает...".
Э.Берн.

Сценарий предполагает: 1) родительские указания; 2) соответствующее личное развитие; 3) принятие решений в детском возрасте; 4) "включенность" в какой-то особый метод, несущий успех или неудачу; 5) вызывающую доверие убежденность. Сценарии обычно базируются на ограниченном количестве тем (соответствующим моделям человеческой жизни), которые отражены в мифах, преданиях, волшебных сказках, притчах, новеллах нравоучительного характера (похищение Европы, Красная Шапочка и т.п.). Такая устойчивость тем частично объясняется аналогичностью проблем, с которыми во все времена сталкивались и сталкиваются дети, и средств, используемых детьми для их разрешения.

Жизненные сценарии в большинстве случаев основываются на Родительском программировании, которое легко усваивается ребенком по трем ключевым причинам: 1) оно придает жизни цель (в противном случае ее пришлось бы отыскать самому); 2) дает ребенку приемлемый (для его родителей) способ структурирования времени; 3) оно указывает ребенку, как поступать и как делать те или иные вещи.

В раннем возрасте ребенок может прийти к выводу: "У меня что-то не в порядке. Я — плохой", а наблюдая за поведением своих родителей, решить: "У них все в порядке. Они — хорошие". Это самостоятельное решение в стремлении ребенка определиться в таких вопросах, как: что такое мир, в котором он живет? Каков он сам? Ответы на подобные вопросы определяют положение ребенка в мире, отношение к этому миру, другими словами — его позиция. Позиция — это интегральная двуаспектная установка, формирующаяся на базе отношений к окружающему миру и самому себе. Она есть следствие однажды принятого решения; ее можно изменить, придя к другому решению, но такая смена позиции, как правило, требует специальных сознательных усилий.

С точки зрения трансактного анализа, развитие человека проходит несколько этапов. Первый этап начинается с момента зачатия (клеточное рождение) и заканчивается биологическим рождением (0-9 мес). В этот период на развитие ребенка оказывает влияние отношение матери к факту зачатия, отношение к самой матери со стороны окружающих и т.п. Неприятные чувства, охватывающие младенца при рождении, являются (согласно З.Фрейду) прототипом всех последующих состояний тревоги. Второй

этап начинается в момент биологического рождения (первый вдох) и оканчивается первым "поглаживанием" ребенка, т.е. прикасанием к нему, заботой о нем. Этот момент соответствует психологическому рождению, символизирующему начало третьего этапа в развитии ребенка. Поглаживания или частые телесные контакты очень важны на этом этапе для выживания младенца. Хорошо известны факты физической смерти в результате прекращения психической деятельности в приютах для подкидышей, где питомцы зачастую лишены поглаживаний в ранний период своего развития.

За первые два года жизни ребенок настолько осваивается в окружающем его мире, что приходит к состоянию уравновешенности. Такое состояние уравновешенности является следствием принятия решения относительно себя и окружающих, т.е. жизненной позиции.

Согласно ТА, в процессе развития происходит сценарное программирование поведения человека, которое в дальнейшем в значительной мере определяет жизненную позицию человека, его отношение к миру в целом.

Простейшие двусторонние позиции — это Ты и Я. Они имеют две модальности — позитивную (кратко обозначим - "+") и негативную (соответственно — "-"). Я "+" означает: "Я — хороший, со мной все хорошо". Я "-" означает: "Со мной нехорошо, у меня не все в порядке". Соответственно, читаются Ты "+" и Ты "-" позиции. Сочетание этих единиц дает четыре двухсторонние позиции.

1. Я "-" — Ты "+". Это универсальная позиция раннего детства. Поскольку у ребенка нет ни опыта, ни подходящих средств для формирования правильного представления о себе, он ориентируется в этом вопросе на мнение окружающих. Человек, который принял указанную жизненную позицию, полагается на милость окружающих, испытывает огромную потребность в поглаживании, в признании (поглаживание — психологический заменитель ранних физических поглаживаний). У него есть надежда, так как есть поглаживания ("Ты — хороший"). Приспособиться жить с такой позицией можно двумя способами: 1) придерживаться жизненного сценария, подтверждающего собственное неблагополучие; 2) выработать антисценарий, который опирается на Родительское "ты будешь хорошим, если...".

В первом случае человек может выбрать роль затворника (так как мучительно находиться все время среди благополучных людей), а потребность в поглаживаниях удовлетворять с помощью фантазий. Другая разновидность реализации этого неблагоприятного сценария — досаждать окружающим, для того чтобы их ответная реакция (отрицательные поглаживания) вновь и вновь подтверждали бы его позиции "Я — плохой".

Во втором случае (антисценарий) человек выбирает себе в товарищи людей с сильным Родителем, так как нуждается в большом количестве позитивных поглаживаний. Такой человек полон желаний угодить другому, но подобен альпинисту, который пожизненно приговорен покорять одну вершину за другой, никогда не достигая полного удовлетворения. В этих двух случаях в основе сценария лежит "Я — плохой", а в основе антисценария "Ты — хороший".

Психологически это депрессивная позиция, в социальном плане она означает самоуничужение. В профессиональной жизнедеятельности такая позиция чаще всего побуждает человека сознательно унижаться перед различными людьми, используя при этом их слабости.

2. Я " — " — Ты " — ". К концу первого года ребенок научается ходить. Теперь его уже реже берут на руки, чаще наказывают так как ребенок не хочет стоять на месте, а "все время лезет куда не надо". Поглаживания исчезают. При этом даже самому себе он наносит все больше ушибов: карабкаясь по лестнице, сталкиваясь со всевозможными преградами. Если ситуация принимает такой оборот и ребенок чувствует себя покинутым, то он делает вывод: "Я — плохой — Ты — плохой". Принятие такой жизненной позиции приводит к замедлению или даже остановке психического развития Взрослого, так как одно из его основных назначений — зарабатывать поглаживания — не может быть реализовано из-за отсутствия их источника. У человека нет больше надежды, он сдаётся. Это позиция безнадежности.

Хотя вряд ли найдется кто-нибудь, проживший всю жизнь без поглаживаний, тем не менее, когда позиция сформирована, все происходящее интерпретируется так, чтобы подтвердить ее. Позиция начинает играть предопределяющую роль.

Возможна ситуация, при которой позиция Я " — " — Ты " — " принимается изначально, минуя позицию Я " — " — Ты "+". Это Случай крайне замкнутого (аутичного) ребенка, остающегося как

бы психически нерожденным. Аутизм — это ответ незрелого организма на недостаточное (в количественном и качественном плане) поглаживание со стороны окружающего физического и социального мира. Он может быть обусловлен также высоким порогом чувствительности ребенка, через который не "проходят" слабые поглаживания.

3. Я "+" - Ты "—". Если родители (или окружающие) вначале воспринимались как благополучные, а потом длительное время обращаются с ребенком грубо, то он может переключиться на третью позицию — "Я — хороший — Ты — плохой". Когда ребенка бьют или регулярно оскорбляют, хотя до этого позитивно поглаживали, он пытается заниматься самопоглаживанием. "Зализывая раны" (физические или психические), ребенок постепенно в себя, испытывая утешение, источником которого является он сам. Он как бы утверждает в мысли: "Вы приносите боль, Вы — плохие! Мне хорошо с самим собой, Я — хороший".

Человек, занимающий такую позицию, страдает от недостатка поглаживаний, которые хороши лишь в той степени, что и поглаживающий. Но во всем мире нет ни одного хорошего человека, поэтому положительных поглаживаний не бывает. Он может окружить себя целой свитой подхалимов, которые восхваляют его, снабжая поглаживаниями, но он чувствует, что это все — ненастоящее.

Настоящие поглаживания могут исходить только от него самого (в этом он "убедится" еще в раннем детстве).

Эта позиция подходит для ситуации, когда необходимо избавиться от кого-то. Это позиция превосходства. В большинстве случаев такая позиция характерна для посредственных личностей.

4. Я "+" — Ты "+". Эта жизненная позиция качественно отличается от первых трех, которые формируются на бессознательном уровне в раннем детстве. Вначале, как отмечалось выше, принимается позиция "Я — плохой — Ты — хороший", сохраняющаяся у многих людей на всю жизнь. У тех, кому особенно не повезло, указанная позиция трансформируется в позицию: "Я — плохой — Ты — плохой" или "Я — хороший — Ты — плохой". Обычно на третьем году жизни какая-либо из этих трех позиций закрепляется. Эти позиции основаны на данных, заимствованных от Родителя или Ребенка, другими словами — на впечатлениях и эмоциях без учета объективной внешней информации.

Позиция "Я — хороший — Ты — хороший" принимается на сознательном уровне. В ней отражены более значительные сведения человека о себе и о других (чем в случае первых трех позиций), а также потенциальные возможности человека, о существовании которых говорит нам философия и религия.

"Первые три позиции основаны на чувствах. Четвертая позиция есть результат размышлений, веры и желаний действовать. Первые проистекают из стремления понять: почему? Четвертая содержит побуждающее начало: а почему бы и нет?... Мы не можем оказаться в новой позиции случайно. Это волевое решение, которое мы принимаем. Это подобно обращению в новую меру". Э.Берн.

Самой распространенной позицией является "Я — плохой — Ты — хороший", что в равной мере относится и к тем, кто добился "успеха в жизни", и к тем, кто не добился "ничего". При этом обычное средство облегчить чувство неблагополучия — психологические игры. Такие игры, частично разрешая старые проблемы, порождают новые и одновременно закрепляют ощущение неблагополучия.

"Хорошесть" и благополучие достигаются только благодаря осознанию трудностей детства, лежащих в основе первых трех позиций, и того, как каждодневное поведение способствует закреплению выбранной позиции. Позиция "Я — хороший — Ты — хороший" эффективна потому, что человек, принявший ее, не предполагает получения мгновенной радости и утешения.

Эта позиция вполне здоровой личности с позитивной установкой на себя и социальное окружение. При такой позиции партнеров общение протекает взаимно оптимально.

Таким образом, имеются четыре базовые позиции: 1) Я "+" - Ты "+" (успех); 2) Я "+" - Ты "-" (превосходство); 3) Я "-" - Ты "+" (депрессивность); 4) Я "-" - Ты "-" (безнадежность).

В процессе общения проявляются и другие варианты многосторонних позиций (например, трехсторонних), анализ и коррекция которых позволяют оптимизировать процессы межличностного взаимодействия.

В заключение приведем практические выводы, которые следуют из трансактного анализа:

— каждый человек воспринимает и реагирует на поступающую информацию по трем каналам: Д, Р и В;

— эмоциональный канал (Д) — самый быстродействующий. Реакция по каналу знаний (В) требует волевого и физического усилия;

— параллельно направленные взаимные обмены информацией почти всегда свидетельствует о гармоничности контакта;

— пересекающиеся трансакции приводят к напряженности;

— ответная реакция зависит от исходного сигнала. Скрытые трансакции, смысл которых не улавливается собеседником, ведут к беспредметному общению, которое может закончиться конфликтом.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Берн Э. Секс в человеческой любви. М. 1990.

2. Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных. СПб. 1991.

3. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. СПб. 1992.

4. Берн Э. Игры, в которые играют люди, люди, которые играют в игры. Л. 1992. Дайджест.

5. Джеймс М., Джонгвард Д. Рожденные выигрывать. М. 1993.

6. Шевандрин Н.И. Социальная психология в образовании. М. 1995. Дайджест.

**ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ
КОНЦЕПЦИЯ
ЛИЧНОСТИ**

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ Э.ЭРИКСОНА¹

Прошло почти десятилетие, прежде чем Эриксон систематизировал свои клинические наблюдения. Он выдвинул три новых положения, ставших тремя важными вкладами в изучение человеческого Я. Во-первых, Эриксон предположил, что наряду с описанными Фрейдом фазами психосексуального развития (оральной, анальной, фаллической и генитальной), в ходе которого меняется направленность влечения (от аутоэротизма к внешнему объекту), существуют и психологические стадии развития Я, в ходе которого индивид устанавливает основные ориентиры по отношению к себе и своей социальной среде. Во-вторых, Эриксон утверждал, что становление личности не заканчивается в подростковом возрасте, но растягивается на весь жизненный цикл. И наконец Эриксон говорил, что каждой стадии присущи свои собственные параметры развития, способные принимать положительные и отрицательные значения.

ДОВЕРИЕ И НЕДОВЕРИЕ

Первая стадия развития человека соответствует оральной фазе классического психоанализа и обычно охватывает первый год жизни. В этот период, считает Эриксон, развивается параметр социального взаимодействия, положительным полюсом которой служит доверие, а отрицательным — недоверие. Степень доверия, которым ребенок проникается к окружающему миру, к другим людям и к самому себе, в значительной степени зависит от проявляемой к нему заботы. Младенец, который получает все, что хочет, потребности которого быстро удовлетворяются, который никогда долго не испытывает недопомогания, которого баюкают и таскают, с которым играют и разговаривают, чувствует, что мир, в общем, место уютное, а люди — существа отзывчивые и услужливые. Если же ребенок не получает должного ухода, не встречает любовной заботы, то в нем вырабатывается недоверие — боязливость и подозрительность по отношению к миру вообще, а к людям в частности, и недоверие это он несет с собой в другие стадии своего развития.

Необходимо подчеркнуть, однако, что вопрос о том, какое начало одержит верх, не решается раз и навсегда в первый год жизни, но возникает заново на каждой последующей стадии развития. Это и несет надежду, и таит угрозу. Ребенок, который приходит в школу с чувством настороженности, может постепенно проникнуться доверием к какой-нибудь учительнице, не допускающей несправедливостей по отношению к детям. При этом он может преодолеть первоначальную недоверчивость. Но зато и ребенок, выработавший в младенчестве доверчивый подход к жизни, может проникнуться к ней недоверием на последующих стадиях развития, если, скажем, в случае развода родителей в семье создается обстановка, переполненная взаимными обвинениями и скандалами.

ДОСТИЖЕНИЕ РАВНОВЕСИЯ

Самостоятельность и нерешительность. Вторая стадия охватывает второй и третий год жизни, совпадая с анальной фазой фрейдизма. В этот период, считает Эриксон, у ребенка развивается самостоятельность на основе развития его моторных и психических способностей. На этой стадии ребенок осваивает различные движения, учится не только ходить, но и лазать, открывать и закрывать, толкать и тянуть, держать, опускать и бросать. Малыши наслаждаются и гордятся своими новыми способностями и стремятся все делать сами: разворачивать леденцы, доставать витамины из пузырька, спускать в туалете воду и т.д. Если родители предоставляют ребенку делать то, на что он способен, а не торопят его, у ребенка вырабатывается ощущение, что он владеет своими мышцами, своими побуждениями, самим собой и в значительной мере своей средой то есть у него появляется самостоятельность.

Но если воспитатели проявляют нетерпение и спешат сделать за ребенка то, на что он и сам способен, у него развивается стыдливость и нерешительность. Конечно, не бывает родителей, которые ни при каких условиях не торопят ребенка, но не так уж неустойчива детская психика, чтобы реагировать на редкие события. Только в том случае, если в стремлении оградить ребенка от усилий родители проявляют постоянное усердие, неразумно и неустанно браня его за "несчастные случаи", будь то мокрая по

стель, запачканные штанишки или пролитое молоко, у ребенка закрепляется чувство стыда перед другими людьми и неуверенность в своих способностях управлять собой и окружением.

Если из этой стадии ребенок выйдет с большей долей неуверенности, то это неблагоприятно отзовется в дальнейшем на самостоятельности и подростка, и взрослого человека. И, наоборот, ребенок, вынесший из этой стадии гораздо больше самостоятельности, чем стыда и нерешительности, окажется хорошо подготовлен к развитию самостоятельности в дальнейшем. И опять-таки соотношение между самостоятельностью с одной стороны и стыдливостью и неуверенностью с другой, установившееся на этой стадии, может быть изменено в ту или другую сторону последующими событиями.

ПРЕДПРИИМЧИВОСТЬ И ЧУВСТВО ВИНЫ

Третья стадия обычно приходится на возраст от четырех до пяти лет. Дошкольник уже приобрел множество физических навыков, он умеет и на трехколесном велосипеде ездить, и бегать, и резать ножом, и камни швырять. Он начинает сам придумывать себе занятия, а не просто отвечать на действия других детей или подражать им. Изобретательность его проявляет себя и в речи, и в способности фантазировать. Социальный параметр этой стадии, говорит Эриксон, развивается между предприимчивостью на одном полюсе и чувством вины на другом.

От того, как в этой стадии реагируют родители на затеи ребенка, во многом зависит, какое из этих качество перевесит в его характере. Дети, которым предоставлена инициатива в выборе моторной деятельности, которые по своему желанию бегают, борются, возятся, катаются на велосипеде, на санках, на коньках, вырабатывают и закрепляют предприимчивость. Закрепляет ее и готовность родителей отвечать на вопросы ребенка (интеллектуальная предприимчивость) и не мешать ему фантазировать и затевать игры. Но если родители показывают ребенку, что его моторная деятельность вредна и нежелательна, что вопросы его назойливы, а игры бестолковы, он начинает чувствовать себя виноватым и уносит это чувство вины в дальнейшие стадии жизни.

УМЕЛОСТЬ И НЕПОЛНОЦЕННОСТЬ

Четвертая стадия - возраст от шести до одиннадцати лет, годы начальной школы. Классический психоанализ называет их латентной фазой. В этот период любовь сына к матери и ревность к отцу (у девочек наоборот) еще находится в скрытом состоянии. В этот период у ребенка развивается способность к дедукции, к организованным играм и регламентированным занятиям. Только теперь, например, дети как следует учатся играть в камешки и другие игры, где надо соблюдать очередность. Эриксон говорит, что психосоциальный параметр этой стадии характеризуется умелостью с одной стороны и чувством неполноценности с другой.

В этот период у ребенка обостряется интерес к тому, как вещи устроены, как их можно освоить, приспособить к чему-нибудь. Этому возрасту понятен и близок Робинзон Крузо; в особенности отвечает пробуждающемуся интересу ребенка к трудовым навыкам энтузиазм, с которым Робинзон описывает во всех подробностях свои занятия. Когда детей поощряют мастерить что угодно, строить шалаши и авиамодели, варить, готовить и рукодельничать, когда им разрешают довести начатое дело до конца, хвалят и награждают за результаты, тогда у ребенка вырабатывается умелость и способности к техническому творчеству. Напротив, родители, которые видят в трудовой деятельности детей одно "баловство" и "пачкотню", способствуют развитию у них чувства неполноценности.

В этом возрасте, однако, окружение ребенка уже не ограничивается домом. Наряду с семьей важную роль в его возрастных кризисах начинают играть и другие общественные институты. Здесь Эриксон снова расширяет рамки психоанализа, до сих пор учитывающего лишь влияние родителей на развитие ребенка. Пребывание ребенка в школе и отношение, которое он там встречает, оказывает большое влияние на уравновешенность его психики. Ребенок, не отличающийся сметливостью, в особенности может быть травмирован школой, даже если его усердие и поощряется дома. Он не так туп, чтобы попасть в школу для умственно отсталых детей, но он усваивает учебный материал медленнее, чем сверстники, и не может с ними соревноваться. Непрерывное отставание в классе несоразмерно развивает у него чувство неполноценности.

Зато ребенок, склонность которого мастерить что-нибудь заглохла из-за вечных насмешек дома, может оживить ее в школе благодаря советам и помощи чуткого и опытного учителя. Таким образом, развитие этого параметра зависит не только от родителей, но и от отношения других взрослых.

КРИЗИС ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Идентификация личности и путаница ролей

При переходе в следующую 5-ую стадию (12-18 лет) ребенок сталкивается, как утверждает классический психоанализ, с пробуждением "любви и ревности" к родителям. Успешное решение этой проблемы зависит от того, найдет ли он предмет любви в собственном поколении. Эриксон не отрицает возникновения этой проблемы у подростков, но указывает, что существуют и другие. Подросток созревает физиологически и психически, и в добавление к новым ощущениям и желаниям, которые появляются в результате этого созревания, у него развиваются и новые взгляды па вещи, новый подход к жизни. Важное место в новых особенностях психики подростка занимает его интерес к мыслям других людей, к тому, что они сами о себе думают. Подростки могут создавать себе мысленный идеал семьи, религии, общества, по сравнению с которым весьма проигрывают далеко несовершенные, но реально существующие семьи, религии и общества. Подросток способен вырабатывать или перенимать теории и мировоззрения, которые сулят примирить все противоречия и создать гармоничное целое. Короче говоря, подросток это нетерпеливый идеалист, полагающий, что создать идеал на практике не труднее, чем вообразить его в теории.

Эриксон считает, что возникающий в этот период параметр связи с окружающим колеблется между положительным полюсом идентификации Я и отрицательным полюсом путаницы ролей. Иначе говоря, перед подростком, обретшим способность к обобщениям, встает задача объединить все, что он знает о себе самом как о школьнике, сыне, спортсмене, друге, бойскауте, газетчике и так далее. Все эти роли он должен собрать в единое целое, осмыслить его, связать с прошлым и проецировать в будущее. Если молодой человек успешно справится с этой задачей психо-

социальной идентификации, то у него появится ощущение того, кто он есть, где находится и куда идет.

В отличие от предыдущих стадий, где родители оказывали более или менее прямое воздействие на исход кризисов развития, влияние их теперь оказывается гораздо более косвенным. Если благодаря родителям подросток уже выработал доверие, самостоятельность, предприимчивость и умелость, то шансы его на идентификацию, то есть на опознание собственной индивидуальности, значительно увеличиваются. Обратное справедливо для подростка недоверчивого, стыдливого, неуверенного, исполненного чувства вины и сознания своей неполноценности. Поэтому подготовка к всесторонней психосоциальной идентификации в подростковом возрасте должна начинаться, по сути, с момента рождения.

Если из-за неудачного детства или тяжелого быта подросток не может решить задачу идентификации и определить свое Я, то он начинает проявлять симптомы путаницы ролей и неуверенность в понимании того, кто он такой и к какой среде принадлежит. Такая путаница нередко наблюдается у малолетних преступников. Девочки, проявляющие в подростковом возрасте распушенность, очень часто обладают фрагментарным представлением о своей личности и свои беспорядочные половые связи не соотносят ни со своим интеллектуальным уровнем, ни с системой ценностей. В некоторых случаях молодежь стремится к негативной идентификации, то есть отождествляет свое Я с образом, противоположным тому, который хотели бы видеть родители и друзья. Но иногда лучше идентифицировать себя с "хиппи", с "малолетним преступником", даже с "наркоманом", чем вообще не обрести своего Я.

Однако тот, кто в подростковом возрасте не приобретет ясно-го представления о своей личности, еще не обречен оставаться неприкаемым до конца жизни. А тот, кто опознал свое Я еще подростком, обязательно будет сталкиваться на жизненном пути с фактами, противоречащими или даже угрожающими сложившемуся у него представлению о себе. Пожалуй, Эриксон больше всех других психологов-теоретиков подчеркивает, что жизнь представляет собой непрерывную смену всех ее аспектов и что успешное решение проблем на одной стадии еще не гарантирует человека от возникновения новых проблем на других этапах жизни или появления новых решений для старых, уже решенных, казалось, проблем.

КОНФЛИКТЫ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

Близость и одиночество. Шестой стадией жизненного цикла является начало зрелости - иначе говоря, период ухаживания и ранние годы семейной жизни, то есть от конца юности до начала среднего возраста. Об этой стадии и следующей за ней классический психоанализ не говорит ничего нового или, во всяком случае, ничего важного. Но Эриксон, учитывая уже совершившееся на предыдущем этапе опознание Я и включение человека в трудовую деятельность, указывает на специфический для этой стадии параметр, который заключен между положительным полюсом близости и отрицательным — одиночества.

Под близость Эриксон понимает не только физическую близость. В это понятие он включает способность заботиться о другом человеке и делиться с ним всем существенным без боязни потерять при этом себя. С близостью дело обстоит так же, как с идентификацией: успех или провал на этой стадии зависит не прямо от родителей, но лишь от того, насколько успешно человек прошел предыдущие стадии. Так же как в случае идентификации, социальные условия могут облегчать или затруднять достижение близости. Это понятие не обязательно связано с сексуальным влечением, но распространяется и на дружбу. Между однополчанами, сражавшимися бок о бок в тяжелых боях, очень часто образуются такие тесные связи, которые могут служить образчиком близости в самом широком смысле этого понятия. Но если ни в браке, ни в дружбе человек не достигает близости, тогда, по мнению Эриксона, уделом его становится одиночество — состояние человека, которому не с кем разделить свою жизнь и не о ком заботиться.

ОБЩЕЧЕЛОВЕЧНОСТЬ И САМОПОГЛОЩЕННОСТЬ

Седьмая стадия — зрелый возраст, то есть уже тот период, когда дети стали подростками, а родители прочно связали себя с определенным родом занятий. На этой стадии появляется новый параметр личности с общечеловечностью на одном конце шкалы и самопоглощенностью на другом.

Общечеловечностью Эриксон называет способность человека интересоваться судьбами людей за пределами семейного круга,

задумываться над жизнью грядущих поколений, формами будущего общества и устройством будущего мира. Такой интерес к новым поколениям не обязательно связан с наличием собственных детей — он может существовать у каждого, кто активно заботится о молодежи и о том, чтобы в будущем людям легче жилось и работалось. Тот же, у кого это чувство сопричастности человечеству не выработалось, сосредоточивается на самом себе и главной его заботой становится удовлетворение своих потребностей и собственный комфорт.

ЦЕЛЬНОСТЬ И БЕЗНАДЕЖНОСТЬ

На восьмую и последнюю стадию в классификации Эриксона приходится период, когда основная работа жизни закончилась и для человека наступает время размышлений и забав с внуками, если они есть. Психосоциальный параметр этого периода заключен между цельностью и безнадежностью. Ощущение цельности, осмысленности жизни возникает у того, кто, оглядываясь на прожитое, ощущает удовлетворение. Тот же, кому прожитая жизнь представляется цепью упущенных возможностей и досадных промахов, осознает, что начинать все сначала уже поздно и упущенного не вернуть. Такого человека охватывает отчаяние при мысли о том, как могла бы сложиться, но не сложилась его жизнь.

НОВЫЙ ВКЛАД В ПСИХОАНАЛИЗ

Таковы основные стадии жизненного цикла в классификации Эриксона. Его подход вызывает далеко идущие изменения в традиционных взглядах психоанализа на формирование личности и эмоциональные кризисы у взрослых. Распространяя период формирования личности на весь жизненный цикл, Эриксон говорит, что каждому возрасту, в том числе среднему и пожилому, присущи свои эмоциональные кризисы. Это позволяет психологу видеть в эмоциональных проблемах взрослого человека не просто (и уже, во всяком случае, не только) неустранимые последствия разочарований и потрясений детства, но конфликты, типичные для зрелого возраста и, может быть, поддающиеся лечению.

Э.ЭРИКСОН

ЖИЗНЕННЫЙ ЦИКЛ: ЭПИГЕНЕЗ ИДЕНТИЧНОСТИ²

1. МЛАДЕНЧЕСТВО: РАЗВИТИЕ УЗНАВАНИЯ

Фундаментальной предпосылкой ментальной витальности является *чувство базисного доверия* — формирующаяся на основании опыта первого года жизни установка по отношению к себе и к миру. Под "доверием" я подразумеваю собственную доверчивость и чувство неизменной расположенности к себе других людей.

Описывая развитие серии альтернативных базисных установок, включая идентичность, мы прибегаем к термину "чувство чего-то". Очевидно, что такие "чувства", как ощущение здоровья или витальности либо ощущение их отсутствия, пронизывают все, от поверхности до самой глубины, включая и то, что мы переживаем совершенно сознательно, и то, что переживаем едва осознанно и совершенно бессознательно. Как сознательное переживание, доверие доступно интроспекции. Но оно является также и особым типом поведения, доступным постороннему наблюдению; оно, наконец, является некоторым внутренним состоянием, верифицируемым только тестированием и психоаналитической интерпретацией. Все три указанных измерения необходимо иметь в виду, когда мы говорим о "чувстве чего-то".

Как это принято в психоанализе, вначале мы исследовали "базисную" природу доверия через психопатологию взрослых. У взрослых радикальное снижение базисного доверия и превалирование *базисного недоверия* проявляются в определенной форме выраженного отчуждения, характеризующего индивидов, которые уходят в себя, если оказываются не в ладах с другими людьми или с самими собой. Такой уход наиболее ярко демонстрируют индивиды, у которых наблюдается регресс к психотическому состоянию, когда они полностью закрываются, отказываясь от еды, удобств, забывая все свои дружеские привязанности. Глав-

ный дефект этих людей виден из того факта, что если мы хотим помочь им с помощью психотерапии, то должны сначала "достучаться" до них, убедив в том, что они могут доверять нам, что мы доверяем им и они могут доверять сами себе.

Знакомство с подобными радикальными регрессиями, равно как и наиболее глубокими и инфантильными склонностями наших здоровых пациентов, научило нас рассматривать базисное доверие в качестве краеугольного камня витальной личности. Давайте посмотрим, что доказывает справедливость идеи поместить акцент на этом компоненте в самое начало человеческой жизни.

Как только разрывается симбиоз новорожденного младенца с телом матери, происходит встреча врожденной и более или менее скоординированной способности ребенка сосать материнскую грудь с более или менее скоординированной способностью и желанием, интенцией, матери кормить младенца и радоваться ему. В этот момент ребенок живет и любит через свой рот, а мать живет и любит через свою грудь, выражая голосом, мимикой, позой тела готовность сделать все необходимое для ребенка.

Для матери это позднее и сложное достижение, во многом определяемое всем ходом ее развития, ее неосознаваемой установкой по отношению к ребенку, перенесенной беременностью и родами, отношением к уходу за ребенком, его воспитанию — и ответной реакцией новорожденного. Для младенца рот является фокусом самого первого совместного с матерью подхода к жизни. В психоанализе эта стадия обычно называется оральной стадией. Однако ясно, что, помимо доминирующей потребности в пище и восприимчивости к пищевым раздражителям, ребенок вскоре становится восприимчив и ко многому другому. Поскольку он хочет и может сосать соответствующие объекты и глотать все те жидкости, которые они выделяют, то вскоре он начинает хотеть и мочь «взять» с помощью глаз все то, что составляет его визуальное поле. Его чувства начинают "вбираться" все подходящее. В этом смысле можно говорить об *инкорпоративной (вбирающей) стадии*, на которой ребенок, если можно так выразиться, берет то, что ему предлагают. В этот период младенцы очень чувствительны и уязвимы. Поэтому, чтобы быть уверенными в том, что первый опыт жизни в этом мире не только сохранит им жизнь, но и поможет скоординировать их нежное дыхание и их метаболические и циркуляторные ритмы, взрослые должны проследить

за теми стимулами, которые они адресуют чувствам детей. Эти стимулы, как и пища, должны быть своевременны и нужной интенсивности; в противном случае готовность к восприятию у ребенка может смениться либо диффузной защитой, либо апатией.

Теперь, когда для нас совершенно ясно, что должно происходить, чтобы младенец остался жить, — минимально необходимое ни глине — и чего не должно происходить, чтобы он не получил физических повреждений или хронических расстройств, — максимум ранней фрустрационной толерантности, — можно говорить об определенном изменении во взгляде на то, что *может* произойти. Различные культуры активно пытаются определить, что считать наиболее подходящим и на чем настаивать как на необходимом. Некоторые люди полагают, что для того, чтобы ребенок не выцарапал себе глаза, он должен быть полностью спеленут практически целый день в течение большей части первого года жизни и что его надо качать или кормить, едва он захнычет. Другие исходят из того, что младенец должен ощущать свободу движений как можно раньше, но одновременно, как само собой разумеющееся, полагают, что он должен как следует, пока не поси-неет, покричать, чтобы выпросить себе еду. Все это, более или менее осознанно, связано с теми или иными культурными традициями.

Существует некоторая глубинная мудрость, некоторое неосознаваемое планирование, множество суеверий в различных (иногда на первый взгляд) случайных вариациях воспитания детей. Но есть и своя логика — пусть инстинктивная и ненаучная — в утверждении, что то, что "хорошо для ребенка", зависит от того, кем предположительно он станет и где.

Как бы то ни было, но уже в своих самых первых контактах ребенок сталкивается с принципиальными модальностями своей культуры. Простейшая и первейшая из этих модальностей — *взять*, не в смысле "пойти и взять", а смысле воспринять то, что дается. "Взять" легко, когда все в порядке, но любое нарушение показывает действительную сложность этого процесса. Организм новорожденного, нестабильный, нащупывающий, ищущий, осваивает эту модальность, лишь научаясь соотносить свою готовность "взять" с тем, что делает мать, которая в свою очередь дает ему возможность развивать и координировать его способы "взять" в той мере, в какой она развивает и координирует свои способы "дать". Но в этом принятии того, что ему дается, в обретении

способности заставить кого-то сделать для него то, что он хочет, младенец также развивает необходимые основы, чтобы самому превратиться в дающего.

У некоторых особо чувствительных индивидов или у тех, чья ранняя фрустрация не была компенсирована, слабость этой ранней взаимной регуляции может проявляться в нарушении связей с миром в целом, и в особенности со значимыми для них людьми. Но, конечно, существуют пути поддержания общности через насыщение иных, кроме орального, рецепторов: удовольствие, получаемое ребенком от того, что его держат на руках, согревают, улыбаются ему, говорят с ним, качают и т.п. Кроме такой "горизонтальной" компенсации (компенсации на той же стадии развития) существует множество "лонгитюдных" компенсаций, возникающих на более поздних стадиях жизненного цикла.

На "второй, оральной" стадии окончательно формируются способности добиваться и получать удовольствие в более активной и определенно направленной инкорпоративной деятельности. С появлением зубов развивается удовольствие кусать твердые предметы, прокусывать их, откусывать от них кусочки. Этот активно-инкорпоративный модус, так же как и описанный выше, характеризует вариативность других видов активности. Глаза, которые вначале просто пассивно следовали за предъявляемыми раздражителями, теперь научаются фокусироваться на объектах, выделять их, "выхватывать" из окружения, активно следить за ними. Так же и органы слуха приобретают способность вычленять значимые звуки, локализовать их, соответственно менять позицию головы и тела. Руки обучаются целенаправленным движениям, умению хватать и удерживать предметы. Мы, однако, более заинтересованы в выявлении некоторой общей конфигурации развития отношения ребенка к миру, нежели в анализе первых проявлений отдельных изолированных способностей, которые подробно описаны в литературе, посвященной развитию ребенка. Тогда можно рассматривать стадию как время, когда появляется данная общая конфигурация (или появляется в формах, поддающихся тестированию), или как период, когда ряд связанных между собой способностей развиваются и интегрируются таким образом, что обеспечивают благополучный переход к следующей стадии.

На второй стадии устанавливаются интерперсональные паттерны, связанные с социальными модальностями *брать* и *удер-*

шивать предметы — предметы, которые предлагаются и даются ребенку, и предметы, которые имеют большую или меньшую тенденцию "улизнуть". Поскольку ребенок учится менять позицию, поворачиваться и постепенно обретает место на троне своего королевства, он должен совершенствовать механизмы хватания, овладения, удержания точно так же, как и жевания всего того, что находится в зоне его досягаемости.

Кризис "второй, оральной" стадии трудно определить и еще труднее верифицировать. По-видимому, он состоит в совпадении во времени трех моментов: (1) более острая, напряженная потребность в активном овладении, приобретении и наблюдении, напряжение, связанное с ощущениями дискомфорта из-за растущих зубов, и другие изменения в оральном механизме; (2) растущее осознание ребенком себя как отдельной персоны и (3) постепенный отход матери от ребенка, возвращение к своим обычным занятиям, которые были ею оставлены в пред- и послеродовой периоды. Эти занятия включают и возвращение к интимным супружеским отношениям, а возможно, и новую беременность.

Если кормление грудью происходит и на стадии кусания, что, вообще говоря, является правилом, возникает необходимость понять, как продолжать сосание без кусания, так, чтобы мать с болью и негодованием не отнимала бы свою грудь. Наша клиническая работа показывает, что эта стадия ранней истории жизни человека дает ему некоторое чувство исходной утраты и предчувствие, что однажды его связь с матерью будет нарушена. Поэтому отнятие от груди не должно означать для ребенка внезапное лишение и кормления грудью, и безусловности материнского присутствия. При определенных отягчающих условиях резкая потеря привычной материнской любви без надлежащей замены в этот период может вести к острой детской депрессии или к более мягкому, но хроническому состоянию печали, способному придать депрессивную окраску всей предстоящей жизни человека. Но даже при более благоприятных условиях эта стадия, по-видимому, вводит в психическую жизнь чувство отлучения и смутную, но универсальную ностальгию по утерянному раю.

Именно вопреки всем этим переживаниям, связанным с депривацией от разлучения с матерью, с покинутостью и формирующим чувство базисного недоверия, должно установиться и развиться чувство базисного доверия.

То, что мы здесь называем "доверием", переключается с "кон-

фиденциальностью". И если я предпочитаю слово "доверие", то только потому, что в нем больше наивности и единения: про ребенка можно сказать, что он доверчив, но будет слишком сказать, что он конфиденциален. Более того, доверие включает в себя не только то, что некто научается надеяться, полагаться на тех, кто извне обеспечивает его жизнь, но и доверие к самому себе, веру в способность собственных органов справляться с побуждениями. Такой человек способен чувствовать себя настолько полным доверия, что обеспечивающие его жизнь окружающие не должны постоянно стоять при нем на часах.

В психиатрической литературе мы находим много упоминаний о так называемом "оральном характере", показательные черты которого и составляют нерешенные конфликты описываемой стадии. Если оральный пессимизм становится исключительно доминантным, то такие инфантильные страхи, как "быть оставленным голодным" или просто "быть оставленным", могут проявляться в депрессивных формах типа "быть голодным" или "быть бесполезным". Эти страхи в свою очередь могут дать оральности определенное качество жадности, называемое в психоанализе "оральным садизмом", представляющим собой жестокую потребность брать, хватать, добывать, которая проявляется в опасных для окружающих и для самого человека формах. Но встречается и оптимистический оральный характер — у тех, кто научился давать и получать наиболее важные в жизни вещи. Существует и "оральность" как некоторый нормальный субстрат любого индивида, являющаяся резидуальная форма этого первого периода зависимости от "всемогущих" кормильцев. Обычно она проявляется в наших зависимостях и в ностальгии, во всех наших слишком полных надежд и слишком безнадежных состояниях. Интеграция этой оральной стадии со всеми последующими приводит во взрослой жизни к определенной комбинации веры и реализма, доверчивости и реалистичности.

Патология и иррациональность оральных тенденций всецело зависят от степени их интегрированности с другими частями личности, а также от степени их включенности в общие культурные паттерны и использования принятых межличностных форм их внешнего выражения.

Здесь, как, собственно, и везде, мы должны, следовательно, рассмотреть в качестве Дискуссионной проблему выражения инфантильных побуждений в культурных паттернах, которые можно

считать, а можно не считать патологическими отклонениями от общей экономической или моральной системы некоторой культуры. В качестве примера можно назвать воодушевляющую веру в счастливый случай, в "свой шанс" — эту традиционную прерогативу веры американцев в свои собственные возможности и в благожелательность судьбы. Эта вера временами может вырождаться в любовь к азартным играм или в "ловлю шанса" — случайные, часто самоубийственные испытания судьбы — или просто в убежденность, что твои шансы на успех явно выше, чем у других. Точно так же все приятные переживания, которые могут быть получены, особенно в компании, от старых и новых вкусовых ощущений, нюхания, питья, жевания, глотания, переваривания пищи, могут обернуться пагубным пристрастием к еде, не выражающим и не возбуждающим имеющегося у нас базисного доверия. Здесь мы, по-видимому, сталкиваемся с феноменом, требующим эпидемиологического подхода к проблеме более или менее опасного развития инфантильных модальностей в культурных излишествах, точно так же, как и к мягким формам вкусовых привычек, самообмана, алчности, которые являются выражением определенной слабости оральной уверенности.

Необходимо, однако, отметить, что степень доверия, определяемая самым ранним детским опытом, по-видимому, не зависит от абсолютного количества еды или демонстраций любви, а зависит от качества связей ребенка с матерью. Матери формируют у своих детей доверие при таком типе отношения к ребенку, который сочетает тонкую реакцию на индивидуальные запросы младенца и твердое чувство собственной уверенности в контексте взаимного доверия их совместного стиля жизни. Это формирует у ребенка исходные основания чувства идентичности, которые позже войдут в ощущение того, что "все в порядке", чувство, что ты есть ты, что ты становишься тем, кем, другие верят, ты станешь. Родителям мало владеть одними только приемами воспитания через запреты и разрешения, они должны уметь донести до ребенка глубокую, почти соматическую убежденность в том, что существует определенный смысл во всем том, что они делают. Здесь следует заметить, что традиционная система ухода за ребенком является фактором, способствующим формированию доверия, даже тогда, когда ее элементы, взятые в отдельности, могут казаться случайными и либо слишком жесткими, либо слишком мягкими. Многое в данном случае зависит от того, используются

ли эти элементы родителями, твердо уверенными, что это и есть единственно возможный, правильный метод воспитания, или же родителями, для которых процесс воспитания — лишь способ отделаться от гнева, снять собственные страхи, заслужить похвалу от самого ребенка, от свекрови, тещи, врача или священника.

Во времена исторических перемен — а какие еще на нашей памяти? — одно поколение так сильно отличается от другого, что разрушаются традиционные элементы воспитания. Возникающие при этом конфликты — конфликт между тем, как воспитывалась мать в детстве, и ее собственным стилем самовоспитания, конфликт между советами специалистов и теми приемами воспитания, которые мать усвоила с детства, конфликт между авторитетом специалистов и собственным стилем — могут разрушить у молодой матери чувство доверия к самой себе. Более того, такие массовые трансформации американской жизни, как иммиграция, миграция, индустриализация, урбанизация, механизация и др., способны помешать молодой матери в выполнении ею своих задач — простых и чреватых серьезными последствиями одновременно.

Каждый раз, когда разговор заходит о проблемах развития, неизбежно приходится начинать сначала. Это не слишком удачно, конечно, ведь мы так мало знаем о самой ранней и самой глубокой стадии человеческой психики. Можно сказать, что мы сейчас уже наметили основные линии изучения любого из выделенных компонентов человеческой витальности — от самого начала жизни до кризиса идентичности и далее. Мы не сможем в равной мере осветить все этапы, однако эта глава должна включить в себя тот "список", который наметился уже на первой стадии жизни. В дополнение к выделенным аспектам роста наша имплицитная схема должна включать следующее:

(1) *Расширяющиеся либидные потребности* развивающегося живого существа и с ними новые возможности удовлетворения, фрустрации и "сублимации".

(2) *Раздвигающийся социальный радиус*, то есть количество и характер людей, с которыми человек может осмысленно взаимодействовать, опираясь на (3) свои все более дифференцирующиеся способности. (4) *Кризис развития*, порождаемый необходимостью овладеть новыми способами поведения в заданный промежуток времени.

(5) *Новое чувство отчужденности*, возникающее и развивающееся вместе с осознанием новых зависимостей и новых связей

(скажем, в раннем детстве чувство заброшенности, покинутости).

(6) Специфически новая *психологическая сила* (на данной стадии предпочтение доверия недоверию), которая является фундаментом для всех будущих сил.

Этот внушительный список одновременно отвечает и нашей непосредственной задаче, а именно описанию раннего опыта, который облегчает или затрудняет человеку достижение в будущем идентичности.

Что могли бы мы считать наиболее ранним и наиболее недифференцированным "чувством идентичности"? Я склонен предположить, что оно порождается встречей матери и младенца, дающей взаимное доверие и взаимное узнавание. Это во всей своей детской простоте и является первым опытом того, что впоследствии вновь проявится в любви, в способности восхищаться и что может быть названо чувством "благословенного присутствия", потребность в котором на протяжении всей жизни остается основной для человека. Отсутствие этого чувства или его ослабленность может опасно ограничить способность переживания "идентичности", когда в подростковом возрасте человек должен оставить детство и встретить взрослость и вместе с ней начать лично выбирать свои любовные привязанности.

Здесь я должен добавить к представленному выше списку еще одно, седьмое измерение — вклад каждой стадии в то главное стремление человека, которое в отрочестве попадает под влияние зарождающейся на этой стадии специфической силы и ритуального удовлетворения от ее специфического отчуждения.

Каждая следующая стадия и каждый следующий кризис имеют определенную связь с одним из базисных институциональных стремлений человека по той простой причине, что жизненный цикл человека и социальные институты развивались одновременно. Между ними двойная связь: каждое поколение привносит в эти институты пережитки инфантильных потребностей и юношеского пыла и берет от них — пока они, естественно, в состоянии поддерживать свою институциональную витальность — специфическое подкрепление детской витальности. Если я называю религию в качестве института, который на протяжении всей человеческой истории боролся за утверждение базисного доверия, я тем самым вовсе не считаю религию чем-то детским, а религиозное поведение — регрессивным, хотя очевидно, что в широком

смысле инфантилизация не чужда практике и целям религии. Если мы преодолеем нашу универсальную забывчивость, касающуюся пугающих сторон детства, то сможем признать, что в принципе великолепие детства продолжает свое существование и во взрослой жизни. Доверие тогда превращается в способность *верить* — витальную потребность, для которой человек должен найти определенное институциональное подтверждение. По-видимому, именно религия и является самым древним социальным институтом, который служит постоянному ритуальному возрождению чувства доверия в форме веры, одновременно предлагая ясную формулу греха, с которым надо бороться и от которого надо защищаться. Существование в этом социальном институте детской силы, равно как и потенции инфантилизации, можно предположить на том основании, что вся религиозная практика включает в себя периодическую детскую капитуляцию перед Властью, которая творит все, распределяя земную судьбу так же, как и духовное благополучие; демонстрацию человеку с помощью покорных поз и смиренных жестов, как он мал и зависим; признание в исповеди, молитве, песнопениях в своих неправедных действиях и мыслях, греховных побуждениях и страстный призыв к исходному воссоединению через духовное наставничество. В лучшем случае все это принимает высокоцивилизованные формы и таким образом становится надперсональным; индивидуальное доверие превращается в общую веру, индивидуальное недоверие — в общественно формулируемый грех, когда мольба отдельного человека о возрождении оказывается частью ритуальной практики многих людей, знаком того, что данная общность заслуживает доверия.

Когда религия теряет свою актуальную власть в настоящем, тогда, видимо, возраст должен находить другие формы общего благоговения перед жизнью, которые бы извлекали витальность из расчлененной картины мира. Только осмысленно устроенный мир может дать веру, которую мать передает ребенку через витальную силу *надежды*, являющуюся в свою очередь бесконечной готовностью человека верить в достижимость главных своих желаний, несмотря на возникающие время от времени анархические позы и приступы зависимости.

Наиболее краткой и точной формулировкой идентичности, являющейся завоеванием самого раннего детства, может быть следующая: "Я есть то, что, надеюсь, я имею и даю".

2. РАННЕЕ ДЕТСТВО: ВОЛЯ БЫТЬ СОБОЙ

Психоанализ обогатил словарь словом "анальность", предложенным для обозначения определенного удовольствия и своеволия, связанных в раннем детстве с органами выделения. Для ребенка ценность полной процедуры очищения кишечника и мочевого пузыря, конечно, с самого начала повышается за счет предстоящей награды за большое «хорошо сделанное» дело. Вначале эта награда должна компенсировать частый дискомфорт и переживаемое напряжение, которые создаются, покуда кишечник учится делать свою ежедневную работу. Необходимый "объем" анальному опыту дают две линии развития: появление достаточно сформированного стула и общая координация мускульной системы, которая обеспечивает произвольное выделение, равно как и произвольную задержку стула. Это новое измерение в подходе к вещам не ограничивается, однако, одними лишь сфинктерами. В действительности развивается общая способность — напряженная потребность в принципе сохранять опрятность и по желанию выбрасывать то, что накопилось, — сменяющая произвольное задержание или освобождение от стула.

Основное значение этой второй стадии раннего детства — в быстрых завоеваниях на пути развития мускулатуры и вербализации; в становлении способности — и вдвойне переживаемой неспособности — координировать некоторое число в высшей степени конфликтующих между собой паттернов действий, характеризующихся тенденциями "удержать" и "отпустить". На этом и на многих других путях развития все еще очень зависимый ребенок начинает испытывать свою *автономную волю*. В это время грозные внутренние силы "держатся в узде" и рвутся из нее, особенно в столкновении неравных волей, поскольку ребенок часто бывает не равносильным своему собственному желанию, а родители и ребенок — не равносильными друг другу. Что касается собственно анальности, то все здесь зависит от желания культурного окружения ребенка заниматься этой проблемой. Существуют примитивные и аграрные культуры, где родители игнорируют анальное поведение и оставляют более старшим детям заботу выводить едва начинающего ходить малыша в кусты, причем его обучаемость в этом деле может быть связана главным образом с желанием подражать старшим детям. Наша западная ци-

визация (так же, как и другие, например японская), и особенно определенные ее классы, имеет обыкновение к этому делу относиться серьезнее. Именно в данном вопросе машинный век выработал идеал механически оттренированного, безупречно функционирующего и всегда чистого, пунктуального, дезодорированного тела. К тому же предполагается, что ранний и строгий тренинг абсолютно необходим для такого типа личности, которому предстоит эффективно функционировать в этом механизированном мире, где время — деньги. Таким образом, ребенок в глазах взрослых превращается в машину, которую следует настроить и отладить, точно так же, как раньше он представлялся им животным, которое надо было выдрессировать. На самом деле произвольность может развиваться только постепенно. В любом случае клиническая практика позволяет предположить, что среди современных невротиков встречается *компульсивный тип*, для которого характерны скупость, скрытность, мелочность как в отношении человеческих привязанностей, времени и денег, так и в отношении управления своим кишечником. Также следует отметить, что для широких слоев нашего общества тренировка работы кишечника и мочевого пузыря оказывается явно слабым местом в воспитании ребенка.

Что же делает анальную проблему такой потенциально важной и трудной?

Вклад анальной зоны в экспрессию упрямой настойчивости конфликтного импульса больше, чем вклад всех других зон, потому что, во-первых, это модельная зона для двух противоположных модусов, которые должны превратиться в альтернативные, а именно задержание и освобождение от чего-то. Далее, сфинктеры являются лишь частью мускульной системы с ее общей двойственностью: напряжения и расслабления, сгибания и разгибания. Тогда данная стадия в целом превращается в *борьбу за автономию*. Потому что, как только ребенок начинает более твердо стоять на ногах, он научается также описывать свой мир как "я" и "ты", "мне" и "мое". Каждая мать знает, как поразительно находчив бывает на этой стадии малыш, если он задумал что-то сделать. Невозможно, однако, найти надежного способа заставить его захотеть сделать именно это. Любая мать замечала также, с какой нежностью и любовью ребенок в этом возрасте прижимается к ней и как неожиданно резко может ее оттолкнуть. Одновременно ребенок может собирать различные предметы в одну кучу и разбра-

сывать их, привязываться к драгоценным для него вещам и выш-ыривать их в окна дома или автомобиля. Все эти с виду противоречивые тенденции мы объединяем в формуле *сдерживающего-отпускающего модуса*. В действительности все базисные модальности приводят к враждебным и дружественным, жестким и мягким ожиданиям и установкам. Так, модальность "держать" может превратиться в деструктивное и жестокое сдерживание, изолирование, а может — в паттерн заботы "хранить и оберегать". Модальность "отпускать" также может обернуться опасным попустительством деструктивным силам или стать мягким отношением "пусть будет", "пусть оно идет, как идет". Говоря на языке культуры, эти модальности не хороши и не плохи, их ценность зависит от того, как они встроены в паттерны утверждения или отвержения данной культуры.

Регуляция взаимоотношений между взрослым и ребенком обрывается теперь тяжелым испытанием. Если слишком ранний или слишком жесткий внешний контроль отнимает у ребенка возможность самому постепенно научиться произвольно, по своему выбору контролировать отправления кишечника и других функций, то позже он окажется перед лицом двойного сопротивления и двойного поражения. Бессильный против своих собственных анальных инстинктов, часто пугающийся "урчания" своих собственных кишок, беспомощный во внешней жизни, ребенок будет вынужден искать удовлетворение и способы контроля либо посредством регрессии, либо посредством извращения прогрессивного развития. Иными словами, он вернется к более раннему оральному контролю; то есть или он будет сосать свой палец и станет вдвое требовательнее; или начнет вести себя враждебно и своевольно, используя свои фекалии (что впоследствии будет соответствовать грязным выражениям) в качестве агрессивного подкрепления; или же он будет без достаточных оснований претендовать на автономию, на действия без чьей-либо помощи.

Вследствие этого данная стадия становится решающей для установления соотношения между доброй волей и полным ненависти самоутверждением, между кооперативностью и своеволием, между самовыражением и компульсивным самоограничением или смиренной угодливостью. Чувство самоконтроля без потери самоуважения является онтогенетическим источником *свободной воли*. Неизбежно возникающее чувство потери самоконтроля и

родительского внешнего контроля порождает устойчивую склонность к переживанию *сомнения* и *стыда*.

Для становления автономии необходимо выраженное развитие раннего чувства доверия. Ребенок должен прийти к уверенности в том, что его вера в себя и в мир не будет подвергнута опасности из-за его горячего желания иметь право на собственный выбор, на требовательное приобретение или на упорное извлечение от чего-то.

Только твердость родителей может уберечь ребенка от последствий того, что он пока еще не научился быть достаточно проницательным и осмотрительным.

Окружающая ребенка действительность должна также поддерживать его в стремлении "стоять на своих собственных ногах" и в то же время защищать его от впервые теперь возникающей пары отчужденностей, а именно: чувства глупого и незрелого саморазоблачения, которое мы называем стыдом, и того вторичного и "удвоенного" недоверия, которое мы называем сомнением — сомнением в себе и сомнением в твердости и проницательности своих учителей.

Стыд представляет собой инфантильную эмоцию, явно недостаточно изученную из-за того, что в нашей цивилизации она так рано и так легко поглощается виной. Стыд предполагает осознание того, что некто полностью разоблачен, раскрыт, что на него смотрят, — одним словом, самосознание. Некто виден, но не готов к тому, чтобы быть видимым; вот почему в снах о стыде на нас смотрят тогда, когда мы не полностью одеты, в ночной рубашке, "со спущенными штанами". Стыд рано начинает выражаться в том, что ребенок закрывает лицо или здесь же падает на землю. Некоторые примитивные люди широко используют воспитательный метод "пристыдить", деструктивный характер которого во многих цивилизациях уравновешивается выработанными способами "сохранить свое лицо". Пристыжение эксплуатирует растущее чувство своей малости, которое парадоксальным образом увеличивается по мере того, как ребенок встает на ноги и его сознание позволяет ему замечать относительную меру собственной величины и силы.

Если ребенка слишком много стыдят, это приводит к возникновению у него не чувства пристойности, а тайного стремления постараться убраться вон со всем тем, что имеешь, пока тебя не видят, если, конечно, результатом не окажется нарочитое бесстыд-

ство. Есть выразительная американская баллада, в которой убийца, которого должны повесить на виселице на глазах у общины, вместо того, чтобы испытывать смертельный страх или тотальный стыд, начинает бранить наблюдающих за казнью, заканчивая каждый пассаж ругани словами "Бог проклинает ваши глаза". Многие маленькие дети, когда их бесконечно стыдят, могут похоже выражать свой вызов окружающим (не владея, конечно, ни такой смелостью, ни такими словами). Этим страшноватым сопоставлением я хочу показать, что есть индивидуальные пределы терпения и у ребенка, и у взрослого перед лицом требований, которые заставляют их считать себя — свое тело, свои нужды, свои желания — чем-то злостным и грязным и верить в непогрешимость тех, кто выдвигает все эти требования. В некоторых случаях ребенок может все поставить вверх дном, втайне стать забывчивым, безразличным к мнению окружающих и рассматривать как зло только тот факт, что они существуют: его время придет, когда либо они уйдут, либо он сам сможет их покинуть.

С психиатрической точки зрения опасность этой стадии, так же как и всех других, состоит в потенциальной возможности отягчения нормативного отчуждения до такого состояния, когда могут проявиться невротические или психотические тенденции. Чувствительный ребенок может обернуть все свое стремление к пониманию только на самого себя, в результате чего развивается *преждевременное самоосознание*. Вместо того чтобы настойчиво пытаться завладеть разными вещами для исследования их в повторяющихся играх, таким ребенком будет владеть лишь стремление к повтору собственных действий, причем он будет настаивать на том, чтобы все было "только так", только в такой последовательности и в таком темпе. Через подобную инфантильную одержимость и вязкость или через превращение в яростного приверженца ритуальных повторов ребенок завоевывает власть над своими родителями в тех областях, в которых он не мог достичь с ними взаимодействия. Эта видимая победа является инфантильной моделью взрослого компульсивного невроза.

Например, в подростковом возрасте компульсивный человек может попытаться обрести свободу, используя маневры, выражающие желание "справиться" с разными вещами, но обнаруживает свою неспособность справиться даже с самим этим желанием, потому что, пока он учится увертываться от других людей, его преждевременное самоосознание не позволяет ему реально

справляться с чем бы то ни было. Поэтому он обыкновенно проходит свой кризис идентичности пристыженным, извиняющимся боящимся быть увиденным либо же "сверхкомпенсаторно" начинает проявлять автономию в формах открытого неповиновения,, что может санкционироваться и ритуально оформляться в бесстыдно вызывающем поведении подростковых групп. Все это будет более детально обсуждаться.

Сомнение - родной брат стыда. Если стыд зависит от сознания своей прямоты и открытости, то сомнение имеет дело с осознанием того, что ты имеешь лицевую и обратную стороны (перед и зад), и особенно того, как ты выглядишь со спины, то есть за пределами видимости. Эта задняя часть тела с ее агрессивным и либидным фокусом — сфинктерами и ягодицами — может оказаться логически доминирующей именно потому, что ребенок не может ее видеть. Возникающее на этой основе компульсивное сомнение может проявляться у взрослого человека в параноидных страхах, касающихся невидимых преследователей, угрожающих сзади. В подростковом возрасте оно подчас проявляется во временном, но тотальном сомнении в себе, в ощущении того, что все, что осталось в прошлом ("за") — детское окружение и ранние проявления личности, — не выливается теперь в предпосылки для начала новой жизни. Возможно, все это потом будет отвергнуто в намеренном выставлении напоказ своих темных, неприглядных сторон с привлечением "грязных" ругательств, обращенных к миру и к самому себе.

Так же как и в случае с "оральной" личностью, компульсивная, или "анальная", личность имеет как свои нормальные аспекты, так и проявления, выходящие за пределы нормы. Некоторая *импульсивность* дает человеку свободу выражения, равно как некоторая *компульсивность* весьма полезна в делах, требующих порядка, пунктуальности и чистоты, хотя обе эти характеристики являются, конечно, компенсаторными чертами личности. Вопрос всегда заключается в том, остаемся ли мы хозяевами модальностей, вследствие чего вещи становятся более управляемыми или правила начинают доминировать над самим управляющим.

Требуются и выдержка, и гибкость, чтобы правильно воспитать волю ребенка — помочь ему превозмочь свое чрезмерное упрямство, развить его "добрую волю" и (обучая его быть послушным в каких-то важных делах) поддержать его автономное чувство свободы воли. Что касается психоанализа, то он в первую оче-

редь сосредоточивал внимание на слишком раннем приучении к горшку и на неоправданном пристыжении ребенка как на причинах его отчуждения от своего тела. Психопсихологами была по крайней мере предпринята попытка сформулировать, чего не надо делать в отношении ребенка. Из анализа жизненного цикла можно извлечь немалое число таких предупреждений. Однако избыток таких формулировок может породить суеверные запреты у тех, кто склонен скрупулезно выводить четкие правила из всех этих весьма смутных предостережений. Мы постепенно учимся тому, чего не делать с такими-то детьми такого-то возраста; но мы должны все же научиться и тому, что делать, — научиться весело и легко, как бы между делом. Причем эксперт- психолог может задать лишь общие рамки некоторых рекомендаций, внутри которых воспитатель сам должен выбрать то, что ему подходит. Как показывают последние сравнительные исследования, характер и степень чувства автономии, которые родители могут сформировать у своего малыша, зависят от их чувства собственного достоинства и личностной независимости. Мы выше уже высказывали предположение о том, что детское чувство доверия является отражением веры родителей; так же и чувство автономии есть отражение родительских чувств собственного достоинства и самостояния. Для ребенка не столь важны наши отдельные поступки, его в первую очередь волнует наша жизненная позиция: живем ли мы как любящие, помогающие друг другу и твердые в своих убеждениях люди или что-то делает нас злыми, тревожными, внутренне раздвоенными.

Какой же социальный институт охраняет приобретения этой стадии, продолжающие существовать и в дальнейшем? По-видимому, базисная потребность человека в очерчивании границы своей автономии имеет институциональную защиту в принципе *законности и порядка*, который и в обыденной жизни, и в установленном законодательстве распределяет для каждого человека его привилегии и ограничения, его права и обязанности. Только чувство справедливо распределенной автономии воспитывает у родителей такой способ обхождения с маленьким индивидом, который выражает скорее надперсональное принуждение, чем деспотичное выяснение прав. Важно подробно остановиться на этом положении, поскольку многое в сохраняющихся у человека с детства чувствах сомнения, негодования от перенесенного наказания

или ограничения, общих для многих детей, является следствием родительских фрустраций, связанных с женитьбой, работой, гражданской жизнью. Если в детстве мы ожидаем от жизни высокой степени личной автономии, уважения, благоприятных возможностей, а затем, во взрослой жизни, обнаруживаем, что наша жизнь подчинена вневличной организации и машинерии, слишком сложной для нашего понимания, результатом может оказаться глубокое хроническое разочарование, которое делает нас неспособными даровать друг другу или своим детям определенную меру автономии. Вместо этого, напротив, нами может завладеть иррациональный страх потерять остатки своей автономии или подвергнуться притеснению, ограничению, сужению свободы своего волеизъявления какими-то анонимными врагами и одновременно, что весьма парадоксально, страх быть недостаточно контролируемым, когда не *говорят*, что надо делать.

Мы вновь подробно охарактеризовали моменты борьбы и победы одной стадии детского развития. Каков вклад этой стадии в кризис идентичности — как в формирование идентичности, так и в развитие определенного типа отчуждения спутанной идентичности? Стадия автономии, безусловно, заслуживает особого внимания, так как именно в ней "вытанцовывается" первая эмансипация от матери. Есть клинические основания полагать, что отрочество, уходя прочь от всей детской жизни, от привычного окружения, во многом повторяет эту первую эмансипацию. По этой причине более всего бунтующие молодые люди могут частично (а иногда полностью) регрессировать к требовательным и одновременно жалобным поискам руководства, которое их бесстыдная независимость, по-видимому, отвергает. Однако, не говоря уже об этих "клинических" основаниях, общий вклад рассматриваемой стадии — мужество быть независимым индивидом, который сам может выбирать и строить собственное будущее.

Мы говорили, что самая ранняя стадия оставляет в развивающемся человеке свой след, который на многих иерархических уровнях, и особенно в индивидуальном ощущении идентичности, может иногда отзываться сознанием того, что "Я есть то, что, надеюсь, я имею и даю". Аналогично можно определить и последствия стадии автономии: "Я есть то, чего я могу свободно желать".

3. ДЕТСТВО: АНТИЦИПАЦИЯ РОЛЕЙ

Будучи твердо уверенным в том, что он — самому себе принадлежащая персона, ребенок теперь должен выяснить, какой же именно персоной он может стать. Он, конечно, глубоко и полностью "идентифицировался" со своими родителями, которые в целом казались ему могущественными и прекрасными, но в отдельных случаях — довольно неблагоразумными, непривлекательными и даже небезопасными. Три линии развития составляют стержень этой стадии, готовя одновременно ее кризис: (1) ребенок становится более свободным и более настойчивым в своих движениях и вследствие этого устанавливает более широкий и, по существу, не ограниченный для него радиус целей; (2) его чувство языка становится настолько совершенным, что он начинает задавать бесконечные вопросы о бесчисленных вещах, часто не получая должного и вразумительного ответа, что способствует совершенно неправильному толкованию многих понятий; (3) и речь, и развивающаяся моторика позволяют ребенку распространить свое воображение на такое большое число ролей, что подчас это его пугает. Как бы то ни было, из всего этого ребенок должен выйти с *чувством инициативы* как базисным для реалистического ощущения собственных амбиций и целей.

Каковы тогда критерии целостного чувства инициативы? Критерии развития всех обсуждаемых здесь "чувств" одни и те же кризис, сопровождаемый какими-то новыми отчуждениями, разрешается следующим образом: ребенок неожиданно начинает чувствовать себя "в большей степени собой", более любимым, более расслабленным, более ярким в своих суждениях — иными словами, по-новому витальным. Внешне он выглядит очень активным, владеющим избытком энергии, что позволяет ему быстро забывать свои поражения и, не страшась опасности, шаг за шагом смело идти вперед, осваивая новые манящие пространства.

Мы подошли к концу третьего года, когда хождение становится для ребенка делом легким и привычным. Безусловно, ходить ребенок начинает значительно раньше, но оттачивается это умение, равно как и умение бегать, только с появлением внутреннего ощущения гравитации, когда малыш забывает о том, что он идет или бежит, а делает это как само собой разумеющееся, сочетая движение с каким-либо другим действием. Только тогда нога

становится неотъемлемой частью его тела вместо того, чтобы быть каким-то амбулаторным аппендиксом. Только тогда он с выгодой для себя сможет открывать окружающий мир, сочетая *дозволенные* ему действия с собственными *способностями*. Теперь он уже готов видеть себя таким же большим существом, как эти "ходячие" взрослые. Он начинает делать сравнения по поводу различий в размерах и других свойствах окружающих его людей, проявляет неограниченную любознательность, в частности по поводу половых и возрастных различий. Он старается представить себе возможные будущие роли и понять, о каких из них стоит повообразать.

Под руководством старших детей или воспитателей он постепенно входит в тонкости детской политики яслей, улицы, двора. Его стремление к обучению в это время удивительно сильное; он неукоснительно движется вперед от ограничений к будущим возможностям.

Модус вторжения, доминирующий в поведении на этой стадии, определяет многообразие "схожих" по форме видов активности и фантазий. Он включает: (1) вторжение в пространство с помощью активных движений; (2) вхождение в неизвестное с помощью всепоглощающей любознательности; (3) "влезание" в уши и головы других людей своими криками и воплями; (4) физическую атаку в отношении других людей; (5) а также первые пугающие мысли о том, чтобы ввести фаллос в женское тело.

В теории детской сексуальности эта стадия называется *фаллической стадией* - стадией детской любознательности, генитальной возбудимости и разного рода озабоченности на сексуальной почве (типа утери пениса у девочек). Эта "генитальность", безусловно, рудиментарна, она — ожидание чего-то и часто бывает практически незаметной. Если ее специально не провоцировать соблазном или подчеркнутыми запрещениями и угрозами "отрезать это" или особыми обычаями вроде сексуальных игр в детских группах, то такая генитальность может проявиться разве что в каких-то особо завораживающих переживаниях, которые вскоре становятся настолько пугающими и бессмысленными для ребенка, что подвергаются репрессиям. Это в свою очередь ведет к доминированию такой отличительной человеческой особенности, которую Фрейд называл "латентным" периодом, представляющим собой длительную отсрочку, разделяющую детскую сексу-

альность (которая у животных непосредственно переходит в зрелость) и половое созревание. В этот "латентный" период ребенок вынужден признать тот факт, что, несмотря на все усилия представить себя в принципе способным на то же, на что способны мать и отец, ни сейчас, ни даже в достаточно отдаленном будущем нечего и стараться стать отцом в его сексуальных отношениях с матерью или матерью в ее сексуальных отношениях с отцом. Глубокие эмоциональные последствия этого инсайта и связанный с ним магический страх создают то, что Фрейд назвал Эдиповым комплексом. Он основывается на логике развития, которая диктует то, что мальчики связывают свои первые генитальные ощущения с матерями, обеспечивающими комфорт их телу, и то, что они развивают свое первое сексуальное соперничество с тем, кто является сексуальным партнером их матери. Маленькая девочка в свою очередь привязывается к отцу или другому человеку, близкому ее матери, что может сделать ее очень тревожной, поскольку, по-видимому, блокирует ее возвращение к этой самой матери, причем материнское неодобрение оказывается значительно более магически опасным, так как оно "заслуживается" каким-то таинственным образом.

Девочки на этой стадии часто проходят через отрезвляющие изменения, потому что рано или поздно они начинают замечать, что несмотря на то, что ни в движениях, ни в уме, ни в социальной настойчивости они не уступают мальчикам (что позволяет им быть первоклассными сорванцами), все же одного они лишены — пениса — и вместе с ним важных преимуществ, имеющих место в большинстве культур и классов. В то время как мальчик имеет такой видимый, способный к эрекции и понятный орган, с которым он может связывать мечты о взрослом величии, клитор девочки лишь слабо подкрепляет ее мечты о сексуальном равенстве, и у нее нет даже груди как аналогичного материально осязаемого знака ее будущего. Идея возможного *зачатия* от введенного фаллоса пока слишком страшна, и материнские потребности могут проявляться у девочки разве что в фантазиях или заботе о малышах. С другой стороны, когда мать доминирует в семейной жизни, у мальчика может развиться чувство неадекватности. На этой стадии он начинает понимать, что его лидерство вне дома в семье будет отобрано матерью и старшими сестрами, которые таким образом могут рассчитаться с ним за свои сомнения в себе,

заставив почувствовать, что мальчик в действительности является каким-то ничтожным существом.

Там, где потребности экономической жизни общества и простота его социальных планов делают понятными мужскую и женскую роли, специфику их силы и вознаграждения, эти ранние опасения по поводу сексуальных различий легче интегрируются в культурные проекты для дифференциации половых ролей. Поэтому и девочка, и мальчик оказываются в равной степени необыкновенно ценными из-за внутренней убежденности в том, что в один прекрасный день они станут такими же хорошими, как мама или папа, — а возможно, и лучше. Дети всегда благодарны за такое ненавязчивое и своевременное сексуальное просвещение. Стадия игры и детской генитальности в список базисных социальных модальностей добавляет для обоих полов модальность "делания", первую в детском понимании "делания карьеры".

Причем у мальчика акцент остается на "делании" посредством мозговой атаки; а у девочки он может обернуться "ловлей" посредством или агрессивного захвата, или превращения себя в привлекательную и неотразимую особу.

Таким образом формируются предпосылки мужской или женской инициативы, а также некоторые половые образы самого себя, которые становятся существенными ингредиентами позитивных и негативных аспектов будущей идентичности. В то же время бурно развивающееся воображение, если так можно выразиться, опьянение от растущей локомоторной власти, ведет к тайным фантазиям о гигантских, ужасающих пропорциях. Просыпается глубинное *чувство* вины — странное чувство, потому что оно надолго поселяет в голове молодого человека уверенность в совершении им каких-то страшных преступлений и поступков, которые он в действительности не только не совершал, но и биологически был бы совершенно не в состоянии совершить. Если борьба за автономию в своем крайнем выражении концентрировалась на избавлении от соперников и поэтому была выражением *гнева ревности*, чаще всего направленного против младших братьев и сестер, то инициатива несет с собой *антиципируемое соперничество* с теми, кто оказался первым и кто уже поэтому может занять то поле деятельности, на которое была исходно направлена инициатива индивида. Ревность и соперничество, эти полные озлобления и вместе с тем в существе своем тщетные попытки

разграничить сферу бесспорных привилегий, теперь, в финальном состязании с одним из родителей за лучшую позицию, приводят к своей кульминационной точке: неизбежное и необходимое поражение ведет к переживанию вины и тревоги. Ребенок в своих фантазиях видит себя гигантом или тигром, но в своих снах испытывает ужас перед смертью. Таким образом, это стадия страха за свою жизнь и за свой член, стадия "*комплекса кастрации*" — усиленного опасения лишиться пениса или, если речь идет о девочке, чувства вины за то, что она потеряла пенис в знак наказания за свои тайные фантазии и поступки.

Великим правителем, регулятором инициативы является *сознание*. Ребенок, как мы сказали, теперь не только боится разоблачения, но также слышит "внутренний голос" самонаблюдения, саморегуляции, самонаказания, который приводит к внутреннему расколу: происходит новое и очень сильное отчуждение. Онтогенетически это краеугольный камень нравственности. Но с точки зрения человеческой витальности необходимо отметить, что если это великое достижение будет чрезмерно эксплуатироваться слишком ретивыми взрослыми, то последствия будут отрицательны и для души, и для самой нравственности ребенка. Связано это с тем, что сознание ребенка может быть примитивным, жестоким и бескомпромиссным, например: когда дети учатся подгонять себя под общие требования; когда они скрупулезно начинают выполнять требования родителей, на что последние совсем не рассчитывали; или когда у детей развивается глубокая регрессия и непреходящее чувство обиды из-за кажущегося несоответствия образа жизни родителей тем нормам, которые они стараются привить детям. Один из самых глубоких конфликтов в жизни обусловлен ненавистью к родителям, которые вначале служили для ребенка моделью, а потом обнаружили перед ним стремление "замести следы" таких своих неблагоприятных поступков, с которыми ребенок внутренне уже не может смириться. Тогда ребенок начинает понимать, что дело не в некотором универсальном "хорошо", а в том, на чьей стороне сила. В результате к исходно присущему "Супер-Эго" качеству "все или ничего" добавляются относительность, подозрительность и уклончивость, что делает человека с такой моралью потенциально опасным и для него самого, и для его близких. Мораль, таким образом, может превратиться в синоним наказания и обуздания других.

Все это может казаться странным читателям, которые не представляют себе всей потенциальной мощи деструктивных тенденций, которые могут возникнуть и временно быть похороненными на этой стадии только для того, чтобы потом внести свой вклад во внутренний арсенал деструктивности, готовый к использованию при любой возможной провокации. Используя слова "потенциально", "провокация", "возможный", я хочу подчеркнуть, что лишь очень малая часть этих внутренних линий развития не может быть использована для конструктивной и мирной инициативы, если мы научимся понимать конфликты и тревоги детства и важность детства для человечества. Игнорируя или преуменьшая феномен детства, и в частности хорошие и плохие детские сны, нельзя узнать об одном из вечных источников человеческой тревоги и внутреннего раздора. Потому что патологические последствия этой стадии могут вновь проявиться лишь спустя значительное время, когда связанные с инициативой конфликты найдут свое выражение в *истерическом отвержении* или в *самоограничении*, которые удерживают индивида от полноценной жизни с проявлением всех своих возможностей, фантазии и чувств, если не приведут к относительной сексуальной импотенции или фригидности. Все это в свою очередь может быть "сверхкомпенсировано" в демонстрации неустанной инициативы, стремлении любой ценой добиться успеха. Многие взрослые люди чувствуют, что их человеческая ценность заключается в том, кем они собираются стать в будущем, а вовсе не в том, кем они являются в настоящем. Такие "вечные путники" наиболее подвержены психосоматическим заболеваниям. Получается, что только болезнь может затормозить процесс вечной гонки соответствия человека созданному им же самим рекламному образу.

Сравнительный подход к проблеме воспитания детей предлагает нашему вниманию факт огромной важности для развития идентичности, а именно то, что родители собственным примером, рассказами о жизни и о том, что для них значит великое прошлое, передают детям этого возраста страстно заряженный лотос *действий* в форме идеальных типов людей или техник, настолько чарующих, что они способны заменить детям героев волшебных сказок. По этой же причине возраст игры опирается на существование определенной формы семьи, которая настойчивыми примерами учит ребенка понимать, где кончается игра и начина-

ется непреложная цель и где "нельзя" сменяется санкционированными способами энергичных действий. Дети сейчас ищут новых идентификаций, которые давали бы поле инициативы, свободное от переживаний конфликта и вины, идущих от безнадежного соперничества дома. Также в совместной деятельности и понятных ребенку играх может развиваться сотрудничество между отцом и сыном, матерью и дочерью, накапливаться важный опыт признания равенства ценности обеих сторон, несмотря на неравенство графиков развития. Такое сотрудничество — надолго остающееся богатство не только для родителей и ребенка, но и для общества в целом, потому что служит противосилой для той глубоко спрятанной ненависти, которая идет просто от разницы в величине или возрасте. Только таким образом переживания вины интегрируются в сильное, но не суровое сознание, только так язык утверждает себя как разделенная актуальность. Таким образом, стадия "Эдипа" в конечном итоге результируется не только в моральном чувстве, стягивающем горизонт дозволенного, но и в установлении направления движения в сторону того возможного и зримого, что связывает детские сны с различными реальными целями технологии и культуры.

Теперь мы можем видеть, что заставило Фрейда поставить Эдипов комплекс во главу угла конфликтного человеческого существования, и не только по психиатрическим основаниям, но и по свидетельствам великой художественной литературы и истории. Тот факт, что человек начинает свою жизнь как играющий ребенок, проявляется затем в ролевых действиях и ролевых играх вплоть до того, что он считает своими высшими целями. Поэтому он любит мысленно переноситься и в славное историческое прошлое, и в более совершенное будущее; поэтому его привлекают торжественные церемонии настоящего со всеми их правилами, ритуалами, которые санкционируют агрессивную инициативу так же, как и смягчают вину подчинением более высокому авторитету.

Среди групповых психологических феноменов, являющихся следствиями стадии инициативы, — латентная и часто повальная готовность самых лучших и самых прилежных следовать за любым лидером, выдвигающим для достижения победы цели, представляющиеся одновременно и внеперсональными и достаточно доблестными для того, чтобы возбудить присущий мужчинам фал-

личный энтузиазм (и уступчивость у женщин) и уменьшить тем самым их иррациональное чувство вины. Очевидно, что агрессивные идеалы мужчины в большой степени привязаны к стадии инициативы, и это важный факт для понимания конфликта формирования идентичности — и спутанности идентичности.

В таком случае необходимый вклад обсуждаемой стадии в дальнейшее развитие идентичности — это высвобождение детской инициативы и чувства цели для выполнения взрослых задач, что обещает (но не гарантирует) реализацию пространства возможностей человека. Это реализуется в твердом, не разрушаемом чувством вины и постоянно растущем убеждении в том, что "Я есть то, чем, я могу вообразить, я стану". Равно очевидно, однако, и то, что широко распространенное разочарование, идущее от этого убеждения из-за расхождения между инфантильными идеалами и подростковой реальностью, может вести только к тому, что спускается с цепи цикл вины-и-насилия, столь характерный для человека и столь вместе с тем опасный для его собственного существования.

4. ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ: ИДЕНТИФИКАЦИЯ С ЗАДАЧЕЙ

Именно в конце периода развитого воображения ребенок проявляет наибольшие способности к обучению, соблюдает дисциплину и выполняет определенные требования взрослых. Его переполняет желание конструировать и планировать вместо того, чтобы приставать к другим детям или провоцировать родителей и воспитателей. В этот период дети привязываются к учителям и родителям своих друзей, они хотят наблюдать и имитировать такие занятия людей, которые они могут постичь, — пожарного и полицейского, садовника, водопроводчика и мусорщика. Хорошо, если им посчастливится хотя бы какое-то время пожить рядом со скотным двором или на торговой улице, где они могли бы не только наблюдать, как трудятся взрослые, но и принимать посильное участие в их занятиях. По достижении школьного возраста дети во всех культурах начинают получать первые систематические знания и инструкции, хотя отнюдь не всегда это происходит в школах, где работают специально подготовленные учителя. Если дети живут среди людей неграмотных и не имеют возможности

посещать школу, они многому обучаются у окружающих их взрослых, которые становятся учителями не по официальному назначению, а просто с общего одобрения, или у более старших детей, по добытые таким путем знания связаны лишь с основными трудовыми навыками. Ребенок постепенно вливается в трудовую жизнь своего племени, но прямо и непосредственно.

В цивилизованных культурах основной акцент делается на такие знания и умения, которые в первую очередь делают ребенка образованным. Только разностороннее базовое образование способно обеспечить ребенку широкий выбор будущей специальности в ситуации, когда все более сложной становится социальная реальность, все более неопределенными роли отца и матери, все более смутными цели инициативы. Тогда в период между детством и взрослостью школьные навыки для многих превращаются как бы в особый самостоятельный мир, со своими собственными целями и ограничениями, достижениями и разочарованиями.

В дошкольном возрасте поглощенность игрой позволяет ребенку проникнуть в мир других людей. Вначале эти другие исследуются как вещи; их разглядывают или заставляют быть "лошадкой". Подобное изучение необходимо ребенку для того, чтобы открыть, какое потенциальное игровое содержание допустимо только в фантазии или только в игре с другим человеком; какое содержание может быть успешно представлено только миром игрушек и маленьких предметов, а какое может быть лишь взаимно распределенным с другими людьми или даже им навязанным. Все это не сводится лишь к овладению игрушками или предметами, но включает и детский способ овладения социальным опытом через экспериментирование, планирование, взаимодействие с другими.

Ребенку требуется иногда побыть одному, например, чтобы почитать, посмотреть телевизор или просто помечтать. Часто, оставаясь один, ребенок пытается что-то мастерить, а если у него ничего не получается — ужасно злится. Ощущение себя способным делать разные вещи, и делать их хорошо или даже в совершенстве, я назвал *чувством созидания*. Даже ребенок, избалованный вниманием взрослых, испытывает потребность в уединении и самостоятельном творчестве. Это первая психологическая

ступень превращения его из рудиментарного родителя в биологического.

В наступающий латентный период развивающийся ребенок забывает или довольно спокойно "сублимирует" те влечения, которые заставляли его мечтать и играть. Он учится теперь завоевывать признание посредством производства разных вещей и предметов. Он развивает у себя настойчивость, приспосабливается к неорганическим законам мира, орудий труда и может стать активной и заинтересованной единицей производственной ситуации.

Опасность этой стадии — в развитии отчуждения от самого себя и от своих задач — хорошо известное *чувство неполноценности*. Оно может быть обусловлено неудовлетворительным разрешением предшествующего конфликта: ребенок все еще тянется к своей матери, гораздо сильнее, чем к учебе; он все еще может предпочитать, чтобы его считали малышом дома, нежели большим в школе; он все еще сравнивает себя со своим отцом, и это сравнение вызывает чувство вины, равно как и чувство неполноценности. Семейная жизнь может не подготовить его к школьной жизни, или школьная жизнь может не оправдать обещаний более ранних стадий, потому что кажется, что ничто из того, что он научился хорошо делать до сих пор, не принимается во внимание его приятелями и учителями. И тогда вновь он может быть потенциально способен продвигаться по тем путям, которые, если не будут открываться сейчас, могут открыться слишком поздно или не открыться никогда.

Именно в этот момент широкое социальное окружение становится значимым для ребенка, допуская его к ролям прежде, чем он встретится с актуальностью технологии и экономики. Если тем не менее он обнаружит, что цвет его кожи или положение его родителей в значительно большей степени определяет его ценность как ученика или подмастерья, чем его желание или воля учиться, то ощущение себя недостойным, малоценным может роковым образом отягчить развитие характера.

Хорошие учителя, чувствующие доверие и уважение к себе общественности, знают, как сочетать развлечения и работу, игру и учебу. Они знают также, как приобщить ребенка к какому-то делу и как не упустить тех детей, для которых школа временно не важна и которые рассматривают ее как что-то, что надо перетерпеть, а не то, от чего можно получить удовольствие. Они также

имеют подход к тем детям, для которых в это время друзья намного более значимы, чем учитель. Со своей стороны разумные родители видят необходимость в развитии у своих детей доверительного отношения к учителям и поэтому хотят иметь учителей, которым можно доверять. Здесь ставится на карту не что иное, как развитие и поддержание в ребенке положительной идентификации с теми, кто знает вещи и знает, как делать вещи. Вновь и вновь в беседах с особо одаренными и одухотворенными людьми сталкиваешься с тем, с какой теплотой они отзываются о каком-то *одном* своем учителе, сумевшем раскрыть их талант. К сожалению, далеко не всем удастся встретить такого человека.

Мимоходом здесь следует заметить, что большинство учителей наших начальных школ — женщины, что часто является причиной конфликта с неинтеллектуальной мужской идентификацией у мальчиков, поскольку создается впечатление, что знания — это что-то чисто женственное, а действия — сугубо мужественное. Утверждение Бернарда Шоу, что те, кто могут, делают, в то время как те, кто не могут, учат, все еще часто оказывается значимым и для родителей, и для детей. Таким образом, отбор и подготовка учителей витально важны для предотвращения опасностей, которые могут подстергать индивида на этой стадии. Развитие чувства неполноценности, переживания, что из тебя никогда ничего хорошего не выйдет, — вот та опасность, которая может быть сведена к минимуму педагогом, знающим, как подчеркнуть то, что ребенок *может* сделать, и способным распознать психиатрическую проблему. Очевидно, именно в этом заключается наилучшая возможность предотвращения определенной спутанности идентичности, уходящей своими корнями в неспособность или в действительное отсутствие возможности учиться. С другой стороны, пробуждающееся у ребенка чувство идентичности может остаться преждевременно фиксированным на том, чтобы быть не кем иным, как хорошим "маленьким исполнителем", не стремясь к большим высотам. Наконец, существует еще одна опасность, возможно наиболее распространенная, — то, что на протяжении долгих лет хождения в школу ребенок никогда не получит удовольствия от работы, не испытает гордости за то, что хотя бы что-то одно он сделает своими руками действительно хорошо.

Рассматривая период развивающегося чувства созидания, я обращался к анализу внешних и внутренних препятствий для

реализации новых способностей, а не к отягчению новых человеческих потребностей или тем скрытым страстям, которые являются результатом их фрустрации. Эта стадия отличается от более ранних тем, что она не представляет собой хода развития от исходного переворота к новому мастерству. Фрейд называл ее латентной стадией, потому что в норме сильные потребности в это время «спят». Но это только затишье перед бурей пубертата, когда все бывшие когда-то потребности вновь оживают в новых комбинациях.

Но в социальном отношении эта стадия — решающая. Поскольку созидание включает производство предметов рядом и вместе с другими людьми, то первое чувство разделения труда и различия возможностей — чувство *технологического этноса* культуры — развивается в это время. Поэтому культурные формы и вытекающие из *господствующей технологии* манипуляции должны осмысленно дойти до школьной жизни, поддерживая в каждом ребенке чувство компетентности — то есть свободное упражнение своих умений, интеллекта при выполнении серьезных задач, не затронутых инфантильным чувством неполноценности. Это — основа для кооперативного участия в продуктивной взрослой жизни.

Две противоположные крайности обучения в Америке могут служить иллюстрацией вклада школьного возраста в проблему идентичности. Первая, ставшая уже традиционной, заключается в том, что жизнь младшего школьника превращают в часть суровой взрослой жизни, подчеркивая самоограничение, чувство ответственности, необходимость делать то, что тебе сказали. Вторая, более современная крайность, заключается в продлении на этот возраст натуральной способности детства узнавать что-то играя, учиться тому, что надо делать, делая то, что хочешь. Оба метода хороши в определенных обстоятельствах для определенных детей, но для других требуют специального регулирования. Доведенная до крайности первая тенденция использует склонность ребенка-дошкольника или младшего школьника становиться всецело зависимым от предписанных обязанностей. С одной стороны, он может выучить многое из того, что абсолютно необходимо, и развить в себе непоколебимое чувство долга. Но с другой — может никогда не разучиться этому самоограничению, доставшемуся дорогой ценой, но не являющемуся необходимым, из-за чего в будущем

сделает и свою жизнь, и жизнь других людей несчастной и в свою очередь у своих собственных детей сломает их естественное стремление учиться и работать. Вторая тенденция, будучи доведенной до крайности, ведет не только к широко известному и популярному тезису, что дети сегодня вообще ничего не учат, но также и к такому ощущению у детей, которое прекрасно отражается в знаменитом вопросе, заданном одним ребенком: "Учитель, мы *должны* сегодня делать то, что мы *хотим*?" Вряд ли можно лучше выразить тот факт, что детям этого возраста действительно нравится, чтобы их мягко, но уверенно подводили к увлекательнейшему открытию того, что можно научиться делать такие вещи, о которых ты сам никогда и не думал, вещи, являющиеся продуктом реальности, практичности и логики; вещи, которые приобретают таким образом смысл символа приобщения к реальному миру взрослых. Между этими крайностями мы имеем множество школ, у которых вообще нет никакого стиля, кроме твердой приверженности факту, что школа должна быть. Социальная неравноценность и отсталость методов обучения в таких школах все еще создают опасный зазор между многими детьми и технологией, которая нуждается в них не только как в людях, способных служить технологическим целям, но и как в людях, которым сама технология должна служить.

Но есть и другая опасность для развития идентичности. Если чрезмерно конформный ребенок воспринимает работу как единственный критерий собственной ценности, с излишним рвением жертвуя ради этого воображением и игрой, он может превратиться в субъекта, готового подчиниться тому, что Маркс называл "ремесленным идиотизмом", то есть стать рабом своей технологии и ее преобладающей ролевой типологии. Здесь мы уже вплотную приближаемся к проблеме идентичности, поскольку с установлением твердых исходных связей ребенка с миром орудий, умений и навыков и с теми, кто ими делится и им обучает, с наступлением пубертата, собственно детство заканчивается. И так как человек — не только обучающееся, но и обучающее и, кроме того, работающее существо, то непосредственный вклад школьного возраста в становление чувства идентичности может быть выражен словами "Я есть то, что я могу научиться делать". Очевидно, что для подавляющего большинства мужчин во все времена этим не только начиналась, но и ограничивалась их идентич-

ность; или, лучше сказать, большинство мужчин всегда стягивали потребности в идентичности вокруг своих способностей к техническим и другим профессиональным занятиям, оставляя специальным группам людей (отмеченным происхождением, призванием, одаренностью, собственным или общественным выбором) или устанавливая прерогативу, или оберегать "высшие" образования, без которых дневная работа мужчины всегда представлялась каким-то неадекватным самовыражением или просто однообразным и скучным времяпрепровождением, если не своеобразным проклятием. Возможно, именно по этой причине в наше время проблема идентичности становится относящейся равно как к психиатрии, так и к истории. Если человек имеет возможность доверить часть своей однообразной, неинтересной работы машине, он может воочию увидеть растущую свободу идентичности.

5. ОТРОЧЕСТВО

С прогрессом технологии связано расширение временных рамок подросткового возраста — периода между младшим школьным возрастом и окончательным получением специальности. Подростковая стадия становится все более заметной, и, как это традиционно существовало в истории некоторых культур, эта стадия является каким-то особым способом существования между детством и взрослостью. На первый взгляд кажется, что подростки, зажатые в кольцо физиологической революции полового созревания и неопределенностью будущих взрослых ролей, полностью заняты своими чудаковатыми попытками создать собственную подростковую субкультуру. Они болезненно, а чаще, по внешнему впечатлению, странно озабочены тем, что их собственное мнение о себе не совпадает с мнением окружающих их людей, а также тем, что их собственные идеалы не являются общепринятыми. В своих поисках нового чувства преемственности и самоидентичности, которое теперь должно включать половую зрелость, некоторые подростки вновь должны попытаться разрешить кризисы предшествующих лет, прежде чем создать для себя в качестве ориентиров для окончательной идентификации устойчивые иды и идеалы. Помимо всего прочего, они нуждаются в моратории для интеграции тех элементов идентичности, которые

выше мы приписывали детским стадиям: только это, теперь более широкое единство, расплывчатое пока в своих очертаниях и одновременно сиюминутное в своих запросах, замещает детскую среду "обществом". Совокупность этих элементов составляет список основных подростковых проблем.

Если самая ранняя стадия завещала "кризису идентичности" важную потребность в доверии себе и другим, то ясно, что подросток особенно страстно ищет тех людей и те идеи, которым он мог бы *верить*. Это в свою очередь означает, что и оказавшиеся в этой роли люди и идеи должны доказать, что они заслуживают доверия. В то же самое время подросток боится быть обманутым, доверившись простодушным обещаниям окружающих, и парадоксально выражает свою потребность в вере громким и циничным неверием.

Если достижения второй стадии связывались с тем, чего ребенок свободно *желает*, то подростковый период характеризуется поиском возможностей свободного выбора подростком путей исполнения своих обязанностей и своего долга и в то же время смертельной боязнью оказаться слабаком, насильно вовлеченным в такую деятельность, где он будет чувствовать себя объектом насмешек или ощущать неуверенность в своих силах. Это также может вести к парадоксальному поведению, а именно к тому, что вне свободного выбора подросток скорее будет вести себя вызывающе в глазах старших, чем позволит принудить себя к активности, позорной в своих собственных глазах или в глазах сверстников.

Если безграничное *воображение* того, кем некто *мог бы* стать, есть наследие возраста игры, то становится понятно, почему подросток готов доверять тем сверстникам и тем действительно направляющим, ведущим или же вводящим в заблуждение старшим, которые зададут образные, если не иллюзорные границы его устремлениям. Лишним доказательством этого может служить то, что он страстно протестует против любых "педантичных" ограничений его представлений о себе и может громкогласно настаивать на своей виновности даже явно вопреки собственным интересам.

Наконец, если желание что-то хорошо делать становится завоеванием младшего школьного возраста, то выбор рода занятий приобретает для подростка большее значение, чем вопрос о зарп-

лате или статусе. По этой причине некоторые подростки предпочитают временно вовсе не работать, чем быть вынужденными встать на путь перспективной карьеры, обещающей успех, но не дающей удовлетворения от самой работы.

В каждый конкретный исторический период эта часть юношества оказывается на волне общей технологической, экономической или идеологической тенденции, как бы обещающей все, что только может запросить юношеская витальность.

Поэтому отрочество — наименее "штормовой" период для той части молодежи, которая хорошо подготовлена для приобщения к расширяющимся технологическим тенденциям и поэтому может идентифицировать себя с новыми ролями, предполагающими компетентность и творчество, и полнее предвидеть неявную перспективу идеологического развития. Там, где этого нет, сознание подростка с очевидностью становится идеологичным, следующим внушаемой ему унифицированной традиции или идеям, идеалам. И конечно, именно идеологический потенциал общества наиболее отчетливо говорит с подростком, так жаждущим поддержки сверстников и учителей, так стремящимся воспринять стоящие, ценные "способы жизни". С другой стороны, стоит молодому человеку почувствовать, что его окружение определенно старается отгородить его от всех тех форм выражения, которые позволяют ему развивать и интегрировать свой следующий жизненный шаг, как он начнет сопротивляться этому с дикой силой, пробуждающейся у зверя, неожиданно оказавшегося перед необходимостью защищать свою жизнь. Поскольку, конечно, в социальных джунглях человеческого существования без чувства идентичности нет ощущения жизни.

Отчуждением этой стадии является *спутанность идентичности*. Неспособность многих молодых людей найти свое место в жизни базируется на предшествующих сильных сомнениях в своей этнической или сексуальной идентичности, или ролевой спутанности, соединяющейся с застарелым чувством безнадежности. В этом случае делинквентные и «пограничные» эпизоды не становятся чем-то уникальным. Один за другим, сбиваемые с толку собственной неспособностью принять навязываемую им безжалостной стандартизацией американского отрочества роль, молодые люди так или иначе пытаются уйти от этого, убегая из школы, бросая работу, бродя где-то по ночам, отдаваясь странным

и неприемлемым занятиям. Для подростка, однажды признанного "делинквентным", самым большим желанием, а часто и единственным спасением является отказ его старших друзей, наставников, представителей судебных органов припечатывать ему и в дальнейшем патологический диагноз и соответствующие социальные оценки, игнорирующие специфику отрочества. Именно здесь, как мы впоследствии увидим более детально, проявляется практическая клиническая ценность концепции спутанности идентичности, потому что если правильно поставить диагноз таким подросткам и правильно с ними обращаться, то окажется, что многие психотические и клинические инциденты в этом возрасте не имеют такой фатальной значимости, которую они могли бы иметь в других возрастах.

В целом можно сказать, что более всего беспокоит молодых людей неспособность установить профессиональную идентичность. Чтобы сохранить свою общность, они временно начинают идентифицироваться с героями своих групп, клик, толп вплоть до возможной полной потери своей индивидуальности. На этой стадии, однако, даже "влюбленность" не есть полностью или даже в первую очередь проблема секса. До определенной степени подростковая любовь — это попытка прийти к определению собственной идентичности через проекцию своего диффузного образа "я" на другого и возможность таким образом увидеть этот образ отраженным и постепенно проясняющимся. Вот почему во многом юношеская любовь — это беседа, разговор. С другой стороны, прояснения образа "я" можно добиться и деструктивными мерами. Молодые люди могут становиться заметно обособленными, приверженными только своему клану, нетерпимыми и жестокими по отношению к тем, кого они отвергают, потому что те, другие, "отличаются от них" по цвету кожи или культурному происхождению, по вкусам или дарованиям, а часто только по мелким деталям одежды и манерам. В принципе важно понять (но не значит оправдать), что такое поведение может быть временно необходимой защитой от чувства потери идентичности. Это неизбежно на этапе жизни, когда наблюдается резкий рост всего организма, когда созревание половой системы наводняет тело и воображение всевозможными импульсами, когда приближаются интимные отношения с другим полом. В данной ситуации молодой человек может предпринять какие-то действия, в результате ко-

торых его ближайшее будущее субъективно предстанет перед ним противоречивым и полным альтернатив. Подростки не только помогают друг другу на время избавиться от этого дискомфорта, формируя группы и стереотипизируя самих себя, свои идеалы и своих врагов; они также постоянно проверяют друг друга на способность сохранять верность при неизбежных конфликтах ценностей.

Готовность к таким проверкам помогает объяснить привлекательность простых и жестоких тоталитарных доктрин для молодежи определенных стран и классов, потерявшей или теряющей свою групповую идентичность - феодальную, аграрную, родовую, национальную. Демократия сталкивается с необходимостью решения трудной задачи убедить эту суровую молодежь в том, что демократическая идентичность может быть сильной и вместе с тем устойчивой, мудрой и при этом детерминированной. Но индустриальная демократия выдвигает свои проблемы, делая акцент на самостоятельном формировании идентичности, готовой к тому, чтобы воспользоваться множеством шансов, приспособиться к меняющимся обстоятельствам бумов и банкротств, мира и войны, миграции и вынужденной оседлости. Поэтому демократия должна дать своим подросткам идеалы, которые могли бы разделять молодые люди самого разного происхождения и которые бы подчеркивали автономию в форме независимости и инициативу в форме конструктивной работы. Эти обещания, однако, нелегко исполнить во все более и более усложняющихся и централизованных системах индустриальных, экономических и политических организаций, которые, на словах ратуя за самостоятельно формируемую идентичность, на деле все яростнее ее отвергают. Для многих молодых американцев это тяжело, так как все их воспитание было основано на развитии полагающейся на свои собственные силы личности, зависимой от определенного уровня выбора, от стойкой веры в свой индивидуальный шанс, от твердого стремления к свободе самореализации.

Мы говорим здесь не просто о каких-то высоких привилегиях и идеалах, а о психологической необходимости, поскольку социальным институтом, отвечающим за идентичность, является *идеология*. Кто-то может видеть в идеологии отображение аристократии в самом широком смысле, означающее, что внутри определенного представления о мире и истории придут к управлению лучшие люди, а управление в свою очередь будет развивать лучшее

в людях. Чтобы со временем не пополнить ряды так называемых "потерянных", молодые люди должны как-то убедить себя в том, что и предвосхищаемом ими взрослом мире те, кто преуспевают, одновременно и взваливают на свои плечи обязательства быть лучшими. Именно через их идеологию социальные системы проникают в характер следующего поколения и стремятся "растворить в его крови" живительную силу молодости. Таким образом, отрочество — это жизненный регенератор в процессе социальной эволюции, поскольку молодежь может предложить свою лояльность и энергию как сохранению того, что продолжает казаться истинным, так и революционному изменению того, что утратило свою обновляющую значимость.

Для большей наглядности "кризис идентичности" можно изучать по художественным творениям и оригинальным деяниям великих людей, которые смогли решить его для себя, лишь предложив современникам новую модель решения. Подобно неврозу, в каждый данный период отражающему на новый лад вездесущий исходный хаос человеческого существования, творческий кризис порой демонстрирует уникальные для данного периода решения.

Но прежде чем мы погрузимся в клинические и биологические проявления того, что мы называем спутанностью идентичности, заглянем за "кризис идентичности". Слова "за идентичностью", конечно, могут быть поняты двояко, и оба эти понимания важны для обсуждаемой проблемы. Они могут означать, что в человеческой сущности есть многое, кроме идентичности, что в каждом индивиде действительно есть его "я", есть центр сознания и воли, который может трансцендировать и должен пережить *психологическую идентичность*, которой посвящена эта книга. В каких-то случаях кажется, что очень рано развивающаяся самотрансцендентность даже сильнее чувствуется в преходящих проявлениях юности, как если бы чистая идентичность должна была бы сохранять свободу от психосоциального вторжения. Тем не менее никакой человек (кроме человека, "горящего" и умирающего, подобно Китсу, который смог сказать об идентичности словами, принесшими ему всемирную славу) не может трансцендировать, выйти за свои границы в юности. Позже мы еще поговорим о трансцендентности идентичности. В нижеследующем фраг-

менте слова "за идентичностью" означают жизнь после отрочества, использование идентичности и, конечно, возвращение некоторых форм кризиса идентичности на более поздних стадиях жизненного цикла.

6. ЗА ИДЕНТИЧНОСТЬЮ

Первая из этих форм — кризис *интимности*. Только если формирование идентичности идет нормально, истинная интимность — которая действительно есть контрапункт, равно как и слияние идентичностей, — оказывается возможной. Сексуальная интимность — лишь часть того, что я имею в виду, поскольку очевидно, что сексуальная интимность часто предшествует способности развивать истинную и зрелую психологическую интимность в общении с другим человеком, обнаруживать ее в дружбе, в эротических связях или в совместных устремлениях. Юноша, не уверенный в своей идентичности, избегает межличностной интимности или же бросается в беспорядочные интимные контакты без настоящего единения или действительного самозабвения.

Если молодой человек не может вступать в действительно интимные отношения с другими людьми — и, я бы добавил, со своими собственными внутренними ресурсами, — то в позднем отрочестве или в ранней зрелости его межличностные связи становятся весьма стереотипными, а сам он приходит к глубокому *чувству изоляции*. Если время благоприятствует имперсональному характеру межличностных отношений, то человек может добиться многого в своей жизни и даже производить вполне благополучное впечатление, но его внутренняя проблема останется нерешенной из-за того, что он никогда не будет себя чувствовать самим собой.

Неотъемлемой частью интимности является *дистанцированность*: готовность человека отвергать, изолировать и, если необходимо, разрушать те силы и тех людей, сущность которых кажется ему опасной. Потребность в определенной дистанции проявляется, в частности, в готовности укреплять и защищать границы своей территории интимности и общности, рассматривая всех находящихся за этими границами с фанатичной "переоценкой малейших различий" между своими и чужими. Такая предубежденность может использоваться в политике, и в частно-

сти в военной политике, для формирования у самых сильных и самых лучших молодых людей готовности жертвовать собой и убивать. Наследуемая из отрочества опасность — оказаться там, где отношения интимной привязанности, соревнования и вражды, с одной стороны, связывают, а с другой — используются друг против друга людьми, близкими по своему внутреннему складу. Но по мере того, как постепенно очерчиваются сферы взрослой ответственности, по мере того, как соревновательные стычки, эротические связи и случайные интимные контакты дифференцируются друг от друга, субъект приходит к такому *этическому чувству*, которое является знаком зрелости и ставит его выше и идеологической убежденности отрочества, и морализма детства.

Однажды Фрейда спросили, что, по его мнению, должен уметь хорошо делать нормальный человек. Задававший вопрос, возможно, ожидал сложного, "глубокого" ответа. Но Фрейд сказал: "Любить и работать". Стоит подумать над этой простой формулой; она глубже, чем кажется. Потому что под словом "любить" Фрейд подразумевал не только половую любовь, но и великодушные интимности; а под фразой в целом — общую рабочую продуктивность, которая не должна занимать индивида настолько, чтобы он мог потерять свое право или возможность быть сексуальным и любящим существом.

Психоанализ подчеркивал *генитальность* как одно из условий развития для достижения полной зрелости. Генитальность состоит в способности развивать органическую потенцию, которая больше чем просто освобождение от сексуальных продуктов в смысле "выброса". Она соединяет окончательное созревание интимной сексуальности с полной генитальной сензитивностью и со способностью снимать напряжение. Это вполне конкретный способ сказать что-то по поводу процесса, который мы в действительности пока не вполне понимаем. Но опыт переживания предельной взаимозависимости в оргазме дает блестящий пример обоюдной, совместной регуляции сложных паттернов и в каком-то смысле являет нам амбивалентность и затаенную страсть, проистекающие из той очевидной оппозиционности мужского и женского, факта и фантазии, любви и ненависти, работы и игры, которую мы можем видеть ежедневно. Подобный опыт заставляет сексуальность менее навязчиво и садистски контролировать излишества партнера.

Прежде чем будет достигнут этот уровень генитальной зрелости, многое в половой любви будет исходить из своекорыстия, голода идентичности; каждый из партнеров в действительности старается лишь прийти к самому себе. Или же это остается чем-то вроде генитальной битвы, в которой каждый стремится стать победителем. Все это сохраняется в дальнейшем как часть взрослой сексуальности, растворяясь постепенно, по мере того, как половые различия полностью поляризуются внутри общего жизненного стиля. Это происходит потому, что ранее сформировавшиеся витальные силы сначала помогли сделать два пола похожими по сознанию, языку и этике, с тем чтобы потом позволить им в зрелости быть различными.

Человек вдобавок к эротической привлекательности развил еще и селективность "любви", которая служит потребности в новой и взаимно разделенной идентичности. Типичным отчуждением этой стадии является *изоляция*, то есть неспособность воспользоваться своим шансом, разделив истинную интимность. Такое подавление своих чувств часто усиливается страхом того, что интимность выйдет наружу: плод — и забота о нем. Любовь как взаимная преданность выпускает антагонизм, присущий половой и функциональной поляризации, и являет собой витальную силу ранней взрослости. Любовь охраняет ту неуловимую и, однако, всепроникающую мощь власти культурного и личного стиля, которая связывает в единый "способ жизни" соревнование и кооперацию, продуктивную деятельность и деторождение.

Если мы продолжим игру в "я есть..." за идентичностью, то должны будем сменить тему. Потому что теперь приращение идентичности основывается на формуле "*Мы* есть то, что мы любим".

Эволюция сделала человека как обучающим, так и обучающимся существом, поскольку зависимость и зрелость объединены: зрелому человеку необходимо, чтобы в нем нуждались, и зрелость ведома природой того, о чем следует заботиться. Тогда *генеративность* — это прежде всего забота о становлении следующего поколения. Существуют, конечно, люди, которые, по несчастью ли или потому, что врожденно наделены талантами в других областях, не обращают эту потребность на своих собственных отпрысков, а реализуют ее в иных формах альтруистической заботы и творчества, которые могут вобрать в себя их тип родительской потребности. И безусловно, концепция генеративности

подразумевает включение продуктивной и творческой деятельности, ни одна из которых, однако, не может заменить ее в качестве обозначения кризиса в развитии. Потому что способность потерять себя во встрече тел и сознаний ведет к последовательной экспансии "Эго-интересов" и к либидному вкладу в то, что На рождается. Там, где такого обогащения не происходит, его место занимает регресс к навязчивой потребности в псевдоинтимности, часто пропитанной *чувством стагнации*, скукой и оскудением межличностных контактов. Индивиды тогда начинают по-творствовать самим себе, как если бы они были своими собственными или друг друга единственными чадами; и там, где условия этому способствуют, носителем заботы о самом себе становится ранняя инвалидность, физическая или психологическая. С другой стороны, сам по себе факт, что у человека есть дети или что он хочет, чтобы они были, еще не ведет к "достижению" генеративности. Кажется, что некоторые молодые родители страдают от того, что развитие их способности к истинной заботе запаздывает. Причины следует искать в их ранних детских впечатлениях; в неправильных идентификациях с родителями; в чрезмерной любви к себе, основанной на слишком странном выстраивании собственной личности, и в отсутствии некоторой веры, "веры в человеческий род", которая позволила бы с полным доверием, радостно встретить приходящего в мир ребенка. Сама природа генеративности, однако, предполагает, что ее наиболее явную патологию следует искать в следующем поколении, то есть в форме тех неизбежных отчуждений, которые мы перечислили как характерные для детства и юности и которые могут проявиться в отягощенной форме вследствие нарушения генеративности у родителей.

Что касается социальных институтов, поддерживающих и охраняющих генеративность, мы можем сказать только, что *все* они но своей природе систематизируют этику генеративной преемственности. Генеративность сама является движущей силой человеческой организации. И стадии детства и взрослости представляют собой систему генерации и регенерации, на которую работают такие институты, как теплая, заботливая семья и совместно разделенный труд. Таким образом, перечисленные здесь

основные силы и существо организованных человеческих общностей совместно создали систему зарекомендовавших себя методов воспитания и фонд традиционных способов подкрепления, которые дают возможность одному поколению встречать нужды следующего поколения относительно независимо от индивидуальных различий и меняющихся условий.

Лишь обретя жизненный опыт, обогащенный заботой об окружающих людях, и в первую очередь о детях, творческими взлетами и падениями, человек обретает *интегративность* - завоевание всех семи предшествующих стадий развития.

Говоря об этом зрелом периоде человеческого развития, отмечу несколько его особенностей. Это растущая эмоциональная интеграция как склонность "Эго" к порядку и значимости, полная доверия к образам-носителям прошлого и готовая взять на себя лидерство в настоящем (а при отдельных обстоятельствах и отречься от него). Это принятие одного-единственного жизненного цикла с определенным кругом лиц, входящих в него. Все это подразумевает новую и совершенно иную любовь к своим родителям, принятие их такими, какие они есть, и восприятие жизни в целом как личной ответственности. Это чувство дружеской связи с мужчинами и женщинами разных времен и разных профессий, которые создавали окружающий их мир. Обладатель интегративности готов защищать свой собственный жизненный стиль перед лицом любых физических и экономических угроз, при этом не порицая стиль жизни других людей. Он уверен, что индивидуальная жизнь есть случайное совпадение единственного жизненного цикла с единственным сегментом истории и что вся человеческая интегративность существует и исчезает вместе с тем уникальным стилем интегративности, к которому он причастен.

Клинические и антропологические данные позволяют предположить, что отсутствие или утеря такой нарастающей "Эго-интеграции" приводит к расстройству нервной системы или полной *безысходности*: судьба не принимается как обрамление жизни, а смерть — как ее последняя граница. Отчаяние вызывается прежде всего временной ограниченностью дееспособности периода жизни человека, а течение которого он не имеет возможности испы-

тать иные пути, ведущие к интеграции. Такое отчаяние часто прячется за демонстрацией отвращения, за мизантропией или хроническим презрительным недовольством определенными социальными институтами и отдельными людьми - отвращением и недовольством, которые там, где они не связаны с видением высшей жизни, свидетельствуют только о презрении индивида к самому себе.

Здесь витальность приобретает форму такого независимого и в то же время активного взаимоотношения человека с его ограниченной смертью жизнью, которое мы называем *мудростью*, со многими оттенками значения — от зрелости "ума" до сосредоточения знаний, — тщательно обдуманнными суждениями и глубоким всеобъемлющим пониманием. Не каждый человек создает собственную мудрость. Для большинства суть ее составляет традиция. Окончание жизненного цикла порождает также "последние вопросы" о шансах человека трансцендировать за пределы своей идентичности и своего часто трагического или даже горько трагикомического участия в собственном неповторимом жизненном цикле в исторической цепи следующих друг за другом поколений. Все великие философские и религиозные системы, имевшие дело с крайней индивидуализацией, ответственно оставались верными современным им традициям, культурам и цивилизациям. Ища трансценденцию в самоотречении, они оставались все же этически озабоченными "сохранением миропорядка". Любая цивилизация может быть оценена по тому, какое значение она придает полноценному жизненному циклу индивида, так как такое значение (или его отсутствие) не может не затронуть начал жизненного цикла следующего поколения и, таким образом, шансов других людей на то, чтобы встретиться с этими конечными вопросами с некоторой ясностью и силой.

К какой бездне ни приводили бы отдельных людей "последние вопросы", человек как творение психосоциальное к концу своей жизни неизбежно оказывается перед лицом новой редакции кризиса идентичности, которую мы можем зафиксировать в словах "Я есть то, что меня переживает". Тогда все критерии витальной индивидуальной силы — вера, сила воли, целеустремленность, компетентность, верность, любовь, забота, мудрость — из

стадий жизни переходят в жизнь социальных институтов. Без них эти институты угасают; но и без духа этих институтов, пропитывающего паттерны заботы и любви, инструктирования и тренировки, никакая сила не может появиться просто из последовательности поколений.

Итак, мы приходим к заключению, что психологическая сила зависит от тотального процесса, который одновременно регулирует индивидуальные жизненные циклы, последовательность поколений и структуру общества.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Элкинд Д.* Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни. М. 1996. Дайджест.
2. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис. М. 1996. Дайджест.
3. *Эриксон Э.* Молодой Лютер. М. 1996.
4. *Кле М.* Психология подростка. М. 1991.
5. *Бернс Р.* Я-концепция и воспитание. М. 1986.
6. *Ремшмидт Х.* Подростковый и юношеский возраст. М. 1994.

ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ
КОНЦЕПЦИЯ
ЛИЧНОСТИ

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ К.РОДЖЕРСА¹

ОСНОВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

Фундаментальной предпосылкой теорий Роджерса является предположение, что люди используют свой опыт для очерчивания себя, определения себя. В своей основной теоретической работе Роджерс определяет ряд понятий, из которых он развертывает теорию личности и модели терапии, изменения личности и межличностных отношений. Первичные конструкции, представленные в этой работе, составляют систему координат, в которых люди могут создавать и изменять свои представления о самих себе.

Поле опыта

Поле опыта уникально для каждого индивидуума; это поле опыта или "феноменальное поле" содержит "все, что происходит внутри оболочки организма в любой данный момент, что потенциально доступно сознанию". Оно включает события, восприятия, ощущения, воздействия, которых человек, может быть, не сознает, но мог бы сознавать, если бы сфокусировался на них. Это частный, личный мир, который может соответствовать, а может и не соответствовать наблюдаемой, объективной реальности.

"Слова и символы так же относятся к миру реальности, как карта к территории, которую она представляет... мы живем по воспринимаемой "карте", которая никогда не есть сама реальность". К.Роджерс.

Первично внимание направляется на то, что человек воспринимает как свой мир, а не на общую реальность. Поле опыта ограничено психологически и биологически. Мы обычно направляем наше внимание на непосредственную опасность или на безопасное и приятное в опыте, вместо того, чтобы воспринимать все стимулы окружающего.

Самость

В поле опыта находится самость. Это не есть устойчивая, неизменная сущность. Вместе с тем, если рассматривать самость в каждый данный момент, она кажется устойчивой. Это происходит потому, что мы как бы "замораживаем" фрагмент опыта, чтобы рассмотреть его. Роджерс говорит, что "мы имеем дело не с медленно растущей сущностью, или постепенным, шаг за шагом, научением... результат очевидно является гештальтом, конфигурацией, в которой изменение незначительного аспекта может полностью изменить всю фигуру". Самость — это организованный связный гештальт, постоянно находящийся в процессе формирования по мере изменения ситуации.

Как фотограф "останавливает" что-то, что изменяется, так и самость не есть ни один из "стоп-кадров", которые мы снимаем, а лежащий за ними текучий процесс. Другие теоретики используют термин "самость" для обозначения того аспекта тождества личности, который неизменен, устойчив, даже вечен. Роджерс же использует этот термин применительно к непрерывному процессу осознания. Это отличие, это подчеркивание изменения и текучести, лежит в основе его теории и его веры в то, что человек обладает способностью роста, изменения, личного развития. Самость или представление о себе есть взгляд человека на себя, основанный на прошлом опыте, данных настоящего и ожиданиях будущего.

Идеальная самость

Идеальная самость — это "представление себя, каким индивидуум более всего хотел бы располагать, которому он придает наибольшую ценность для себя". Как самость, это сдвигающаяся, изменяющаяся структура, постоянно подлежащая переопределению. Степень, в какой самость отличается от идеальной самости, — один из показателей дискомфорта, неудовлетворенности и невротических трудностей. Принятие себя таким, каким человек действительно является, а не таким, каким он хотел бы быть, — признак душевного здоровья. Такое принятие не есть покорность, сдача позиций, это способ быть ближе к реальности, к своему актуальному состоянию. Образ идеальной самости, в той мере, в какой он сильно отличается от реального поведения и ценностей человека — одно из препятствий личному росту.

Это может прояснить следующий пример. Студент собирается оставить колледж. Он был лучшим учеником в начальной и средней школе, и очень хорошо учился в колледже. Он уходит, как он объясняет, потому, что он получил плохую оценку на определенном курсе. Его образ себя, как "всегда лучшего", оказался под угрозой. Единственным способом действия, который он может себе представить, является уход из академического мира, отрицание разницы между его актуальным состоянием и идеальным представлением себя. Он говорит, что он будет работать, чтобы быть "лучшим" где-то еще.

Ради защиты своего идеального образа себя он захотел закрыть для себя академическую карьеру. Он оставил колледж, обошел мир, за несколько лет перепробовал массу различных, нередко эксцентричных, занятий. Когда он снова вернулся, он уже мог обсуждать возможность, что может быть не так уж обязательно быть лучшим с самого начала, но все еще ему трудно заняться какой-либо деятельностью, в которой он может предположить неудачу.

Конгруентность и неконгруентность

Конгруентность определяется как степень соответствия между сообщаемым, испытываемым и наличным для опыта. Она описывает различия между опытом и сознанием. Высокая степень конгруентности означает, что сообщение (то, что вы выражаете), опыт (то, что происходит в вашем поле) и сознание (то, что вы замечаете) более или менее одинаковы. Ваши наблюдения и наблюдения внешнего наблюдателя будут соответствовать друг другу.

Маленькие дети демонстрируют высокую конгруентность. Они выражают свои чувства сразу же, и всем своим существом. Когда ребенок голоден, он весь голоден, прямо сейчас! Когда ребенок побит, или когда он сердит, он полно выражает свою эмоцию. Это может объяснить почему дети так быстро переходят от одного эмоционального состояния к другому. Полное выражение чувств позволяет им быстро завершить ситуацию, вместо того, чтобы нести невыраженный эмоциональный багаж предыдущего опыта в каждую новую встречу.

Конгруентность хорошо соответствует дзен-буддийской формуле: "Когда я голоден, я ем; когда я устал, я сижу; когда я хочу спать, я сплю".

Неконгруентность имеет место, когда есть различия между сознанием, опытом, и сообщением об опыте. Человек, который по-видимому сердит (сжатые кулаки, повышенная интонация голоса, агрессивная стилистика), говорит, когда его спрашивают, что он совершенно не сердится; люди говорят, что прекрасно проводят время, между тем они скучают, чувствуют себя одинокими, или им нездоровится, — это примеры неконгруентности. Она определяется как неспособность не только точно воспринимать, но и точно выражать свой опыт.

Неконгруентность между сознанием и опытом называется репрессией. Человек просто не сознает, что он делает. Психотерапия работает по большей части с этим симптомом неконгруентности, помогая людям лучше сознавать свои действия, мысли и чувства, как они влияют на них самих и на других.

Неконгруентность между сознанием и сообщением означает, что человек не выражает то, что он в действительности чувствует, думает или переживает. Такого рода неконгруентность часто воспринимается как лживость, неискренность, нечестность. Такое поведение часто становится объектом обсуждения при групповой терапии или в энкаунтер-группах. Когда такое поведение кажется намеренным, терапевт или руководитель указывают, что отсутствие социальной конгруентности — кажущееся нежелание коммуницировать — обычно является недостатком самоконтроля и отсутствия личного сознания. Человек неспособен выражать свои реальные эмоции и восприятия или из страха, или в силу старых привычек к скрытности, которые трудно преодолеть. Другая возможность состоит в том, что человек с трудом воспринимает, о чем его спрашивают.

Инконгруентность может ощущаться как напряжение, тревожность, в более серьезном случае — как внутреннее замешательство. Пациент психбольницы, утверждающий, что он не знает, где он находится, что такое больница, какое сейчас время дня, и даже кто он такой, демонстрирует высокую степень неконгруентности. Расхождение между внешней реальностью и тем, что переживается субъективно, стало столь значительным, что человек уже не может функционировать.

Большинство симптомов, описываемых в психиатрической литературе, могут быть рассматриваемы как формы инконгруентности. Для Роджерса частная форма расстройства менее важна, чем признание того, что инконгруентность имеет место и требует исправления.

Инконгруентность проявляется в таких высказываниях, как "Я не могу принять решения", "Я не знаю, чего я хочу", "Я никог-

да не могу остановиться на чем-нибудь определенном". Путаница возникает, когда человек не может разобраться в различных стимулах, которые к нему приходят. Рассмотрите такой случай: "Мать говорит мне, что я должен о ней заботиться, но я меньше всего могу это делать. Моя девушка говорит мне держаться своего, не давать провести себя. Мне кажется, что я хорош по отношению к матери, лучше, чем она того заслуживает. Иногда я ее ненавижу, иногда люблю. Иногда с ней хорошо быть, иногда она унижает меня".

Клиент осаждаем различными побуждениями. Каждое из них имеет смысл и ведет к осмысленным действиям в какое-то время. Отделить те побуждения, которые являются его собственными, от навязанных, для клиента трудно. Различение их и способность опираться на различные чувства в различные моменты может представлять трудность. Амбивалентность не является ни необычной, ни нездоровой; но неспособность увидеть ее и справиться с ней — может вести к тревожности.

ТЕНДЕНЦИЯ К САМОАКТУАЛИЗАЦИИ

Существует фундаментальный аспект человеческой природы, который побуждает человека двигаться к большей конгруэнтности и к более реалистичному функционированию. Более того, это стремление свойственно не только людям; это составляющая часть процесса во всем живом. "Это стремление, которое видно по всякой органической и человеческой жизни — стремление расширяться, распространиться, становиться автономным, развиваться, становиться зрелым, — стремление выразить и задействовать все способности организма, в той мере, в какой это действие усиливает организм или самость". Роджерс полагает, что в каждом из нас есть стремление становиться компетентным и способным настолько, насколько только это возможно для нас биологически. Как растение стремится быть здоровым растением, как зерно содержит в себе стремление стать деревом, так человек побуждаем становиться целостным, полным, самоактуализирующимся человеком.

Стремление к здоровью не является настолько всевластной силой, чтобы отменить все препятствия. Оно легко притупляется, искажается и подавляется. Роджерс утверждает, что это доминирующий мотив в человеке, который "свободно функционирует", не искаженный прошлыми событиями или нынешними верованиями, поддерживающими инконгруэнтность. Маслоу приходит к подобным выводам: он называет эту тенденцию слабым внут-

ренным голосом, который нетрудно заглушить. Предпосылка, что рост возможен и является центральным для структуры организма, является основополагающей для мышления Роджерса.

По Роджерсу тенденция к самоактуализации — не просто один из мотивов наряду с другими. "Следует отметить, что тенденция к самоактуализации — единственный мотив, постулированный в этой теоретической системе... Самость, например, — важное понятие в нашей теории, но самость ничего не "делает", это всего лишь выражение общей тенденции организма вести себя таким образом, чтобы поддерживать и усиливать себя".

ПРЕПЯТСТВИЯ РОСТУ

Роджерс полагает, что препятствия возникают в детстве и являются нормальным аспектом развития. То, чему ребенок научается на одной стадии, должно быть переоценено на следующей. Мотивы, преобладающие в раннем детстве, могут препятствовать развитию позже.

Как только ребенок начинает сознавать себя, в нем развивается потребность в любви и позитивном внимании. "Эта потребность универсальна для людей, она всепроникающа и постоянна в человеке. Является ли она врожденной или приобретаемой несущественно для теории". Поскольку дети не отличают своих действий от себя в целом, они воспринимают одобрение действия как одобрение себя. Точно так же наказание за действие они воспринимают как неодобрение в целом.

Любовь настолько важна для ребенка, что "он начинает руководствоваться в своем поведении не столько тем, насколько опыт поддерживает и усиливает организм, сколько вероятностью получения материнской любви". Ребенок начинает действовать так, чтобы получить любовь или одобрение, независимо от того, является ли это для него самого здоровым. Дети могут действовать против собственных интересов, приходят к представлению о себе, как созданных для того, чтобы удовлетворять или умиротворить других. Теоретически эта ситуация может не развиваться, если ребенок всегда чувствует себя принимаемым, если чувства принимаются, даже если какие-то фрагменты поведения запрещаются. В такой идеальной обстановке ребенок не испытывает побуждения оторгнуться от себя непривлекательные, но подлинные части своей личности.

Поведение, или отношение, которое отрицает некоторый аспект самости, называет "условием ценности": "Когда опыт себя

избегается (или, наоборот, намеренно ищется) только потому, что он менее (или более) заслужит награждения себя, индивидуум оказывается в состоянии условия ценности". Условие или состояние ценности — основное препятствие для точного восприятия и реалистического сознания. Это избирательные бленды и фильтры, создаваемые, чтобы обеспечить непрекращающийся приток любви от родителей и от других. Мы набираем определенные состояния, отношения и действия, которые, как мы полагаем, должны делать нас ценными. В той мере, в какой выдумываются эти отношения и действия, они являются областью личной неконгруэнтности. В крайнем проявлении условие ценности характеризуется предпосылкой, что "я должен быть любим или уважаем каждым, с кем я вхожу в соприкосновение". Условие ценности создаст разрыв между самостью и представлением о самости. Чтобы поддерживать условие ценности, человек должен отрицать какие-то стороны себя.

"Это является, как мы себе представляем, фундаментальным отчуждением в человеке. Он не истинен по отношению к себе, к своим естественным органическим оценкам и потребностям; ради сохранения позитивного отношения окружающих он фальсифицирует ряд своих оценок, воспринимает опыт только с точки зрения ценности для других. Это, однако, не сознательный выбор, а естественное — и трагическое развитие в детстве". К.Роджерс.

Например, если ребенку говорят, что он должен любить новорожденного малыша, иначе мама не будет любить его самого, то это значит, что он должен подавить в себе подлинные негативные чувства по отношению к новорожденному. Если ребенок ухитрится спрятать свою "злую волю", свое желание повредить ему и нормальную ревность, мама будет продолжать его любить. Если он примет свои чувства, он рискует потерей этой любви. Решение, создающее "условие ценности", состоит в том, чтобы отрицать эти чувства, когда они появляются, блокировать их от сознания. Теперь можно спокойно говорить "Я действительно люблю маленького братика, хотя временами я его крепко обнимаю, так, что он начинает кричать", или "Моя нога просто скользнула под его ногу, поэтому он упал".

Я до сих пор помню огромную радость, которую проявил мой старший брат, когда ему была дана возможность наказать меня за что-то, что я сделал. Мать, другой брат и я сам были ошеломлены его жестокостью. Вспоминая это инцидент, брат рассказывал, что он не был так уж особенно сердит на меня, но понимал, что это — редкая возможность, и хотел выразить, раз уж было

разрешено, сколь можно больше своей "злой воли". Роджерс утверждает, что принятие таких чувств и нахождение им какого-то выражения, когда они появляются, более способствует здоровью, чем отрицание или отчуждение их.

Ребенок взрослеет, но проблемы остаются. Рост задерживается в той Мере, в какой человек отрицает импульсы, отличающиеся от искусственно созданного представления о себе. Чтобы поддерживать ложный образ себя, человек продолжает искажать опыт, а чем больше искажение, тем больше возможности ошибок и создания дополнительных проблем. Возникающее в итоге поведение, ошибки и замешательство, — это проявление более фундаментального первоначального искажения.

Ситуация оказывается замкнутым кругом. Каждый опыт неконгруентности между самостью и реальностью ведет к возрастающей уязвимости, которая, в свою очередь, ведет к усилению внутренних защит, отрезающих опыт и создающих новые поводы для неконгруентности.

Иногда защиты не срабатывают, и человек оказывается сознающим очевидный разрыв между своим поведением и своими представлениями. Результатом может быть паника, хроническая тревожность, бегство или даже психоз. По наблюдениям Роджерса такое психотическое поведение часто кажется разыгрыванием прежде подвергшегося отрицанию аспекта опыта. Перри подтверждает это, рассматривая психотический случай как отчаянную попытку личности восстановить равновесие и осуществить реализацию фрустрированных внутренних потребностей и переживаний. Центрированная на клиенте терапия стремится установить атмосферу, в которой разрушительные условия ценности могут быть отставлены в сторону, что дает возможность здоровым силам в человеке обрести свое первоначальное доминирование. Человек возвращается к здоровью, возвращая себе подавленные или отрицавшиеся части себя.

СОЦИАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Ценность отношений — центральная тема работы Роджерса. Ранние отношения могут быть конгруентными или могут служить фокусом условий ценности. Поздние отношения могут восстанавливать конгруентность или задерживать ее.

Роджерс полагает, что взаимодействие с другим дает индивиду возможность непосредственно обнаружить, открыть, пережить или встретить свою действительную самость. Наша лич-

ность становится видимой для нас посредством отношений с другими. В терапии, в ситуации энкаунтер-групп, посредством обратной связи с другими человек получает возможность обрести опыт себя.

"Я полагаю, ...что основной барьер, мешающий общению между людьми, это наша естественная тенденция судить, оценивать, одобрять или не одобрять утверждения другого человека или другой группы". К.Роджерс.

Если мы попробуем представить себе людей, находящихся вне отношений с другими, мы видим два контрастирующих стереотипа. Первый — отшельник поневоле, не умеющий обращаться с другими. Второй — созерцатель, отошедший от мира ради следования другим целям.

Ни один из этих типов не удовлетворяет Роджерса. Он полагает, что отношения создают наилучшую возможность для того, чтобы "полно функционировать", чтобы быть в гармонии с собой, другими и средой. В отношениях могут быть удовлетворены фундаментальные организмические потребности индивидуума. Надежда на такое удовлетворение заставляет людей вкладывать невероятное количество энергии в отношения, даже те, которые не кажутся счастливыми или удовлетворяющими.

"Все наши беспокойства, говорит некто мудрый, проистекают от того, что мы не можем быть одни. И это очень хорошо. Мы должны уметь быть в одиночестве, иначе мы превращаемся в жертвы. Но когда мы становимся способными на одиночество, мы понимаем, что единственное, что следует делать, это положить начало отношениям с другим — или даже тем же человеком, что всех людей следует держать отдельно, как полюсы телеграфного устройства — это нонсенс". К.Роджерс.

БРАК

Брак - необычное отношение. Оно потенциально длительно, оно интенсивно и несет в себе возможность длительного роста и развития. Роджерс полагает, что браку свойственны те же основные законы, которые действуют для энкаунтер-групп, терапии и других отношений. Наилучшие браки осуществляются между людьми, которые конгруентны сами, наименее отягощены "условиями ценности", и способны на подлинное принятие других. Когда брак используется для поддержания инконгруентности или подкрепления существующих защитных тенденций, он менее удовлетворяет и менее устойчив.

Роджерсовские представления о любых длительных интимных отношениях, таких как брак, фокусируются в четырех ос-

новых элементах: постоянно поддерживаемое обязательство, выражение чувств, непринятие специфических ролей и способность разделить внутреннюю жизнь партнера. Каждый из этих элементов он описывает как обязательство, соглашение относительно идеала для продолжающегося благотворного и значимого отношения.

1. Посвящение соглашения. Каждый из партнеров по браку должен рассматривать "партнерство как продолжающийся процесс, а не как контракт. Осуществляемая работа осуществляется ради своего удовлетворения, так же как и ради удовлетворения другого". Отношения — это работа; это работа ради отдельных, равно как и ради общих целей. Роджерс предлагает выразить это посвящение так: "Каждый из нас посвящает это совместной работе над изменяющимся процессом наших отношений, потому что эти отношения постоянно обогащают нашу любовь, нашу жизнь, и мы хотим, чтобы они росли".

2. Общение — выражение чувств. Роджерс настаивает на полном открытом общении. "Я буду рисковать, попытаюсь передать любое длительное чувство, позитивное или негативное, моему партнеру — той полноты и глубины, до какой я сам его понимаю — как живой части меня. Затем я рискну далее попытаться понять, со всей эмпатией, на какую я способен, ее или его реакцию, будь она обвиняющей и критической или разделяющей и открывающей себя". Общение содержит две одинаково важные фазы: выражение эмоции и открытость к переживанию ответа реакции партнера.

Роджерс не просто пропагандирует выражение чувств. Он утверждает, что следует также подвергнуться воздействию, которое ваши чувства производят на партнера, как и первоначальному выражению самих чувств. Это гораздо труднее, чем просто "выпустить пар" или быть "открытым и честным"¹. Это готовность принять реальный содержащийся в выражении риск: отвержение, непонимание, враждебные чувства, возмездие. Роджерс настаивает на необходимости установить и поддерживать этот уровень взаимодействия, что противоречит позиции, полагающей, что нужно быть вежливыми, тактичными, обходить острые углы и не касаться текущих эмоциональных проблем.

3. Непринятие ролей. Многочисленные проблемы развиваются из попыток удовлетворять ожиданиям других, вместо того, чтобы определить свои собственные. "Мы будем жить по своему собственному выбору с наибольшим организмическим чувствованием, на какое мы способны, и мы не будем формироваться желани-

ями, правилами, ролями, которые другим так хочется на нас повесить". Роджерс указывает, что многие папы испытывают огромное напряжение, пытаясь жить в соответствии с частичным и амбивалентным принятием образов, которые их родители и общество в целом им навязывают. Брак, отягощенный слишком многими нереалистически высокими ожиданиями и образами, внутренне неустойчив и потенциально не приносит удовлетворения.

4. Становление собой. Это глубокая попытка обнаружить и принять собственную полную природу. Это наиболее вызывающее из предприятий, решение снимать маски так скоро и так часто, как они проявляются. "Может быть, я могу обнаружить и подойти ближе к тому, что я действительно есть глубоко внутри — иногда гневу, иногда страху, иногда любви и заботе, иногда красоте, иногда силе, иногда ярости — не скрывая этих чувств от себя. Может быть, я могу придти к тому, чтоб ценить себя как столь богато разнообразного человека, каким я являюсь. Может быть, я открыто могу быть таким человеком. Если так, я могу жить по своим собственным пережитым ценностям, хотя я и знаю обо всех социальных кодах и нормах. Я могу позволить себе быть всей этой сложностью чувств, значений и ценностей со своим партнером — быть достаточно свободным, чтобы отдаваться любви, гневу, нежности, как они существуют во мне. Тогда, возможно, я могу быть реальным партнером, потому что я на пути к становлению реальным человеком. И я надеюсь, что могу помочь моему партнеру следовать своим собственным путем к своей личной уникальности, которую я готов с любовью разделить".

' САМОСТЬ

Авторы психологических учебников, уделяющие место Роджерсу, обычно квалифицируют его как теоретика "самости". Самость — действительно важное понятие в мышлении Роджерса. Однако в действительности он рассматривал самость как фокус опыта, и был занят скорее восприятием, сознанием и опытом, чем собственно "самостью" как гипотетической конструкцией. Поскольку мы уже приводили роджерсовское определение самости, теперь мы можем обратиться к описанию "полно функционирующей личности": человека, который наиболее полно сознает свою текущую самость.

"Полно функционирующая личность — синоним оптимального психологического приспособления, психологической зрелости, полной конгруэнтности, полной открытости опыту. ...Некото-

рые из этих терминов звучат несколько статически, поэтому необходимо подчеркнуть, что все характеристики такого человека — 'процессуальны. Полно функционирующая личность — это человек-в-процессе, постоянно изменяющийся человек".

Полно функционирующая личность характеризуется рядом свойств, первое из которых — открытость к опыту. "Субвосприятия", эти ранние предупредительные сигналы ограниченного сознания, мало или совсем не используются таким человеком, он постоянно движется от защит к прямому опыту. "Он более открыт своим чувствам страха, обескураженности или боли. Он также более открыт чувствам мужества, воодушевленности, нежности, благоговения. ...Он более способен полно проживать опыт организма, а не выключать его фрагменты из сознания".

Вторая характеристика — жизнь в настоящем, полная реализация каждого момента. Эта текущая прямая вовлеченность в реальность "позволяет самости и личности возникать из опыта, а не подделывать опыт под пред-данную структуру самости". Человек способен переструктурировать свои реакции в соответствии с опытом, когда он предоставляет новые возможности.

"Хорошая жизнь — это процесс, а не состояние бытия. Это направление, а не предназначение". К.Роджерс.

Последняя характеристика — доверие собственным внутренним побуждениям и интуитивным суждениям, всевозрастающее доверие собственной способности принимать решения. Человек все лучше может собирать и использовать данные, все более ценит в себе способность обобщать их и реагировать. Это не только интеллектуальная деятельность, но функция личности в целом. Роджерс полагает, что в полно функционирующей личности ошибки, если они делаются, основаны скорее на неверной информации, чем на неверной ее обработке. Это похоже на поведение кошки, падающей с высоты на землю. Кошка не вычисляет скорость ветра, угловые моменты и скорость падения; но все это принимается во внимание в ее целостной реакции. Кошка не размышляет, кто столкнул ее, каковы были мотивы для этого и не повторится ли это в будущем; она занята непосредственной ситуацией, все время приспособлявая свою позу, готовая справиться со следующим событием.

Полно функционирующая личность свободна реагировать и способа переживать в опыте свою реакцию на ситуации. Это сущность того, что Роджерс называл "жить хорошей жизнью". Такой человек "постоянно находится в процессе дальнейшей самоактуализации".

К. РОДЖЕРС

ЧТО ЗНАЧИТ "СТАНОВИТЬСЯ ЧЕЛОВЕКОМ"²

Работая в Консультативном центре Чикагского университета, я имел возможность общаться с людьми, которые обращались ко мне с множеством личных проблем. Например, студент, озабоченный возможным провалом на экзаменах в колледже; домохозяйка, разочаровавшаяся в своем замужестве; человек, чувствующий, что он находится на грани полного нервного расстройства и психоза; ответственный работник, проводящий большую часть своего времени в сексуальных фантазиях и не справляющийся с работой; способный студент, парализованный убеждением в том, что безнадежно несостоятелен; родитель, удрученный поведением своего ребенка; очаровательная девушка, которую безо всяких причин одолевают приступы глубокой депрессии; женщина, которая опасается, что жизнь и любовь проходят мимо, а ее диплом с хорошими оценками — слишком малая компенсация этого; человек, который убедился в том, что могущественные или зловещие силы находятся в заговоре против него. Я мог бы продолжать умножать эти многочисленные и уникальные проблемы, с которыми к нам приходят люди. Они представляют полноту жизненного опыта. Однако я не испытываю удовлетворения, давая этот перечень, так как, будучи консультантом, я знаю, что та проблема, которая высказана в первой беседе, не будет той же проблемой во второй и третьей беседах, а к десятой беседе она обернется совсем иной проблемой или целым рядом проблем.

Я пришел к убеждению, что, несмотря на это ставящее в тупик разнообразие по горизонтали и многослойную вертикальную сложность, возможно, есть лишь одна проблема. Углубляясь в опыт многих клиентов во время психотерапевтических отношений, которые мы пытаемся для них создать, я прихожу к выводу, что каждый клиент задает один и тот же вопрос. За проблемной ситуацией, на которую жалуется индивид, за проблемами с учебой, женой, начальником, за проблемой своего собственного неконтролируемого или странного поведения, пугающих чувств лежит то, что составляет основной поиск клиента. Мне кажется, в глубине души каждый человек спрашивает: "Кто я в действительности? Как я могу войти в контакт с моим настоящим "Я"; лежащим в основе моего поверхностного поведения? Как я могу стать самим собой?"

ПРОЦЕСС СТАНОВЛЕНИЯ

Заглянуть под маску

Разрешите мне попытаться объяснить, что я имею в виду, когда говорю, что мне кажется — цель, которой более всего хочет достигнуть человек, та цель, которую он сознательно или неосознанно преследует, состоит в том, чтобы стать самим собой.

Когда ко мне приходит человек, обеспокоенный своими, только ему присущими трудностями, я уверен, что самое лучшее — это постараться создать такие отношения с ним, в которых он чувствует свободу и безопасность. Моя цель — понять, как он чувствует себя в своем внутреннем мире, принять его таким, каков он есть; создать атмосферу свободы, в которой он может двигаться куда захочет, по волнам своих мыслей и состояний. Как он использует эту свободу?

Мой опыт показывает, что он использует свободу для того, чтобы все более и более стать самим собой. Он начинает ломать фальшивый фасад, сбрасывать маски и роли, в которых он встречал жизнь. Выявляется, что он старается найти что-то более важное; что-то, что более правдиво представляло бы его самого. Сначала он сбрасывает маски, которые он до некоторой степени осознавал. Например, молодая студентка описывает в беседе с консультантом одну из масок, используемых ею. Она очень не уверена, есть ли за этим умиротворяющим всех, заискивающим фасадом какое-то реальное "Я" со своими убеждениями.

"Я думала об этой обязанности соответствовать норме. У меня как-то развилось что-то вроде умения, я думаю... ну... привычка... стараться, чтобы люди вокруг меня чувствовали себя легко, или вести себя так, чтобы все шло гладко. Всегда должен быть человек, который ублажает всех. На встрече, или на небольшой вечеринке, или еще когда... я могла делать так, чтобы все шло хорошо, и при этом еще казалось, что я тоже хорошо провожу время. А иногда я сама удивлялась тому, что отстаивала точку зрения, противоположную своей, боясь обидеть человека, высказавшего ее. Другими словами, я никогда не имела твердого и определенного отношения к вещам. А сейчас — о причине, почему я это делала: вероятно, потому, что я слишком часто была такой дома. Я просто не защищала своих убеждений до тех пор, пока не перестала понимать, есть ли у меня вообще какие-нибудь убеждения, которые нужно защищать. Я не была собой, если говорить действительно честно, и на самом деле не знала, что я

собой представляю; я просто играла своего рода фальшивую роль".

В этом отрывке вы видите, как клиент исследует свою маску, осознавая свое недовольство ею, и хочет знать, как добраться до реального "Я" за этой маской, если таковое имеется.

В этой попытке обнаружить свое собственное "Я" психотерапевтические отношения обычно используются клиентом, чтобы исследовать, изучить различные стороны собственного опыта, осознать и быть готовым встретить глубокие противоречия, которые он часто обнаруживает. Он узнает, насколько его поведение и переживаемые им чувства являются нереальными, не тем, что вдет от истинных реакций его организма, а представляют собой фасад, стену, за которой он прятался. Он открывает, насколько в жизни он следует тому, каким ему нужно быть, а не тому, каков он есть на самом деле. Он часто обнаруживает, что существует лишь как ответ на требования других людей, ему кажется, что у него нет своего "Я" и что он только старается думать, чувствовать и вести себя так, как, по мнению других, ему следует думать, чувствовать и вести себя.

В связи с этим я был удивлен, когда обнаружил, как точно, с глубоким психологическим пониманием более века тому назад описал проблему индивида датский философ Сёрен Кьеркегор. Он указывал, что мы часто встречаем отчаяние, происходящее от невозможности выбора или нежелания быть самим собой, но самое глубокое отчаяние наступает тогда, когда человек выбирает "быть не самим собой, быть другим". С другой стороны, желание "быть тем "Я", которое ты есть на самом деле", — это, конечно, нечто, противоположное отчаянию, и за этот выбор человек несет величайшую ответственность. Когда я читаю некоторые его сочинения, я почти чувствую, что он, должно быть, слышал все то, что говорили наши клиенты, когда они, волнуясь, расстраиваясь и мучаясь, искали и изучали реальность своего "Я".

Этот поиск становится еще более волнующим, когда они обнаруживают, что скрывают те лживые маски, о фальши которых и не подозревали. Со страхом они начинают исследовать вихри и даже бури чувств внутри себя. Сбрасывание маски, которая долгое время была неотъемлемой частью вас, вызывает глубокое волнение, однако индивид движется к цели, которая включает в себя свободу чувств и мыслей. Это проиллюстрируют несколько высказываний женщины, которая участвовала в ряде психотерапевтических бесед. Рассказывая о своей борьбе за то, чтобы дойти до ядра своей личности, она использует много метафор.

"Как я вижу это сейчас, слой за слоем я избавлялась от защитных реакций. Я построю их, испытаю, а затем сбрасываю, когда вижу, что вы оставались таким же. Я не знала, что было на дне, и очень боялась дойти до дна, но я должна была продолжать пытаться это сделать. Сначала я почувствовала, что внутри меня ничего нет — только огромная пустота чувствовалась там, где я хотела иметь твердое ядро.

Тогда я почувствовала, что стою перед массивной каменной стеной, слишком высокой, чтобы перелезть через нее, и слишком толстой, чтобы пройти сквозь нее. Наступил день, когда стена стала скорее прозрачной, чем непроницаемой. После этого, казалось, стена исчезла, но за ней я обнаружила дамбу, сдерживаемую яростно вспененные воды. Я почувствовала, что я как бы сдерживаю напор этой воды, и, если бы я сделала даже крохотную щель, я и все вокруг меня было бы уничтожено последующим потоком чувств, которые представлялись в виде воды. В конце концов я не смогла более выдерживать это напряжение и пустила поток. В действительности все мои действия свелись к тому, что я поддавалась чувству охватившей меня острой жалости к себе, затем — чувству ненависти, потом — любви. После этого опыта я почувствовала, как будто я перепрыгнула через край пропасти на другую сторону и, немного шатаясь и стоя на самом краю, наконец-то ощутила, что оказалась в безопасности. Я не знаю, что я искала и куда шла, но тогда я почувствовала, как и всегда чувствовала, когда жила на самом деле, — что я двигалась вперед".

Мне кажется, этот отрывок довольно-таки хорошо передает чувства многих индивидов: если фальшивый фасад, стена, дамба не удержатся, все будет унесено в ярости чувств, запертых в их внутреннем мире. Однако этот отрывок также показывает непреодолимое желание искать себя и стать самим собой, испытываемое индивидом. Здесь также намечается способ, с помощью которого индивид определяет реальность своего внутреннего мира — когда он во всей полноте переживает свои чувства, которые на органическом уровне и есть он сам, как этот клиент переживает жалость к себе, ненависть и любовь, — тогда он чувствует уверенность, что является частью своего реального "Я".

Я хотел бы еще сказать кое-что о переживании чувств. В действительности это — открытие неизвестных компонентов своего "Я". Феномен, который я собираюсь описать, очень трудно осмыслить до конца. В нашей каждодневной жизни есть тысяча причин, чтобы не разрешать себе переживать наши отношения в полной мере. Это причины, проистекающие из нашего прошлого

и настоящего, причины, которые коренятся в социальном окружении. Переживать чувства свободно, во всей полноте кажется слишком опасным. Но в безопасности и свободе психотерапевтических отношений эти чувства могут переживаться в полной мере, такими, каковы они есть в реальности. Они могут переживаться и переживаются так, как я хотел бы думать, "в чистом виде", так что в данный момент человек — это действительно его страх, или действительно его нежность, или гнев, или что-нибудь еще.

Возможно, я снова смогу это прояснить, приведя пример из записей сеансов психотерапии одного клиента, пример, который покажет и раскроет, что я имею в виду. Молодого человека, студента-выпускника, давно участвующего в психотерапии, озадачивает смутное чувство, которое он ощущает в себе. Постепенно он определяет его как какое-то чувство страха, например провалиться на экзаменах, не получить степень доктора. Затем следует долгая пауза. Начиная с этого момента пусть запись беседы говорит сама за себя.

Клиент: "Я как бы разрешил этому просочиться. Но я также связал это с вами и с моими отношениями с вами. Я чувствую одно — что как бы страх этого исчезает; или есть другое... так трудно схватить... у меня как бы два разных чувства по отношению к этому. Или как-то два "Я". Одно — испуганное, хотя держится за что-то, и этого человека я сейчас совершенно ясно ощущаю. Вы знаете, мне как бы нужно что-то, за что можно держаться... и я чувствую себя напуганным".

Терапевт: "Г-м. Именно так вы можете чувствовать себя в эту минуту, чувствовали себя все это время, и, возможно, сейчас у вас такое же чувство, что нужно держаться за наши отношения".

Клиент: "Неужели вы не разрешите мне это, потому что, вы знаете, я как бы нуждаюсь в этом. Мне может быть так одиноко и страшно без этого".

Терапевт: "Ага, ага. Разрешите мне держаться за это, так как я буду страшно напуган без этого. Разрешите мне держаться за это..." (Пауза).

Клиент: "Это как бы то же самое: "Не разрешите ли вы мне иметь диссертацию или степень доктора, так что..." — потому что я как бы нуждаюсь в этом маленьком мирке. Я имею в виду..."

Терапевт: "В обоих случаях это как бы мольба, да? Дайте мне это, потому что мне это так нужно. Я буду страшно испуган без этого". (Большая пауза).

Клиент: "У меня чувство... Я как-то не могу идти дальше..."

Это как бы маленький мальчик с мольбой, как-то даже... Какой это жест - мольба? (Складывает ладони вместе, как на молитве.) Не смешно ли это? Потому что..."

Терапевт: "Вы сложили руки как бы для мольбы".

Клиент: "Ага, это так! Не сделаете ли вы это для меня? О, это ужасно! Кто я, умоляю?"

Возможно, этот отрывок немного раскроет то, о чем я говорю — переживание чувства до его предела. Вот он, в этот момент чувствующий себя не кем иным, как просящим маленьким мальчиком, умоляющим, выпрашивающим, зависящим. В это мгновение он весь — эта мольба. Конечно, он почти немедленно отшатывается от этого переживания, говоря: "Кто я, умоляю?" — но оно оставило свой след. Как он говорит мгновение спустя: "Так прекрасно, когда, когда все это, что-то новое выходит из меня. Каждый раз я так поражаюсь, и затем у меня опять возникает это чувство, как бы чувство страха, что у меня столько всего, что я, возможно, что-нибудь скрываю". Он понимает, что это прорвалось наружу и что в это мгновение он весь - его зависимость, и его изумляет то, как это произошло.

Этим способом — "все наружу" — переживается не только зависимость. Это может быть боль, горе, ревность, разрушительный гнев, сильное желание, или доверие и гордость, или чуткая нежность, или уходящая любовь. Это может быть любая из тех эмоций, на которые способен человек.

Постепенно из такого рода переживаний я пришел к знанию того, что в такой момент индивид начинает быть тем, кто он есть. Когда человек в процессе психотерапии прочувствует таким образом все те эмоции, которые возникают в нем организмически, причем осознавая их и открыто проявляя, тогда он прочувствует себя во всем том богатстве, которое существует в его внутреннем мире. Тогда он стал тем, кто он есть.

ОТКРЫТИЕ СЕБЯ В ОПЫТЕ

Давайте продолжим рассмотрение вопроса о том, что значит стать самим собой. Это очень запутанный вопрос, и я снова постараюсь ответить на него, пусть в виде предположения, исходя из утверждений клиента, которые записаны между беседами. Женщина рассказывает, как различные фасады, с помощью которых она жила, как бы смялись и разрушились, вызвав не только чувство смятения, но и облегчения. Она продолжает:

"Вы знаете, кажется, как будто все усилия, потраченные на то, чтобы удержать элементы в том произвольном узоре, совершенно не нужны, напрасны. Вы думаете, что должны сами составить узор, но кусков так много, и так трудно понять, как их состыковать друг с другом. Иногда вы кладете их неверно, и чем больше элементов не подходит, тем больше усилий требуется, чтобы собрать узор, до тех пор пока наконец вы так устанете от всего этого, что подумаете, что эта ужасная неразбериха лучше, чем продолжение работы. А затем вы обнаруживаете, что эти смешанные в кучу кусочки совершенно естественно занимают свои места, и без вашего старания возникает живой узор. Вам остается только обнаружить его, и в процессе этого вы найдете себя и свое собственное место. Вы должны даже позволить вашему собственному опыту раскрыть свой смысл: в то самое мгновение, когда вы укажете, что он значит, вы очутитесь в состоянии войны с самим собой".

Разрешите мне выявить смысл этого поэтического описания; тот смысл, который оно имеет для меня. Я считаю, что она говорит: быть собой — это значит обнаружить тот узор, тот лежащий в основе узора порядок, который существует в непрерывно изменяющемся потоке ее опыта. Быть собой — значит скорее раскрыть единство и гармонию, которая существует в ее собственных чувствах и реакциях, чем стараться использовать маску для сокрытия опыта или стараться придать ему такую структуру, которой он не обладает. Это значит, что реальное "Я" — это что-то, что может быть спокойно открыто в собственном опыте, а не что-то, что ему навязывается.

Приводя отрывки из высказываний этих клиентов, я старался предположить, что происходит в теплой, понимающей атмосфере развивающихся отношений с терапевтом. Кажется, что постепенно очень болезненно индивид исследует что-то, находящееся за масками, которые обращены к миру; или то, что лежало за масками, с помощью которых он обманывал себя. Глубоко, часто очень ярко клиент переживает различные стороны самого себя, которые были заперты внутри. Таким образом он все более и более становится самим собой — не фасадом, не конформистом по отношению к другим, не циником, отвергающим все чувства, не фасадом с интеллектуальной рациональностью, а живым, дышащим, чувствующим, пульсирующим процессом — короче говоря, он становится человеком.

ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПОЯВЛЯЕТСЯ

Я представляю, что некоторые из вас спросят: "Но каким человеком он становится? Недостаточно сказать, что он избавляется от фасадов. Какой человек находится за ними?" Ответ на этот вопрос не из легких. Поскольку один из наиболее очевидных фактов заключается в том, что каждый индивид имеет тенденцию стать самостоятельным, отличным от других, уникальным человеком, я хотел бы выделить несколько, по моему мнению, характерных направлений. Ни один человек не будет полностью воплощать в себе эти характеристики, никто полностью не подойдет под то описание, которое я предложу, но я вижу, что можно вывести некоторые обобщения, которые основаны на моем опыте участия в психотерапевтических отношениях с очень многими клиентами.

ОТКРЫТОСТЬ ОПЫТУ

Прежде всего я хотел бы сказать, что индивид становится более открытым своему опыту. Это высказывание имеет для меня огромное значение. Это — противоположность защите¹. Психологические исследования показали, что если данные наших органов чувств противоречат нашему представлению о себе, эти данные искажаются. Говоря другими словами, мы не можем видеть все то, что доносят до нас наши органы чувств, а лишь то, что соответствует нашему представлению о себе.

А сейчас в безопасной атмосфере отношений, о которых я говорил, на место этих защитных реакций или ригидности² постепенно приходит все увеличивающаяся открытость опыту. Индивид становится все более открытым осознанию своих собственных чувств и отношений, таких, какими они существуют у него на органическом уровне, как я это пытался описать. Он также начинает более адекватно, непредвзято осознавать реальность так, как она существует вне его, не втискивая ее в заранее принятые схемы. Он начинает видеть, что не все деревья зеленые, не все мужчины суровые отцы, не все женщины его отвергают, не все неудачи его опыта свидетельствуют о том, что он плохой, и тому подобное.

¹ Защита психологическая - регулятивная система стабилизации личности, направленная на "ограждение" сознания от негативных, травмирующих личностность переживаний. - *Прим.ред.*

² Ригидность - затрудненность в необходимом изменении деятельности. - *Прим.ред.*

Он способен принять очевидное скорее так, как оно есть, чем исказить его, чтобы оно соответствовало той схеме, которой он уже придерживается. Как можно ожидать, эта все увеличивающаяся открытость опыту делает его более реалистичным при встречах с новыми людьми, новыми ситуациями и новыми проблемами. Это значит, что его верования не являются застывшими, он может нормально относиться к противоречиям. Он может получить много противоречивых сведений и не пытаться отвергнуть эту ситуацию. Открытость сознания тому, что в данный момент существует внутри него и в окружающей его ситуации, мне кажется, является важной характеристикой человека, рождающегося в процессе психотерапии.

Возможно, это высказывание будет более понятно, если я проиллюстрирую его отрывком из записанной на пленку беседы. Молодой специалист в сорок восьмой беседе рассказывает о том, как он стал более открытым телесным и некоторым другим чувствам.

Клиент: "Мне кажется невозможным, чтобы кто-то смог рассказать о всех изменениях, которые он ощущает. Но я на самом деле недавно почувствовал, что стал с большим вниманием и более объективно относиться к своему физическому состоянию. Я имею в виду, что не ожидаю слишком многого от себя. Вот так это происходит на практике: я чувствую, что в прошлом обычно боролся с усталостью, которая одолевала меня после ужина. Ну а теперь я полностью уверен, что на самом деле устал, что я вовсе не придумываю этой усталости, у меня просто упадок сил. Кажется, что раньше я почти все время занимался критикой этой усталости".

Терапевт: "Итак, вы можете позволить себе быть усталым, вместо того чтобы чувствовать наряду с усталостью еще и критицизм по отношению к ней".

Клиент: "Да, что мне не следует быть усталым или что-то еще. И я думаю, что это в некотором отношении довольно-таки мудро, что я сейчас просто могу не бороться с этой усталостью: и вместе с этим я чувствую, что мне также нужно замедлить темп. Так что быть усталым — вовсе не так уж плохо. И мне кажется, я как бы могу связать то, почему я не должен был так себя вести, с тем, какой у меня отец и как он смотрит на это. Например, представим, я заболел и сказал бы ему об этом. Наверное, внешне будет казаться, что отец хотел бы чем-то мне помочь, но при этом он говорил бы: "Ну, черт побери, вот еще неприятность!" Вы понимаете, что-то вроде этого".

Терапевт: "Как будто если ты болен, в этом на самом деле есть что-то досадное".

Клиент: "Ага. Я уверен, что мой отец так же с неуважением относится к своему телу, как и я. Вот прошлым летом я как-то неудачно повернулся и что-то вывихнул в спине; я услышал, как там хрустнуло, и все такое. Сначала у меня все время была резкая боль, по-настоящему сильная боль. Я вызвал врача, чтобы он посмотрел меня. Врач сказал, что ничего страшного, само пройдет, нужно только не слишком наклоняться. Ну, это было несколько месяцев тому назад, и только недавно я заметил, что.. черт, это действительно больно, и сейчас еще болит... И я вовсе в этом не виноват".

Терапевт: "Это вовсе не характеризует вас с плохой стороны".

Клиент: "Нет... и одна из причин, почему я устаю больше, чем мне следовало бы, в том, что я в постоянном напряжении от этой боли, и поэтому... Я уже записался на прием к врачу, чтобы он осмотрел меня, сделал рентген или еще что-нибудь. В некотором отношении, думаю, вы можете сказать, что я стал более верно чувствовать... или более объективно все это чувствовать. И это действительно, как я говорю, глубокие изменения; и конечно, мои отношения с женой и двумя детьми... Ну, вы бы не узнали меня, если бы смогли увидеть, что я чувствую... как вы... я имею в виду... просто кажется, что на самом деле ничего нет более прекрасного, чем искренне и на самом деле... действительно чувствовать любовь к своим собственным детям и в то же время быть любимым ими. Я не знаю, как это выразить. У нас так возросло уважение... у нас обоих к Джуди... и мы заметили только... как мы стали делать это... мы заметили такие огромные изменения в ней... Кажется, что это — очень глубокая вещь".

Терапевт: "Я думаю, что вы хотите мне сказать, что теперь можете более правильно слышать себя. Если ваше тело говорит вам, что оно устало, вы слышите его и верите ему, вместо того чтобы его критиковать; если вам больно, вы можете это услышать; если вы чувствуете, что действительно любите вашу жену или детей, вы можете почувствовать это, и, кажется, это проявляется также и в изменениях в них самих".

Здесь в относительно небольшом, но важном по значению отрывке можно увидеть многое из того, что я пытался сказать об открытости опыту. Ранее этот человек не мог свободно чувствовать боль или болезнь, потому что они не принимались отцом. Он не мог чувствовать нежность и любовь к своим детям, потому что эти чувства говорили бы о его слабости, а ему нужно было показывать фасад "Я — сильный". Но сейчас он способен быть по-настоящему открытым опыту своего организма: он может быть

усталым, когда устал; он может чувствовать боль, когда ему больно; он способен свободно чувствовать любовь, испытываемую им к своей дочке; и он так же может чувствовать и выражать рвздражение по отношению к ней. Как он сообщает в следующей части беседы, он может жить опытом своего целостного организма, а не закрывать его от осознания.

ВЕРА В СВОЙ ОРГАНИЗМ

Особую трудность представляет описание второго качества, появляющегося у человека после процесса психотерапии. Кажется, этот человек все в большей степени обнаруживает, что его собственному организму можно доверять; что организм является подходящим инструментом для выбора поведения, наиболее соответствующего данной ситуации.

Попытаюсь донести это до вас в более доходчивой форме. Возможно, вы сможете понять мое описание, представив себе индивида, который всегда стоит перед таким реальным выбором: "Проведу ли я отпуск вместе с семьей или один?", "Выпить ли мне третий коктейль, который вы мне предлагаете?", "Тот ли это человек, который может быть моим партнером в любви и в жизни?". Как же поведет себя человек в такого рода ситуациях после психотерапии? В той степени, в которой этот человек открыт всему своему опыту, у него есть доступ ко всем имеющимся у него данным, на которых можно построить свое поведение в конкретной ситуации. Он обладает знаниями о своих чувствах и побуждениях, которые часто бывают сложными и противоречивыми. Он с легкостью может чувствовать весь набор социальных требований: от относительно жестких социальных "законов" до желаний детей и семьи. Ему доступны воспоминания о подобных ситуациях и последствиях различного поведения. У него имеется сравнительно верное восприятие данной ситуации во всей ее сложности. Он может разрешить своему целостному организму при участии сознательной мысли рассмотреть, взвесить и привести в равновесие каждый стимул, потребность и требование, их относительную значимость и силу. Произведя это сложное взвешивание и уравнивание, он способен найти такой путь действий, который, кажется, лучше всего удовлетворяет все его дальние и сиюминутные потребности в ситуации.

Взвешивая и уравнивая компоненты данного жизненного выбора, его организм, конечно, будет совершать ошибки. Будут и ошибочные выборы. Но поскольку он стремится быть открытым своему опыту, происходит все более широкое и быстрое осозна-

ние неудовлетворительных последствий решения, все более быстрое исправление ошибочных выборов.

Возможно, полезно понять, что у большинства из нас недостатки, мешающие этому взвешиванию и нахождению баланса, заключаются в том, что мы включаем в свой опыт то, что к нему не относится, и исключаем то, что относится к нему. Так, индивид может настаивать на таком представлении о себе, как "Я знаю меру при употреблении спиртных напитков", в то время как открытость его прошлому опыту показывает, что это едва ли верно. Или молодая женщина способна видеть только хорошие качества своего будущего супруга, в то время как открытость опыту показала бы, что у него есть и недостатки.

Как правило, когда клиент открыт своему опыту, он начинает находить свой организм более заслуживающим доверия. Он чувствует меньше страха перед своими эмоциональными реакциями. Наблюдается постоянный рост веры и даже расположения к сложному, богатому, разнообразному набору чувств и склонностей, существующих в человеке на организмическом уровне. Сознание вместо того, чтобы быть сторожем многочисленных и опасных непредсказуемых побуждений, из которых лишь немногим может быть разрешено появиться на свет, становится довольным обитателем общества побуждений, чувств и мыслей, которые, как обнаруживается, очень хорошо управляют собой, когда за ними не следят со страхом.

Внутренний локус¹

Другое направление, очевидное в процессе становления человека, относится к источнику, или локусу, выборов его решений или оценочных суждений. Индивид все чаще начинает чувствовать, что локус оценки лежит внутри его. Все меньше и меньше он ищет у других одобрения или неодобрения решений, выборов и стандартов, по которым надо жить. Он осознает, что выбор - это его личное дело; что единственный вопрос, который имеет смысл, — это "Полностью ли удовлетворяет и верно ли выражает меня мой образ жизни?". Я думаю, возможно, это самый важный вопрос для творческого индивида.

Очевидно, вы поймете меня лучше, если я проиллюстрирую это на одном примере. Я бы хотел представить небольшую часть записанной на пленку беседы с молодой женщиной, студенткой-выпускницей, которая пришла к консультанту за помощью. Внача-

¹ Локус - источник. - *Прим. ред.*

ле ее беспокоили очень многие проблемы, и она даже хотела закончить жизнь самоубийством. Во время беседы одно из чувств, которое она открыла в себе, — ее большое желание быть зависимой, а именно желание дать кому-либо возможность направлять ее жизнь. Она очень критиковала тех, кто не оказал ей достаточной направляющей помощи. Она говорила о всех своих преподавателях, с горечью переживая, что ни один из них не научил ее чему-то, имеющему глубокий смысл. Постепенно она начала понимать, что частично ее трудности были обусловлены тем, что как у студентки у нее не было инициативы при участии в занятиях. А затем идет отрывок, который я хочу процитировать.

Я думаю, этот отрывок даст вам некоторое представление о том, что значит в своем опыте иметь локус оценки, находящейся внутри вас самих. Данный отрывок относится к более поздней беседе с этой молодой женщиной, когда она начала понимать, что, возможно, и она частично ответственна за недостатки в своем собственном образовании.

Клиент: "Ну, сейчас мне интересно знать, не ходила ли я просто вокруг да около, получая лишь поверхностные знания и не занимаясь серьезно самими предметами?"

Терапевт: "Может быть, вы ткнулись туда, ткнулись сюда, вместо того чтобы действительно где-то копать поглубже".

Клиент: "Да-а-а. Вот почему я говорю... (медленно и очень задумчиво) ну, с таким основанием это действительно зависит от меня. Я хочу сказать, мне кажется совершенно очевидным, что я не могу зависеть от кого-либо еще, кто дал бы мне образование. (Очень тихо.) Я действительно должна буду получить его сама".

Терапевт: "Вы действительно начинаете осознавать, что есть только один человек, который может дать вам образование; начинаете понимать, что, возможно, никто другой не может дать вам образование".

Клиент: "У-гу. (Долгая пауза. Она сидит задумавшись.) У меня все симптомы страха". (Тихо смеется.)

Терапевт: "Страх? Это то, что пугает? Вы это имеете в виду?"

Клиент: "У-гу. (Очень долгая пауза, очевидно, борется со своими чувствами.)

Терапевт: "Вы не хотите сказать более конкретно о том, что имеете в виду? Что на самом деле у вас возникает чувство страха?"

Клиент (смеется): "Я... угу... Не знаю наверняка, так ли это... Я имею в виду... ну, мне на самом деле кажется, что я — отрезанный ломоть... (пауза) и что я очень... я не знаю... в уязвимом положении, но я... гм-м... я вскормила это, и... это вышло почти без слов. Мне кажется... этому что-то... я разрешила выйти".

Терапевт: "Едва ли это часть вас".

Клиент: "Ну, я почувствовала удивление".

Терапевт: "Как будто: "Ну, ради Бога, неужели я сказала это?" (Оба посмеиваются.)"

Клиент: "На самом деле я не думаю, что у меня раньше было это чувство. Я... э-э-э... ну, правда чувствуется, будто я говорю что-то, что действительно является частью меня. (Пауза.) Или... э-э-э (совершенно в замешательстве) я чувствую как бы, что я... Не знаю... Я чувствую себя сильной, и, однако, у меня есть и чувство... я осознаю это как страх, чувство страха".

Терапевт: "То есть вы хотите сказать, что, когда вы говорите что-то такое, у вас появляется в то же время чувство страха того, что вы сказали, не так ли?"

Клиент: "Гм-м-м... Я это чувствую. Например, я чувствую это сейчас внутри... как бы вздымается сила или отдушина какая-то. Как будто это что-то на самом деле большое и сильное. И однако... э-э-э... это было почти физическое чувство, что я осталась в одиночестве и как бы отрезана от... от поддержки, которая всегда у меня была".

Терапевт: "Вы чувствуете, что это что-то большое и сильное, рвущееся наружу, и в то же время вы чувствуете, что как бы отрезали себя от любой поддержки, говоря это".

Клиент: "Гм-м... Может быть, это... я не знаю... Это нарушение какой-то структуры, которая всегда связывала меня, мне кажется".

Терапевт: "Это как бы расшатывает структуру, ее связи".

Клиент: "Гм-м (молчит, потом осторожно, но с убеждением), я не знаю, но я чувствую, что после этого я начну делать больше, чем, я думаю, мне надо делать. Сколько всего мне еще надо сделать! Кажется, нужно найти, как по-новому вести себя на стольких тропинках моей жизни... но, может быть, я увижу, что лучше справляюсь кое с чем".

Я надеюсь, что представленный выше диалог дает вам некоторое представление о той силе, которую чувствует человек, являясь уникальным существом, ответственным за себя. Здесь видна и тревога, которая сопровождает принятие ответственности. Когда мы осознаем, что "именно я выбираю" и "именно я определяю для себя ценность опыта", это и вливает в нас силы, и ужасает.

ЖЕЛАНИЕ СУЩЕСТВОВАТЬ КАК ПРОЦЕСС

Мне бы хотелось выделить еще одну, последнюю характеристику этих индивидов, когда они прилагают усилия, чтобы открыть себя и стать самими собой. Дело в том, что, вероятно, их более

удовлетворяет существование в виде процесса, нежели как застывшая сущность. Когда кто-то из них только входит в психотерапевтические отношения, то, вероятно, хочет прийти к более устойчивому состоянию: он стремится приблизиться к тому рубежу, за которым скрываются решения его проблем или где спрятан ключ от семейного благополучия. В свободе психотерапевтических отношений такой индивид обычно избавляется от этих жестко установленных целей и приходит к более верному пониманию того, что он не застывшая сущность, а процесс становления.

Один клиент в конце психотерапии в замешательстве говорит: "У меня еще не закончилась работа по интеграции и реорганизации моей личности; это лишь заставляет задуматься, но не обескураживает, особенно сейчас, когда я понимаю, что это — длительный процесс... Когда чувствуешь себя в действии, зная, куда идешь, хотя и не всегда это осознавая, — все это волнует, иногда огорчает, но всегда поддерживает дух".

В этом высказывании можно увидеть и веру в свой организм, о которой я говорил, и также осознание себя как процесса. Это личное описание того состояния, когда принимаешь, что ты — это поток становления, а не законченный продукт. Это значит, что человек — это текущий процесс, а не застывшая, статичная сущность; это текущая река изменений, а не кусок твердого материала; это постоянно изменяющееся соцветие возможностей, а не застывшая сумма характеристик.

Вот другое выражение той же самой текучести, или, иначе, текущего в данный момент существования: "Вся эта цель ощущений и те смыслы, которые я до сих пор обнаруживал в них, кажется, привели меня к процессу, который в одно и то же время и восхитителен, и пугающ. Кажется, он состоит в том, чтобы дать возможность моему опыту нести меня, как мне кажется, вперед к целям, которые я могу лишь смутно определить, когда пытаюсь понять по крайней мере текущий смысл этого опыта. Появляется ощущение, что ты плывешь вместе со сложным потоком опыта, имея восхитительную возможность понять его все время меняющуюся сложность".

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Я старался рассказать вам о том, что происходит в жизни людей, с которыми мне посчастливилось быть в отношениях в то время, когда они боролись, чтобы стать самими собой. Я осмелился описать как можно точнее те смыслы, которые, кажется, вов-

лечены в процесс становления человека. Я уверен, что не только этот процесс происходит в психотерапии. Я уверен, что мое восприятие этого процесса не является четким или полным, так как его понимание и осмысление все время меняются. Надеюсь, что вы примете его как текущее гипотетическое описание, а не как что-то окончательное.

Одна из причин, почему я подчеркиваю, что это описание носит гипотетический характер, заключается в том, что я хочу, чтобы было ясно, что я не говорю: "Вот этим вам следует стать. Вот ваша цель". Скорее я говорю, что в этих переживаниях есть несколько смыслов, которые разделяли я и мой клиент. Возможно, описание опыта других может прояснить или сделать более осмысленным ваш собственный опыт.

Я указывал, что каждый индивид, вероятно, задает себе два вопроса: "Кто я?" и "Как я могу стать самим собой?". Я утверждал, что процесс становления возникает в благоприятном психологическом климате; что в нем индивид сбрасывает одну за другой защитные маски, в которых он встречал жизнь; что он полностью переживает свои скрытые качества; что он обнаруживает в этих переживаниях незнакомца, живущего за этими масками, незнакомца, который и есть он сам. Я постарался дать описание характерных качеств появляющегося человека; человека, более открытого ко всем составляющим его организмического опыта; человека, у которого возникает доверие к своему организму как к инструменту чувственной жизни; человека, который полагает, что локус оценки лежит внутри него; человека, который учится жить как участник текущего процесса, в котором в потоке опыта он постоянно обнаруживает свои новые качества. Это некоторые из тех составляющих, которые, я думаю, входят в становление человека.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Дайджест. *Д. Фейдимен, Р. Фрейгер*. Теория и практика личностно-ориентированной психологии. М. 1995.
2. *Роджерс К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека. М. 1994. Дайджест.
3. *Роджерс К.* Эмпатия / Психология эмоций. Тексты. М. 1984.
4. *Роджерс К.* Вопросы, которые я бы себе задал, если бы был учителем / Семья и школа. 1987, №10.
5. *Роджерс К.* Личные размышления относительно преподавания и учения / Открытое образование, 1993, №5-6.
6. *Роджерс К.* К науке о личности / В кн. История зарубежной психологии. Тексты. М. 1986.

ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ А.МАСЛОУ¹

ОСНОВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

Самоактуализация

Маслоу свободно определяет самоактуализацию как "полное использование талантов, способностей, возможностей и т.п.". "Я представляю себе самоактуализировавшегося человека не как обычного человека, которому что-то добавлено, а как обычного человека, у которого ничто не отнято. Средний человек — это полное человеческое существо, с заглушёнными и подавленными способностями и одаренностями".

Поначалу исследования Маслоу относительно самоактуализации были вызваны его желанием более полно понять двух его наиболее вдохновляющих учителей, Рут Бенедикт и Макса Вертхаймера. Хотя это были очень не похожие друг на друга люди, и занимались они исследованиями в разных областях, Маслоу чувствовал, что им присущ некоторый уровень личного свершения как в профессиональной, так и в личной жизни, который он редко наблюдал у других. Маслоу видел в них не только блестящих и выдающихся ученых, но и глубоко совершенных, творческих людей. Он начал свое личное исследование, чтобы постараться обнаружить, что же делает их столь особенными: он завел тетрадь для записи всех данных, которые он мог собрать относительно их личной жизни, ценностей и пр. Его сравнение Бенедикт и Вертхаймера было первым шагом в продолжившемся всю его жизнь исследовании самоактуализации.

Исследование самоактуализации

Маслоу начал исследовать самоактуализацию более формализованно, изучая жизнь, ценности и отношения людей, которые казались ему наиболее душевно здоровыми и творческими, тех, кто казался в высшей степени самоактуализированным, то есть достиг более оптимального, эффективного и здорового уровня функционирования, чем средние люди.

Маслоу утверждает, что более резонно строить обобщения от-

носителем человеческой природы, изучая лучших ее представителей, каких только удастся найти, а не каталогизируя трудности и ошибки средних или невротических индивидуумов. "Ясно, что существо с Марса, попав в колонию врожденных калек, карликов, горбунов и пр., не сможет понять, какими они должны быть. Так что давайте изучать не калек, а наибольшее, какое мы сможем найти, приближение к целостному, здоровому человеку. Мы найдем у них качественные отличия, другую систему мотивации, эмоции, ценности, мышление и восприятие. В некотором смысле только святые есть человечество".

Изучая лучших из людей, можно исследовать границы человеческих возможностей. Так, чтобы узнать, сколь быстро люди могут бегать, нужно исследовать лучших атлетов и бегунов, и было бы бессмысленным делать "среднюю выборку" из населения какого-нибудь города. Равным образом, рассуждает Маслоу, чтобы изучать психологическое здоровье и зрелость, нужно исследовать наиболее зрелых, творческих, интегрированных людей.

Маслоу выбирал образцы для своего первого исследования по двум критериям. Во-первых, это были люди относительно свободные от невроза и других значительных личностных проблем. Во-вторых, это были люди, наилучшим возможным образом использовавшие свои таланты, способности и другие данные.

"Самоактуализированные люди, без единого исключения, вовлечены в дело, выходящее за пределы их шкурных интересов, в нечто во-вне себя". А.Маслоу.

Группа состояла из восемнадцати индивидуумов: девяти современников и девяти исторических личностей - Авраама Линкольна, Томаса Джефферсона, Альберта Эйнштейна, Элеонор Рузвельт, Джейн Адамс, Уильяма Джеймса, Альберта Швейцера, Олдоса Хаксли и Баруха Спинозы.

Маслоу называет следующие характеристики самоактуализирующихся людей:

- 1) "более эффективное восприятие реальности и более комфортабельные отношения с ней".
- 2) "принятие (себя, других, природы)",
- 3) "спонтанность, простота, естественность",
- 4) "центрированность на задаче" (в отличие от центрированности на себе),
- 5) "некоторая отъединенность и потребность уединении",
- 6) "автономия, независимость от культуры и среды",
- 7) "постоянная свежесть оценки",
- 8) мистичность и опыт высших состояний,

- 9) "чувства сопричастности, единения с другими",
- 10) "более глубокие межличностные отношения",
- 11) "демократическая структура характера",
- 12) "различение средств и целей, добра и зла",
- 13) "философское, невраждебное чувство юмора",
- 14) "самоактуализирующееся творчество",
- 15) "сопротивление аккультурации, трансцендирование любовью частной культуры".

"Самоактуализация — это не отсутствие проблем, а движение от преходящих и нереальных проблем к проблемам реальным".
А.Маслоу.

Маслоу отмечал, что самоактуализировавшиеся люди, которых он изучал, не были совершенны, и даже не были свободны от крупных ошибок. Сильная приверженность избранной работе и своим ценностям делает их подчас безжалостными в стремлении к своей цели; работа может вытеснять другие чувства или потребности. Свою независимость они могут доводить до степени, шокирующей их более конформных знакомых. Кроме того, им могут быть свойственны многие проблемы средних людей: чувство вины, тревожность, печаль, внутренние конфликты и т.д.

"Нет совершенных людей! Можно найти людей хороших, поистине хороших, можно найти великих людей. Действительно существуют творцы, провидцы, мудрецы, святые, подвижники и инициаторы. Это дает нам возможность с надеждой смотреть на будущее нашего рода, хотя бы такие люди и встречались редко, и были недюжинными. И вместе с тем эти же люди могут испытывать досаду, раздражение, быть вздорными, эгоцентричными, злыми, или переживать депрессию. Чтобы избежать разочарования в человеческой природе, мы должны сначала отказаться от иллюзий относительно нее".

Теория самоактуализации

В последней книге Маслоу "Дальние достижения человеческой природы" описываются восемь путей, которыми индивидум может самоактуализироваться, восемь типов поведения, ведущих к самоактуализации. Это нельзя назвать образцом логически-ясного мышления, но это — кульминация размышлений Маслоу о самоактуализации.

1. Прежде всего, самоактуализация означает переживание полное, живое, беззаветное, с полной концентрацией и полным впитыванием". Обычно мы сравнительно мало сознаем, что происходит

в нас и вокруг нас (например, при необходимости получить свидетельские показания об определенном событии, большинство версий расходится). Однако у нас бывают моменты повышенного сознания и интенсивного интереса, и эти моменты Маслоу называет самоактуализирующими.

2. Если мыслить жизнь как процесс выборов, то самоактуализация означает — в каждом выборе решать в пользу роста. Нам часто приходится выбирать между ростом и безопасностью, между прогрессом и регрессом. Каждый выбор имеет свои позитивные и негативные аспекты. Выбирать безопасное — значит оставаться при известном и знакомом, но рисковать стать устарелым и смешным. Выбирать рост — значит открыть себя новому, неожиданному опыту, но рисковать оказаться в неизвестном.

"Нельзя мудро выбирать жизнь, если ты не смеешь прислушиваться к себе, к собственной самости, в каждый момент жизни".
А. Маслоу.

3. Актуализироваться — значит становиться реальным, существовать фактически, а не только в потенциальности. Под самостью же Маслоу понимает сердцевину, или эссенциальную природу индивидуума, включая темперамент, уникальные вкусы и ценности. Таким образом, самоактуализация — это научение соотноситься со своей собственной внутренней природой. Это значит, например, решить для себя, нравится ли тебе самому определенная пища, или фильм, независимо от мнений и точек зрения других.

4. Честность и принятие ответственности за свои действия - существенные моменты самоактуализации. Маслоу рекомендует искать ответы внутри, а не позировать, не стараться хорошо выглядеть или удовлетворить своими ответами других. Каждый раз, когда мы ищем ответы внутри, мы соприкасаемся со своей внутренней самостью.

5. Первые пять шагов помогают развить способность "лучшего жизненного выбора". Мы научаемся верить своим суждениям и инстинктам и действовать в соответствии с ними. Маслоу полагает, что это ведет к лучшим выборам того, что конституционно правильно для каждого индивидуума - выборам в искусстве, музыке, пище, как и в серьезных проблемах жизни, таких как брак или профессия.

6. Самоактуализация — это также постоянный процесс развития своих потенциальностей. Это означает использование сво-

их способностей и разума и "работа ради того, чтобы делать хорошо то, что ты хочешь делать". Большой талант или разумность — не то же самое, что самоактуализация. Многие одаренные люди не смогли полностью использовать свои способности, другие же, может быть со средним талантом, сделали невероятно много.

Самоактуализация - это не "вещь", которую можно иметь или не иметь. Это процесс, не имеющий конца, подобный буддийскому Пути просветления. Это — способ проживания, работы и отношения с миром, а не единичное достижение.

7. "Пик-переживания" — переходные моменты самоактуализации". Мы более целостны, более интегрированы, больше сознаем себя и мир в моменты "пика". В такие моменты мы думаем, действуем и чувствуем наиболее ясно и точно. Мы больше любим и в большей степени принимаем других, более свободны от внутреннего конфликта и тревожности, более способны конструктивно использовать нашу энергию.

8. Дальнейший шаг самоактуализации — это обнаружение своих "защит" и работа отказа от них. Нам нужно лучше сознавать, как мы искажаем образ себя и образы внешнего мира посредством репрессий, проекций и других механизмов защиты.

Самоактуализация по Гольдштейну

Поскольку концепция самоактуализации — наиболее важный вклад Маслоу в психологию, может быть полезным посмотреть, как развивал это представление его создатель, Курт Гольдштейн. Его представления существенно отличаются от поздних формулировок Маслоу. Будучи нейрофизиологом, занимающимся в основном пациентами с поврежденным мозгом, Гольдштейн рассматривал самоактуализацию как фундаментальный процесс в каждом организме, который может иметь как позитивные, так и негативные последствия для индивидуума. Гольдштейн писал, что "организм управляется тенденцией актуализировать в наибольшей возможной степени свои индивидуальные способности, свою "природу", в мире".

Гольдштейн утверждает, что ослабление направления является сильным побуждением только у больных организмов. Для здорового организма первичной целью является "формирование определенного уровня напряжения, такого, который сделает возможной дальнейшую упорядоченную деятельность". Такое влечение, как голод - это особый случай самоактуализации, в кото-

ром напряжение-разрешение ищется для того, чтобы вернуть организм к оптимальному состоянию для дальнейшего выражения его способностей. Однако лишь в ненормальных ситуациях это влечение становится слишком настоятельным. Гольдштейн утверждает, что нормальный организм может временно отложить еду, секс, сон и т.д., если другие мотивы, такие как любопытство или желание игры, вызывают это.

По Гольдштейну успешное обращение со средой часто включает определенную долю неуверенности и шока. Здоровый самоактуализирующийся организм часто вызывает такой шок, входя в новые ситуации ради использования своих возможностей. Для Гольдштейна (как и для Маслоу) самоактуализация не означает конца проблемам и трудностям, напротив рост часто может принести определенную долю боли и страдания. Гольдштейн писал, что способности организма определяют его потребности. Обладание пищеварительной системой делает еду необходимостью; наличие мышц требует движения. Птица нуждается в том, чтобы летать, а художник нуждается в том, чтобы творить, даже если акт творчества требует болезненной борьбы и значительных условий.

"Пик-переживания"

"Способности настойчиво требуют употребления, и прекращают свои требования лишь когда их достаточно и полноценно употребляют". А. Маслоу.

"Пик-переживания" (peak-experiences) - это особенно радостные и волнующие моменты в жизни каждого индивидуума. Маслоу отмечает, что "пик-переживания" часто вызываются сильным чувством любви, произведениями искусства, переживанием исключительной красоты природы. "Всякое "пик-переживание" может быть плодотворно понимаемо, как полнота действия, или как завершение гештальта в терминах гештальт-психологии, или "полный организм" в райхианской парадигме, как полная разрядка, катарсис, кульминация, завершение, окончание, опустошение".

Большинство из нас испытало немало "пик-переживаний", хотя бы мы так их не называли. Прекрасный закат, или особенно впечатлившая музыкальная пьеса - примеры "пик-переживания". По Маслоу, "пик-переживания" вызываются интенсивными, вдохновляющими событиями. "По-видимому, всякий опыт реального совершенства... может вызвать "пик-переживания". Жизнь боль-

шинства людей наполнена длительными периодами сравнительной невнимательности, недостаточной вовлеченности, даже скуки. В противоположность этому "пик-переживания" в наиболее широком смысле слова это те моменты, когда мы становимся глубоко вовлеченными, взволнованными миром и связанными с ним.

"Термин "пик-переживания" это обобщение для лучших моментов человеческого бытия для счастливейших моментов жизни, для опыта экстаза, восторга, блаженства, величайшей радости". А. Маслоу.

Наиболее значительные "пик-переживания" сравнительно редки. Поэты описывали их как моменты экстаза, люди религии - как глубокие мистические переживания. По Маслоу, высшие "пики" характеризуются "чувством открывающихся безграничных горизонтов, ощущением себя одновременно и более могущественным, и более беспомощным, чем когда-либо ранее, чувством экстаза, восторга и трепета, потерей ощущения пространства и времени".

" Плато-переживания"

"Пик-переживания" — вершины, которые могут длиться несколько минут или несколько часов, редко дольше. Маслоу описывает и более устойчивые и длительные переживания, называя их "плато-переживаниями". Они представляют собой новый и более глубокий способ видения и переживания мира. Это включает фундаментальное изменение отношения к миру, изменяющее точку зрения и создающее новые оценки и усиленное сознание мира. Маслоу сам пережил это в конце жизни, после первого сердечного приступа. Его интенсифицированное сознание жизни и надвигающейся возможности смерти принесло пере-орот в восприятии мира.

Трансцендирование самоактуализации

Маслоу обнаружил, что некоторые из самоактуализирующихся индивидуумов стремились испытывать много "пик-переживаний", в то время как другие сталкивались с ними редко, если вообще сталкивались. Он пришел к различению самоактуализирующихся людей, психологически здоровых, продуктивных, но с незначительным опытом трансценденции или вообще без таково-

го, и людей, для которых трансцендентный опыт является важным или даже центральным.

"На высочайших уровнях развития человеческого, знание соотносится, скорее позитивно, нежели негативно, с чувством таинственного, трепетом, смирением, предельным незнанием, благоговением и ощущением жертвы". А. Маслоу.

Маслоу писал, что люди, трансцендирующие самоактуализацию, чаще сознают мистичность всего, трансцендентное измерение жизни, среди повседневной деятельности. "Пик" или мистические переживания расцениваются ими как наиболее важный аспект их жизни. Они мыслят более холистично, чем "только здоровые" самоактуализирующиеся люди, они более способны трансцендировать категории прошлого, настоящего и будущего, добра и зла, воспринять единство за кажущейся сложностью и противоречивостью жизни. Это скорее новаторы и оригинальные мыслители, чем систематизаторы идей других. По мере развития знания в них развивается и чувство смирения и невежества, они воспринимают вселенную с увеличивающимся трепетом.

Трансцендирующие люди более склонны считать себя носителями своих талантов и способностей, поскольку они менее эгоистично вовлечены в свою работу. Они могут честно сказать "Я — наилучший кандидат для этой работы, поэтому мне и следует ее поручить", или, в другом случае, признать "Вы — лучший кандидат для работы, поэтому лучше, чтобы вы взяли ее у меня".

Не каждый, имевший мистические переживания, является трансцендирующим самоактуализатором. Многие люди, которым доступны мистические переживания, не обладают психологическим здоровьем и продуктивностью, которые Маслоу считает существенным свойством самоактуализации. Маслоу также указывает, что он встречал столь же много трансцендирующих людей среди бизнесменов, менеджеров, учителей и политиков, как среди тех, кто социально считается ближе к этому — поэтов, музыкантов, священников и т.п.

ИЕРАРХИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ

Маслоу определяет неврозы и психологическую неприспособленность как "болезни лишенности", то есть считает, что они вызываются лишением удовлетворения определенных фундамен-

тальных потребностей, так же как недостаток определенных витаминов вызывает физическую болезнь. Примерами фундаментальных потребностей могут служить физиологические потребности, такие как голод, жажда или потребность во сне. Неудовлетворение этих потребностей определенно ведет в конце концов к болезни, которая может быть излечена только их удовлетворением. Фундаментальные потребности присущи не индивидуумам. Объем и способ их удовлетворения различен в различных обществах, но никогда фундаментальные потребности (такие как голод) не могут полностью игнорироваться.

Для сохранения здоровья должны удовлетворяться также и определенные психологические потребности. Маслоу перечисляет следующие фундаментальные потребности: потребность в безопасности, обеспеченности и стабильности; потребность в любви и чувстве принадлежности; потребность в самоуважении и уважении других. Кроме того, каждый индивидуум имеет потребности роста, то есть потребности развивать свои задатки и способности и потребность в самоактуализации.

Иерархия фундаментальных потребностей *по Маслоу*

- физиологические потребности (пища, вода, сон и т.п.);
- потребность в безопасности (стабильность, порядок);
- потребность любви и принадлежности (семья, дружба);
- потребность в уважении (самоуважение, признание);
- потребность самоактуализации (развитие способностей).

"Высшая природа человека опирается на его низшую природу, нуждается в ней как в основе, и терпит неудачу без этой основы. То есть, для большинства человечества, высшая природа человека непостижима без удовлетворения низшей природы, как ее опоры". А.Маслоу.

По Маслоу ранее называемые потребности доминируют, то есть должны удовлетворяться прежде называемых позже. "Человек может жить хлебом единым — если ему не хватает хлеба. Но что происходит с желаниями человека, когда хлеба достаточно, когда его желудок постоянно сыт? Сразу же появляются другие, более высокие потребности, и начинают доминировать в организме. Когда и они удовлетворяются, новые, еще более высокие потребности выходят на сцену, и так далее".

Метамотивация

"Рост теоретически возможен только потому, что вкус "высшего" лучше, чем вкус "низшего", и потому что удовлетворение "низшего" становится скучным". А.Маслоу.

Метамотивация касается поведения, вызываемого потребностями и ценностями роста. По Маслоу, такого рода мотивация наиболее присуща самоактуализирующимся людям, у которых, по определению, удовлетворены более низкие потребности. Метамотивация часто принимает форму посвящения себя определенным идеалам или целям, чему-то "вне себя". Маслоу указывает, что метапотребности составляют континуум с фундаментальными потребностями, так что фрустрация этих потребностей вызывает "метапатологии". Метапатологии могут проявляться в недостатке ценностей, бессмысленности или бесцельности жизни. Маслоу утверждает, что чувство принадлежности, достойная профессия, приобщенность к системе ценностей так же существенны для психологического благосостояния, как безопасность, любовь и самоуважение.

Жалобы и мета-жалобы

Маслоу полагает, что существуют различные уровни жалоб, соответствующие уровням фрустрированных потребностей. На заводе, например, жалобы низшего уровня могут касаться отсутствия техники безопасности, произвола начальства, негарантированности работы на следующий день и т.п. Это жалобы, касающиеся неудовлетворения наиболее фундаментальных потребностей физической безопасности и обеспеченности. Жалобы более высокого уровня могут относиться к недостатку соответствующей работе признания, угроз потери престижа, недостатка групповой солидарности; эти жалобы касаются потребностей принадлежности или уважения.

"Когда к вам врываются представительницы женского комитета и возбужденно жалуются на то, что розы в парке недостаточно ухожены, это само по себе замечательно, потому что указывает на высоту уровня жизни жалующихся". А.Маслоу.

Мета-жалобы касаются фрустрации мета-потребностей, таких как потребности в совершенстве, справедливости, красоте и истине. Этот уровень жалоб — хороший указатель того, что актуально все обстоит сравнительно благополучно. Когда люди жалуются на неэстетичность среды, это означает, что в отношении более фундаментальных потребностей они более или менее удовлетво-

рены. Маслоу полагает, что жалобам не может быть конца: можно надеяться лишь на повышение их уровня. Жалобы на несовершенство мира, отсутствие совершенной справедливости и т.п. - это здоровые указания на то, что несмотря на довольно высокий уровень фундаментальной удовлетворенности люди стремятся к дальнейшему совершенствованию и росту. Фактически, Маслоу полагает, что уровень жалоб может служить показателем просвещенности общества.

Дефициентная и бытийная мотивация

Маслоу указывает, что большинство психологов занимается только дефициентной мотивацией, т.е. поведением, ориентированным на удовлетворение какой-то потребности, которая неудовлетворена или фрустрирована. Голод, боль, страх — первичные примеры дефициентной мотивации.

Однако внимательный взгляд на поведение людей и животных обнаруживает другой род мотивации. Когда организм не испытывает ни голода, ни боли, ни страха, появляются новые мотивации, такие как любопытство или желание игры. При таких условиях деятельность может приносить удовлетворение и радость как таковая, а не только как средство удовлетворения некоей вне нее лежащей потребности. Бытийная мотивация относится прежде всего к наслаждению и удовлетворению в настоящем или к желанию искать позитивные ценностные цели (мотивация роста или мета-мотивация). "Дефициентная" же мотивация состоит в потребности изменить данное состояние дел, потому что оно ощущается как неудовлетворительное или фрустрирующее.

"Пик-переживания" в целом относятся к миру бытия, и психология бытия, по-видимому, наиболее применима к самоактуализирующимся людям. Маслоу различает Б- и Д- (бытийное и дефициентное) познание, Б- и Д-ценности, Б- и Д-любовь.

Дефициентное и бытийное познание

В дефициентном познании объекты рассматриваются исключительно как удовлетворяющие потребности, как средства для других целей. Это в особенности справедливо тогда, когда потребности сильны. Маслоу указывает, что сильные потребности

как правило канализируют мышление и восприятие, так что индивидум сознает только те аспекты среды, которые имеют отношение к удовлетворению потребности. Голодный человек замечает только пищу, нищий — только деньги.

Б-познание более точно и эффективно, потому что воспринимающий в меньшей степени искажает свое восприятие в соответствии с потребностями и желаниями. Б-познание не судит, не оценивает и не сравнивает. Фундаментальным отношением является здесь восприятие того, что есть, и способность ценить это. Стимулы вызывают полное внимание, восприятие кажется более богатым и полным.

Воспринимающий остается в каком-то смысле независимым от воспринимаемого. Внешние объекты ценятся как таковые, в себе и сами по себе, а не в их отношении к личным заботам. Фактически в состоянии Б-познания индивидум стремится оставаться погруженным в созерцание или пассивное наблюдение, активное вмешательство кажется неуместным. Одно из преимуществ Д-познания состоит в том, что человек может быть побуждаем к действию и к попытке изменить существующее состояние.

Дефициентные и бытийные ценности

Маслоу не обращается эксплицитно к Д-ценностям, хотя Б-ценности описывает детально. Он полагает, что есть определенные ценности, присущие каждому индивидуму: "Высшие ценности существуют в самой человеческой природе, и могут быть там найдены. Это противоречит более старым и привычным взглядам, что высшие ценности приходят лишь от сверхестественного Бога, или какого-то иного источника, внешнего по отношению к самой человеческой природе".

Маслоу перечисляет следующие Б-ценности: истина, добро, красота, целостность, преодоление дихотомии, жизненность, уникальность, совершенство, необходимость, полнота, справедливость, порядок, простота, богатство, легкость без усилия, игра, самодостаточность.

Дефициентная и бытийная любовь

Дефициентная любовь — это любовь к другим потому, что они удовлетворяют какую-то потребность. Чем больше удовлетворение, тем больше возрастает этот род любви. Это любовь из потребности в самоуважении, или в сексе, или из страха одиночества и т. п.

Бытийная любовь — это любовь к сущности, к "бытию" или "существу" другого. Такая любовь не стремится к обладанию и занята больше добром другого, чем эгоистически удовлетворением. Маслоу часто описывал Б-любовь как обнаруживающую, даосское отношение невмешательства, способности давать всему идти своим чередом и ценить то, что есть, не пытаясь "улучшить" что-либо. Б-любовь к природе выражается в умении ценить цветы, наблюдать их рост, оставляя их в покое, Д-любовь скорее выразиться в срывании цветов и устройении из них букетов. Б-любовь — это идеал безусловной любви родителей к ребенку, которая может даже включать любовь к маленьким несовершенствам ребенка.

Маслоу утверждает, что Б-любовь богаче, дает больше удовлетворения, и более длительна, чем Д-любовь. Она остается живой и свежей, в то время как Д-любовь утрачивает свежесть и остроту со временем. Б-любовь может быть причиной "пик-переживаний" и часто описывается в столь же экзальтированных словах, которыми описывают религиозный опыт.

А.МАСЛОУ

МОТИВАЦИЯ И ЛИЧНОСТЬ²

Проблема психического здоровья людей столь важна, а исследования в этой области столь трудны, что любые относящиеся к этой области предложения и факты, даже не вполне доказанные, имеют значительную эвристическую ценность. Представляется, что единственный разумный выход из этой ситуации — не бояться ошибок, дерзать, делать все, на что мы способны, в надежде достаточно узнать о своих заблуждениях, чтобы суметь их исправить.

Испытуемые выбирались из числа личных друзей и знакомых автора, а также среди крупных бизнесменов, менеджеров, исторических и общественных деятелей.

Первое определение, на базе которого был проведен отбор испытуемых, имело как позитивную, так и негативную стороны. Негативным примером являлось отсутствие неврозов, психопатий, психозов или сильных тенденций к ним. Позитивным критерием отбора было наличие самоактуализации (СА), которая в самом кратком виде может быть определена как полное исполь-

зование и реализация способностей, таланта, потенциала личности. Самоактуализирующиеся личности полностью реализуют все, на что они способны; они заставляют вспомнить афоризм Ницше: "Стань тем, что ты есть". Это люди, которые развиваются до состояния полностью адекватного их возможностям.

Этот критерий предполагает также удовлетворение в прошлом или настоящем потребности в безопасности, принадлежности, любви, уважении и самоуважении, потребностей в знании и понимании или, в некоторых случаях, победу над этими потребностями. Это значит, что все испытуемые не чувствовали угроз и тревог, были приняты в своем обществе, любили и были любимы, достойны уважения и уважаемы, выработали свои философские, религиозные или аксиологические убеждения. Является ли подобное удовлетворение основных потребностей достаточным или лишь необходимым условием СА — этот вопрос остается пока открытым.

С помощью специальной техники отбора, были выделены несколько категорий испытуемых, в той или иной мере удовлетворяющих критериям СА. К полным случаям, помимо современников, были отнесены такие исторические фигуры, как: Линкольн в его последние годы и Томас Джефферсон, Альберт Эйнштейн, Элеонора Рузвельт, Уильям Джеймс, Альберт Швейцер, Олдос Хаксли и др.

Частные случаи — несколько современников, которые годились для исследования и потенциальные или вероятные случаи: Дритц Крайслер, Артур Е.Морган, Давид Гильберт, Д.Т.Судзуки, Роберт Браунинг, Ральф Уолдо Эмерсон, Фредерик Дуглас, Джордж Вашингтон, Петр Кропоткин, Бенджамин Франклин и др.

Общий анализ данных, как обобщенных и сложных впечатлений, полученных на основе тестирования, различных социальных контактов с испытуемыми, собранных фактов, позволил выявить наиболее целостные характеристики самоосуществляющихся личностей. Далее они будут описаны более подробно как в исследовательском плане, так и в конкретных жизненных проявлениях.

БОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНОЕ ВОСПРИЯТИЕ РЕАЛЬНОСТИ И БОЛЕЕ УДОБНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С НЕЙ

В неформальном эксперименте с группой студентов колледжа ясно обнаружилась тенденция менее тревожных (то есть более здоровых) людей точнее судить о своих преподавателях, чем это

делали более тревожные студенты. Впервые эта особенность была замечена как необыкновенно развитая способность правильно и эффективно судить о них.

По мере развития исследования обнаружилось, что эта эффективность распространяется и на другие сферы жизни, — по сути дела на все, которые мы рассматривали. В живописи и музыке, в интеллектуальных проблемах, в науке, в политике и общественных делах — везде группа наших испытуемых видела сложную и запутанную реальность более точно и правильно, чем другие. Так неформальное обследование показало, что делаемые ими прогнозы на будущее чаще оказывались правильными; они меньше связывали их со своими желаниями, влечениями, тревогой и страхом, со свойственным характеру общим оптимизмом или пессимизмом.

Вначале мы описали это как хороший вкус. По многим причинам, некоторые из которых излагаются ниже, становилось ясно, что не хороший вкус как способность к субъективному суждению, но улучшенное восприятие объективной реальности. Мы надеемся, что со временем это утверждение или гипотеза подвергнется экспериментальной проверке. Если оно ее выдержит, значение этого трудно будет переоценить. Невротик болен не эмоционально — он заблуждается интеллектуально! Если здоровье и невроз суть, соответственно и неправильное восприятие реальности, то суждения о ценностях здесь сливаются, ценностные суждения должны быть предметом эмпирической проверки, а не произвольного вкуса. Для тех, кто задумывался над этой проблемой, должно быть ясно, что здесь мы получаем частичную основу для истинной науки о ценностях.

Вполне вероятно, что плохое приспособление и невроз должны изменять восприятие так, что влияют на пороги зрительных, тактильных или обонятельных ощущений. Но столь же возможно, что этот эффект может быть продемонстрирован и в более далеких от физиологии сферах восприятия, например, в экспериментах с установкой. Можно предполагать также, что воздействия влечений, желаний, предрассудков и т.п. на восприятие, показанное во многих недавних экспериментах, должны быть меньше у здоровых людей, чем у больных. Априорные соображения поддерживают гипотезу о том, что более высокие перцептивные способности здоровых людей связаны с лучшими мыслительными способностями, логичностью и общей познавательной эффективностью.

Было обнаружено, что самоактуализирующиеся (самоосуществляющиеся) люди много лучше других отличают свежее, конкретное и индивидуальное от общего, абстрактного и стереотипного. Поэтому они способны жить в реальном мире, а не в той искусственной массе понятий, абстракций, ожиданий, убеждений, стереотипов, которую большинство людей принимают за реальность. Именно поэтому они намного более способны воспринимать сам объект, а не собственные желания, надежды, страх и тревоги, свои или разделяемые их группой теорий предрассудки. "Невинный глаз", — называл эту способность Герберт Рид.

Отношение к неизвестному представляется другим многообещающим мостом между академической и клинической психологией. Наши здоровые испытуемые, в отличие от среднего человека, не боятся неизвестного, но принимают его. Часто неизвестное даже более притягательно для них, чем известное. Они не только терпят неопределенное и неконструктивное, они стремятся к нему. Характерны слова Эйнштейна: "Самая великолепная вещь, которую мы можем пережить — это тайна. Именно в этом — источник всей науки и всякого искусства". Здоровые люди не отвергают и не отрицают незнакомое, не бегут от него, не стремятся себя уверить в том, что давно известно им, не организуют, расчлениают или классифицируют. Их стремление к истине не есть катастрофическая потребность в определенности, безопасности и порядке, какую мы находили в преувеличенной форме у больных Гольдштейна или у невротиков с навязчивыми состояниями. Когда общая объективная ситуация требует этого, они могут хорошо чувствовать себя в неупорядоченном, анархическом, хаотическом, сомнительном. Колебания, сомнения и неопределенность, которые для большинства кажутся опасной угрозой, для этих людей являются приятно стимулирующим вызовом.

ПРИНЯТИЕ СЕБЯ, ДРУГИХ И МИРА

Многие личностные качества, которые на первый взгляд кажутся независимыми и различными, могут быть поняты как проявления или производные единого фундаментального отношения к миру — наличия или отсутствия чувства вины, стыда и тревоги. Невротик в каждом своем проявлении одержим этими чувствами. Даже нормальный член нашей культуры беспричинно ощущает свою вину и ответственность за слишком большое количество дел, испытывает тревогу за многие, не имеющие к нему отношения, ситуации. Для наших здоровых испытуемых оказы-

валось возможным принятие себя и своей природы без жалоб и смущения; они даже не задумывались над этим.

Они могут принимать собственную человеческую природу на стоический манер, понимая ее недостатки, ее расхождение с идеалом, но не испытывая по этому поводу реального беспокойства. Однако неправильно было бы сказать, что они удовлетворены собой. Они принимают слабости и пороки, зло и грех человеческой природы с тем же чувством, с каким все мы принимаем черты природы. Никто не жалуется на воду за то, что она мокрая, или на камни, что они твердые, или на деревья, что они зеленые. Как ребенок смотрит на мир широко открытыми, нетребовательными, невинными глазами, так и самоактуализирующийся человек наблюдает человеческую природу в себе и в других. Это, конечно, не созерцания в восточном смысле, но и последнее можно наблюдать у наших испытуемых, особенно перед лицом болезни и смерти.

Все это — лишь другие слова для выражения уже описанной способности самоактуализирующегося человека к более ясному восприятию реальности: он видит природу такой, как она есть, а не такой, какой он предпочитает ее видеть. Их глаза видят то, что перед ними, без разного рода очков, искажающих, оформляющих и окрашивающих реальность.

Первый и наиболее очевидный уровень принимаемого — уровень животного. Самоактуализирующиеся люди стремятся быть хорошими животными, полнокровными в своих потребностях и получающими удовольствие без сожаления и стыда, но и без самолюбования. Оказалось, что они имеют отличный аппетит, хороший сон; не чувствуют излишних тормозов в своей половой жизни, так и для всех прочих физиологических импульсов. Подобно этому они принимают себя и на других более высоких уровнях (любви, безопасности, уважения и т.д.). Все это без особых колебаний принимается как нечто достойное просто потому, что эти люди принимают работу природы, какой она есть и не требуют от нее ей неприсущего. Это проявляется у них и в значительном меньшем, чем у среднего человека и особенно у невротика, наборе объектов, по отношению к которым они чувствуют отвращение, таких, как нелюбимая пища, телесные функции, продукты и запахи.

Тесно связано с принятием себя и других:

- 1) отсутствие у них защитных реакций, масок, поз и т.д.;
- 2) их нелюбовь к подобного рода искусственности у других. Хитрость, лицемерие, задние мысли, стремление произвести впечатление — все это не свойственно им в исключительной степени. Поскольку они способны с комфортом уживаться даже с

собственными недостатками, в конце концов они воспринимаются уже не как недостатки, а просто как нейтральные свойства личности.

Все это не означает абсолютное отсутствие вины, стыда, грусти, тревоги, защитного поведения; это лишь отсутствие не необходимой или невротической (нереалистической) вины и т.д. Животные процессы, такие, как секс, мочеиспускание, беременность, менструации, старение и т.д., являются частью реального мира и так должны быть приняты. Ни одна здоровая женщина не должна чувствовать вину или защищаться потому, что она женщина, или потому, что ей свойственны женские процессы.

Но здоровые люди действительно почувствуют вину (или стыд, тревогу, сожаление) за: 1) непоправимые недостатки (лень, бездумие, бездеятельность); за боль, причиненную другим; 2) болезненные пережитки (предрассудки, ревность, зависть); 3) привычки, которые будучи независимы от структуры характера, могут быть очень сильны; 4) недостатки культуры или группы, с которыми они себя идентифицируют. В общем, здоровые люди остро ощущают расхождение между тем, что есть, и тем, что должно быть и вполне могло бы быть.

СПОНТАННОСТЬ, ПРОСТОТА, НАТУРАЛЬНОСТЬ

Все самоактуализирующиеся люди могут быть описаны как в достаточной мере спонтанные в поведении и значительно более спонтанные во внутренней жизни, мыслях, импульсах и т.д. Их поведение отмечено простотой и натуральностью, отсутствием искусственности и желанием произвести эффект. Это обязательно означает последовательно неконвенционное поведение. Если мы бы посчитали количество случаев, в которых самоактуализирующийся человек вел себя каким-то необычным образом, цифры не были бы особенно высоки. Его неконвенциональность не поверхностная, но внутренняя и сущностная. Безыскусны, спонтанны и естественны его импульсы, чувства, мысли. Отлично понимая, что люди, с которыми он живет, не поймут и не примут их, и не имея желаний шокировать их или бороться с ними по пустякам, он проходит через ритуалы условностей с добрым юмором и максимальным изяществом.

Но конвенциональность — лишь одежда, которая свободно сидит на его плечах и легко может быть сброшена; самоактуализирующаяся личность не позволяет ей принудить себя от-

казаться сделать то, что она считает важным и основным. Именно в такие моменты проявляется ее внутренняя неконвенциональность — предмет их собственного осознанного и произвольного выбора.

Наконец, внешнее или привычное поведение может быть легко отброшено ими в компании людей, не требующей или не ожидающей от них обычного поведения. Именно такие компании, позволяющие им быть более свободными, естественными, спонтанными, предпочитают чаще всего наши испытуемые; это говорит о том, что конвенциональный контроль поведения ощущается ими все же как нечто стесняющее и нежелательное, требующее специальных усилий.

Одним из следствий или корреляторов этой характеристики является то, что эти люди имеют собственный, относительно автономный и отличающийся от принятого, этический код. Неглубокий наблюдатель может принять их поведение иногда за безнравственное. Если ситуация, по их мнению, того потребует, они могут нарушить не только условное, но и закон. На деле это самые нравственные люди, хотя их нравственность не похожа на этические представления окружающих их людей. Наши наблюдения убеждают в том, что обычное этическое поведение, то есть поведение, основанное на принятии фундаментальных принципов, воспринимаемых как истинные.

Из-за этого отчуждения от обычных условностей, лицемерия, лжи и противоречивости общественной жизни они иногда чувствуют себя чужаками или изгоями, а иногда и ведут себя соответственно.

Свойственная им легкость проникновения в реальность, близость к детскому или животному восприятию и спонтанности влекут за собой более полное осознание ими собственных импульсов, желаний, оценок и субъективных реакций вообще. Клиническое исследование этой области способности полностью подтверждает высказанное, в частности, Фроммом, положение о том, что средний нормальный, хорошо приспособленный индивид часто не имеет ни малейшего представления о том, чем он является, чего хочет и каково его собственное мнение о чем-либо. Понимание этого и подобных ему фактов привело к открытию наиболее глубокого различия между самоактуализирующимися людьми и всеми остальными. Мотивационная жизнь самоактуализирующегося человека имеет не только количественное, но и качественное отличие от мотивационной жизни других людей. Кажется впол-

-не вероятным, что для мотиваций самоактуализирующихся людей нам придется построить совершенно особую психологию, центральным понятием которой станет не мотивация недостатка, а мотивация роста или метамотивация. Возможно, здесь полезно будет провести различие между собственно жизнью и подготовкой к жизни. Обычные понятия мотивации приложимы только к несамоактуализирующимся людям. Наши испытуемые ни к чему не стремятся в обычном смысле слова, — они, скорее, развиваются. Они растут по направлению к совершенству, развивая все более свой уникальный, собственный стиль. Мотивация обычного человека — стремление к отсутствующему удовлетворению базальных потребностей. Но самоактуализирующиеся люди в этом не испытывают недостатка, все их базальные потребности удовлетворены, и, тем не менее они работают и утверждают себя, хотя и не в обычном смысле. Их мотивация — это рост, развитие, созревание и выражение их характера, — одним словом, самоактуализация. Может быть, только эти самоосуществляющиеся люди являются людьми? Может быть, именно они и только они реализуют истинную биологическую природу, природу человека как вида?

ПРОБЛЕМНАЯ ЦЕНТРАЦИЯ

Как правило, наши испытуемые в сильнейшей степени сфокусированы на проблемах, внешних по отношению к их личности. По принятой здесь терминологии они проблемно-центрированы, а не эго-центрированы. Они, в общем, не представляют проблемы для самих себя и не слишком озабочены собой, что несомненно контрастирует с обычной интроспективностью нездорового и тревожного человека. Наши индивиды обычно имеют жизненную миссию, задачу, требующую исполнения, внешнюю по отношению к себе цель, достижение которой требует большей части их энергии.

Это не обязательно такая цель, которую они сами выбрали и предпочли для себя; это может быть и цель, которую они воспринимают как свою ответственность, свой долг, свою обязанность.

В общем, эти цели внеличностные, они разнообразны; это может быть добро для человечества, для нации, для нескольких членов семьи. Но, за редкими исключениями, наши испытуемые озабочены основными и вечными проблемами того типа, который мы по традиции называем философией или этикой. Такие люди привыкли жить самыми широкими интересами. Они никогда не приближаются к деревьям настолько, чтобы перестать видеть

лес. Они живут и работают в мире самых широких, универсальных и долговременных ценностей. Так или иначе эти люди являются философами, пусть иногда и домашнего масштаба.

Разумеется, такое отношение к жизни влечет массу следствий; оно проявляется в самых разных сферах повседневности. Самый широкий горизонт, всеобъемлющая система отсчета, самый крупный масштаб, точка зрения вечности, умение смотреть поверх мелочей — все это имете огромное социальное и межличностное значение, доставляя мудрость и спокойствие, которое облегчают жизнь не только самим этим людям, но и всем, кто с ними связан.

ПОТРЕБНОСТЬ В ОДИНОЧЕСТВЕ; ХАРАКТЕР САМОУСТРАНЕНИЯ

Все наши испытуемые могли переносить одиночество без какого-либо вреда или неудобства для себя. Более того, почти про каждого из них можно сказать, что они позитивно стремятся к одиночеству в значительно большей степени, чем средний человек.

Для них вполне возможно быть над битвой, оставаться невовлеченным " тем, что захватывает и поглощает других. Они находят удобным и легким отчужденность, невмешательство, холодность; они не реагируют на личное несчастье с той силой, с которой делает это обычный человек. Они способны сохранять достоинство даже в недостойных ситуациях. Возможно, это частично является следствием их тенденции основываться на собственной интерпретации ситуации, а не на том, что думают или чувствуют в ней другие люди.

Эта способность к самоустранению связана с некоторыми другими их особенностями. Моих испытуемых можно охарактеризовать как более объективных (во всех смыслах этого слова) людей по сравнению со средними. Мы видели, что они более проблемно, чем эго-центрированы. Это справедливо и тогда, когда проблемой являются они сами, их собственные желания, мотивы, надежды, притязания. Их способность к сосредоточению на проблеме значительно превосходит средний уровень. Интенсивная сосредоточенность имеет побочным следствием такие явления, как рассеянность, забывчивость, игнорирование непосредственного окружения. С другой стороны, у них сохраняется хороший сон, здоровый аппетит, юмор и т.д. в периоды озабоченности, горя и

большой ответственности. В социальных отношениях эта устранимость влечет определенные неудобства и проблемы. Она с легкостью интерпретируется "нормальными" людьми как холодность, снобизм, бесчувственность, недружелюбность или даже враждебность. В противоположность отношениям наших испытуемых, обычные дружеские отношения более тесны и требовательны, в большей степени подразумевают взаимную поддержку, тепло, исключительность. Действительно, самоактуализирующиеся личности не нуждаются в других в обычном смысле; это затрудняет отношения с ними и нелегко принимается другими людьми.

Другим следствием их автономии является способность к самостоятельным решениям, самоуправлению, к тому, чтобы быть сильным, активным, ответственным, решительным субъектом своего действия, а не куклой в руках других людей. Они сами приходят к своим оценкам, мнениям и решениям. Это качество моих испытуемых с трудом поддается описанию, но оно чрезвычайно важно. Благодаря ему я научился рассматривать как ненормальные и болезненные те явления, которые раньше считал вполне нормальными: слишком много людей не сами создают содержание своего сознания, а предоставляют это делать другим — продавцам, рекламодателям, родителям, агитаторам, телевидению и газетам. Они марионетки, а не самостоятельные, самоопределяющиеся индивиды. Именно поэтому они столь склонны чувствовать себя слабыми и беспомощными. Последствия такой массовой безответственности для самоопределяющегося общества, несомненно, самые катастрофические; демократическое общество остро нуждается в самостоятельных личностях со свободной волей.

Разнообразные эксперименты Аш, Макклеланд и др. заставляют думать, что самостоятельные личности составляют от 5 до 30% нашей популяции. Среди моих самоактуализирующихся испытуемых их 100%.

Наконец, я хочу высказать еще одно положение, которое наверняка будет шокировать многих философов и ученых: самоактуализирующиеся индивиды имеют большую "свободу воли", менее детерминированы извне, чем обычные люди. Независимо от того, поддаются ли понятия свободы воли и детерминизма операциональному определению, в нашем исследовании это эмпирические реальности.

АВТОНОМНОСТЬ: НЕЗАВИСИМОСТЬ ОТ КУЛЬТУРЫ И ОКРУЖЕНИЯ; ВОЛЯ, АКТИВНОСТЬ

Одной из характеристик самоактуализирующихся людей, которая до некоторой степени суммирует то, что описывалось до сих пор, является их относительная независимость от физического и социального окружения. Поскольку их движет мотивация роста, а не недостатка, самоактуализирующиеся люди независимы в ее удовлетворении от реального мира, от других людей, культуры, и, вообще, от внешних средств. Они зависимы лишь от собственного продолжающегося роста и развития своих потенциалов и внутренних ресурсов. Как дереву требуется вода, питание и солнечный свет, так и большинству людей требуется любовь, безопасность и другие средства удовлетворения своих банальных потребностей, которые могут прийти только извне. Лишь тогда, когда достигнута полная удовлетворенность внешним, когда внутренние потребности насыщены внешними средствами удовлетворения, возникает истинная проблема индивидуального человеческого развития, то есть самоактуализация.

Независимость от окружения означает относительную стабильность перед лицом лишений, фрустраций, ударов судьбы. Эти люди могут оставаться достаточно спокойными в обстоятельствах, которые довели бы других до самоубийства. Все это может быть описано еще как самодостаточность.

Лица с мотивациями недостатка должны нуждаться в других людях, поскольку удовлетворение большей части их потребностей (любовь, безопасность, уважение, престиж, принадлежность) может прийти только от других. Но людям, удовлетворившим эти мотивы и движимым мотивацией роста, другие ничем помочь не могут. Детерминанты их удовлетворения обычно не социальные, а внутрииндивидуальны. Они достаточно сильны, чтобы быть независимыми от мнения и даже чувств других людей. Слава, статус, награды, популярность, престиж, любовь, которых они способны достичь — все это становится для них менее важным, чем саморазвитие и внутренний рост. Мы должны однако помнить, что лучший, если не единственный метод достижения относительной независимости от любви и уважения — это получение достаточного количества и того и другого в прошлом.

НЕПОСРЕДСТВЕННОСТЬ ОЦЕНОК

Самоактуализирующиеся люди обладают удивительной способностью вновь и вновь получать свежее и наивное удовольствие и даже экстаз от простых радостей жизни, которые давно опостытели обычным людям. Для такого человека красив восход солнца или цветок, так же красивы в тысячный раз, как будто он видит их впервые. Тысячный ребенок, которого он видит, кажется ему столь же удивительным существом, как первый. Он остается убежденным в счастье брака и через тридцать лет после свадьбы и может быть так же удивлен красотой своей шестидесятилетней жены, как сорок лет назад. Повседневный рутинный труд такому человеку кажется наслаждением. Разумеется, подобные интенсивные чувства приходят далеко не всегда, часто это случается в самые неожиданные моменты.

В выборе любимых объектов восхищения имеется некоторое разнообразие. Некоторые испытуемые обращаются прежде всего к природе. Для других это дети, для некоторых — серьезная музыка. Но во всех ста случаях можно сказать, что они получают свое вдохновение, экстаз и силу от действительно основных жизненных переживаний. Ни один из них не давал реакцию подобного типа при посещении, к примеру, ночного клуба, получении крупной суммы или хорошо проведенной вечеринки.

Следует добавить сюда еще один вид опыта. Некоторым из моих испытуемых сексуальные удовольствия и особенно оргазм доставляли не одно только преходящее наслаждение, но и то особое вдохновение, и те силы, которые другие черпали из музыки и природы. Я скажу об этом более подробно в разделе о мистических переживаниях.

Возможно, что обостренность и богатство субъективных переживаний являются аспектами тех непосредственных отношений со свежим и конкретным, с реальностью самой по себе, которые обсуждались ранее. Тогда то, что называем насыщением опыта, возможно, является следствием искусственного обобщения и раздвоения богатства восприятия, как только оно перестает быть полезным, увлекающим или угрожающим, или как-то иначе связанным с эго.

Мне представляется, что ослабление чувства в результате привычки является одним из самых важных источников зла, трагедий и страданий. То, что мы считаем наличным и надежным, недооценивается нами. Жены, мужья, дети и друзья выше ценятся и более любимы после их смерти, чем при жизни. Нечто подобное

истинно и по отношению к физическому здоровью, политической свободе и экономическому благосостоянию: мы узнаем их истинную ценность только после того, как их лишились. Жизнь могла бы сильно улучшиться, если бы мы могли забыть о своих привычках так, как на это способны самоактуализирующиеся люди, и если бы умели сохранять всегда свежее чувство счастья и новизны.

ПИКОВЫЕ И МИСТИЧЕСКИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ

Субъективные явления, названные У.Джеймсом, отлично их описавшим, мистическими переживаниями, достаточно обычны у большинства наших испытуемых. Сильные эмоции, описанию в предыдущем разделе, иногда сами становятся достаточно сильными, хаотическими и всеохватывающими, чтобы их можно было назвать мистическими переживаниями. Мой интерес и внимание были вначале вызваны тем из моих испытуемых, которые описывали переживание ими сексуального оргазма в достаточно знакомых терминах, которые я впоследствии вспомнил, использовались различными авторами при описании того, что они называли мистическими переживаниями. Здесь были также чувства безграничности открывающихся взору горизонтов, одновременно всемогущества и крайней беспомощности, экстаз, восторг и трепетный ужас, потеря ощущения своего места в пространстве и времени и, наконец, уверенность в том, что происходит крайне важное и ценное, что изменяет человека и придает ему силы даже в обыденной жизни.

Очень важно отделить это переживание от всяких теологических и сверхъестественных ассоциаций, хотя в течение тысячелетий оно было с ними связано. Поскольку это переживание является вполне естественным и подлежащим научному изучению, я назвал его пиковым переживанием.

От наших испытуемых мы узнаем, что подобные переживания могут иметь и более низкий уровень интенсивности. В теологической литературе обычно считалось, что мистические переживания абсолютно качественно отличны от остальных. Как только мы отделяем их от сверхъестественного и исследуем как натуральный феномен, оказывается возможным расположить мистический опыт на количественном континууме от интенсивного до слабого. Мы узнаем тогда, что слабые мистические переживания имеются у многих людей, возможно, у большин-

ства, а у некоторых счастливых они происходят часто, возможно, даже ежедневно.

Сейчас ведутся дальнейшие исследования психологии пиковых переживаний. После 1935 года, когда это исследование было начато (продолжается око до сих пор), я стал придавать все большее значение отличию людей, испытывающих пиковые переживания, от прочих. Вероятнее всего, это различие в силе или степени, но оно чрезвычайно важно. Описанное самым кратким образом, оно состоит в том, что самоактуализирующиеся люди без пиковых переживаний чаще являются практическими, деловыми людьми, мезаморфами, отлично приспособленными к миру, в котором они живут. В отличие от них, люди, испытывающие пиковые переживания, связаны и с другими реальностями - поэзией, эстетикой, символикой, особой мистической личной неинституциональной "религией". Я думаю, что со временем это различие окажется одним из важнейших характерологических признаков, особенно существенных для социальной жизни.

ЧУВСТВО ОБЩНОСТИ С ЧЕЛОВЕЧЕСТВОМ

Это понятие, введенное А.Адлером, является самым подходящим для описания тех чувств по отношению к человечеству, которые характерны для самоактуализирующихся людей. По отношению к людям они испытывают общее и глубокое чувство идентификации, симпатии, любви. Они испытывают подлинное желание помочь людям. Они чувствуют себя как-бы членом большой семьи.

С недостаточно широкой точки зрения или, если охвачен небольшой период времени, это чувство идентификации с человечеством может остаться незамеченным. В конце концов самоактуализирующаяся личность очень сильно отлична от других людей в своих мыслях, импульсах, поведении, эмоциях. В определенном, очень глубоком смысле, такой человек остается чужаком и незнакомцем, лишь немногие способны его действительно понять, однако любить его могут многие.

Его поступки кажутся неожиданными и чрезмерными, недостатки среднего человека могут выводить его из себя, что является для него минутным переживанием, но окружающими могут быть восприняты трагически. Однако, как бы сильно он иногда не отделялся от остальных, он все равно чувствует свое глубокое

родство с этими существами. Его отношение к ним проникнуто пониманием того, что он может делать многое, чего не могут они, способен делать то, чего они не видят, и что истина, столь ясная для него, спрятана и темна для этого большинства. Такое отношение Адлер называл отношением старшего брата.

МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Самоактуализирующиеся люди имеют более глубокие и более всеобъемлющие межличностные отношения, чем любые другие взрослые люди (они, однако, не обязательно глубже, чем отношения детей между собой). Они способны к большей самоотдаче, любви, более совершенной идентификации, более полному выходу за границы своего "Я", у этих отношений, разумеется, есть свои особенности. Во-первых, у меня создалось впечатление, что партнеры этих людей, как правило, сами являются более здоровыми и близкими к самоактуализации, чем средний человек. Помня о ничтожной пропорции самоактуализирующихся людей в общей популяции мы видим здесь высочайшую избирательность.

Подобные исключительно глубокие связи самоактуализирующиеся люди имеют с очень немногими людьми. Круг их друзей невелик. Возможно, это объясняется тем, что характерная для них степень близости требует очень много времени. Один из наших испытуемых выразил это именно так: "у меня нет времени, чтобы иметь много друзей. Ни у кого его нет, если это настоящие друзья". Одно вероятное исключение в моей выборке — женщина с чрезвычайно высокими социальными способностями. Для нее едва ли не смыслом жизни является заведение близких и теплых отношений со всеми своими родственниками, членами их семей, ее собственными и их друзьями. Возможно, это объясняется тем, что она не имела образования, а следовательно, возможностей для формальных занятий и карьеры. Такая всеобъемлющая самоотдача существовала бок о бок с уже описанным чувством общности с человечеством и дружелюбием. Такие люди стремятся быть добрыми или, по крайней мере, терпимыми по отношению ко всем без исключения. Особенно горяча их любовь к детям. В некотором реальном, хотя и ограниченном смысле, они любят и переживают за все человечество.

Такая любовь не означает недостаток избирательности. На самом деле эти люди способны и резко судить о тех, кто предал их. Для них невыносимы люди лицемерные, претенциозные, са-

мовлюбленные. Но, обращаясь к таким людям, они не проявляют своих справедливо низких оценок. Одно из объяснений этому, которое мы слышали, звучало так: "Большинство людей могли бы быть гораздо лучше, чем они есть. Они делают глупейшие ошибки и чувствуют себя несчастными несмотря на свои самые лучшие намерения, их следует не презирать, а жалеть".

Вслед за Фроммом можно сказать, что враждебность не является для них чертой характера, но реактивна или ситуационна.

Все мои испытуемые разделяли и другую достойную упоминания черту: их личность привлекала хотя бы небольшое количество друзей, поклонников или даже почитателей и учеников. Отношения между ними и их почитателями являются скорее односторонними. Последние часто требуют больше, чем могут и хотят давать первые, более того, самоактуализирующимся людям эти отношения часто кажутся бессмысленными и, оказавшись вовлеченными в подобную ситуацию, они стараются быть доброжелательными, но стремятся с максимальным изяществом избежать их.

ДЕМОКРАТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ХАРАКТЕРА

Про всех моих испытуемых можно сказать, что они являются весьма демократичными людьми. Я имею в виду проведенный мной ранее анализ авторитарной и демократической структур характера. Мои испытуемые имели все обычные, поверхностные особенности демократического человека. Они могли быть дружелюбными с каждым, независимо от его класса, образования, политических убеждений и цвета кожи. Иногда даже кажется, что они просто не замечают подобных различий столь очевидных и существенных для обычных людей.

Однако их демократичность распространяется гораздо глубже. Например, они считают для себя возможным учиться у любого, кто бы он ни был — лишь бы ему было чему учить. Можно даже сказать, что все люди разделяют общую черту, которую лучше всего назвать скромностью. Они отлично понимают, как мало знают по сравнению с тем, что следовало бы знать и что знают другие. Поэтому они могут уважать и даже преклоняться перед людьми, которые знают или умеют то, чего они не знают и не могут, будь то каменщик или любой другой мастер своего дела.

Следует четко различать подобные демократические чувства и простую неразборчивость, отсутствие избирательности, урав-

нивающее всех людей между собой. Самоактуализирующиеся люди — действительно элита, и друзей себе они подбирают из элиты, но это элита характера, способностей и таланта, а не элита расы, крови, семьи, возраста, известности или власти.

Еще более существенным, хотя и трудно поддающимся описанию, является их стремление выказывать некоторое минимальное количество уважения любому, просто потому, что он человек. Это чувство не отказывает им ни при каких обстоятельствах. Оно не противоречит их большому внутреннему чувству правильного и неправильного, добра и зла. Они скорее выступят против зла, чем будут его терпеть. Они значительно менее амбивалентны, стеснены или слабы в своем гневе, чем средний человек.

РАЗЛИЧИЕ ЦЕЛЕЙ И СРЕДСТВ, ДОБРА И ЗЛА

Ни один из моих испытуемых не был хронически неуверен в своей реальной жизни в различении между добром и злом. Могли ли они выразить это словами или нет, они крайне редко показывали в своей повседневной жизни те хаос, непоследовательность, конфликты, которые столь обычны для этических поступков среднего человека. Другими словами, эти люди обладают сильными и определенными моральными стандартами. Излишне добавлять, что их представления о правильном и неправильном, добре и зле часто не совпадают с обычными.

Это можно описать и как внутреннюю религиозность испытуемых, если понимать религиозность исключительно в социально-поведенческом плане. Некоторые из них говорят, что верят в бога, имея в виду под этим скорее метафизическую сущность, чем персонифицированную фигуру. Но, если мы будем использовать понятие религии более традиционно, подчеркивая элемент сверхъестественного и официальную ортодоксию, то кажется, что очень немногие из них религиозны в этом более обычном смысле. Как правило, поведение самоактуализирующихся людей предполагает ясное различение ими средств и целей. Они фиксированы на целях, а не на средствах, и отчетливо подчиняют средства целям. Однако это чересчур простое описание. Наши испытуемые часто усложняют эту ситуацию, рассматривая такую деятельность, которую другие люди склонны считать лишь средствами. Наши испытуемые несколько более склонны как цель в себе считать деятельность как таковую. Они умеют самую тривиальную и рутинную деятельность превратить в увлекательную игру, развле-

чение, танец. Подобно этому) Вергеймер указывает, что большинство детей обладает столь развитыми творческими способностями, что могут трансформировать бытовые, рутинные и механические переживания. Например, в одном из его экспериментов переноска книг с одной полки на другую превращалась детьми в восхитительную и высоко структурированную игру со своими правилами и ритмом.

ФИЛОСОФСКОЕ, НЕВРАЖДЕБНОЕ ЧУВСТВО ЮМОРА

Одним из самых первых факторов, натолкнувшись на которые было сравнительно легко, было у наших испытуемых не совсем обычное чувство юмора. Они не любили враждебный смех (смех над причинением вреда другому человеку), смех превосходства, смех протеста против власти. То, что они называли юмором, как правило, ближе всего было к философии. Их юмор может быть назван реалистическим, поскольку он состоит большей частью из высмеивания реальных человеческих недостатков. Это может принимать форму насмешки над самим собой, которая, однако, не носит мазохистского или клоунадского характера. Наверное, Линкольн никого в своей жизни не обидел шуткой. Все его шутки имели какое-то значение, свою функцию, помимо простого вызывания смеха. Их можно считать особой формой воспитания, родственной притчам и басням.

Если судить чисто количественно, то наши испытуемые могут показаться менее юмористичными по сравнению со средним уровнем. Анекдоты, розыгрыши, шутки встречаются у них значительно реже, чем осмысленный философичный юмор, который способен вызвать скорее смех, чем злобу, который внутренне присущ ситуации, а не привнесен в нее извне. Он всегда спонтанен и чаще всего не может быть повторен в другой ситуации. Не удивительно, что средний человек, привыкший к комиксам и анекдотам, считает таких людей серьезными и мрачноватыми.

ТВОРЧЕСТВО САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ЛИЧНОСТЕЙ

Это универсальная характеристика для всех исследованных случаев. Исключений здесь не было. Каждый проявлял своим собственным уникальным способом присущие ему способности к

творчеству, оригинальности, изобретательству. Эти способности отличны от специального таланта моцартовского типа.

Природа одаренности так называемых гениев до сих пор не понятна. Все, что можно сказать о них, это то, что они обладают особыми потребностями и возможностями, которые могут достаточно слабо связаны с их личностью и, по-видимому, являются враждебными. Поскольку такой талант не имеет ничего общего с психическим здоровьем или болезнью, он нас не будет здесь интересовать. Творчество самоактуализирующейся личности кажется более похожим на наивное и всеобъемлющее творчество испорченного ребенка. Это, по-видимому, фундаментальная характеристика человеческой природы, потенциал, данный от рождения каждому. Большинство людей теряет его в процессе приобщения к культуре, но некоторые оказываются способны либо сохранить этот свежий, наивный и простой способ видения жизни, либо потеряв его подобно остальным, затем вновь обретают. Сан-таяна удачно назвал эту способность "второй наивностью".

Такое творчество появлялось у наших испытуемых не только в обычной форме писания книг, сочинения музыки, создания произведений искусства. Творчество, как выражение здоровья личности, проецируется на весь мир и скрашивает всякую деятельность, в которой участвует человек. В этом смысле есть творческие сапожники, каменщики, клерки. Что бы человек ни делал, он может делать с определенным отношением к делу, определенным настроением, которое вытекает из самой природы его личности. Человек может даже видеть творчески, как видит ребенок.

Это качество выделено здесь только для обсуждения, однако оно ни в коем случае не является чем-то независимым от тех характеристик, которые обсуждались ранее. Когда мы говорим о творчестве, мы описываем в другом плане — в плане последствий то, что ранее описывалось как большая свежесть, пронизательность, эффективность восприятия. Этим людям легче видеть истину и реальность — именно поэтому они кажутся более ограниченными людям творцами.

Кроме того, мы видели, что эти люди менее заторможены, менее подавлены, менее ограничены, одним словом, менее культуризованы. Позитивно, они более спонтанны, более естественны, более человечны. Это тоже имеет своим последствием творчество. Если мы допустим на основании наших исследований детей, что все люди в детстве были спонтанными и остаются таковыми в своих глубочайших корнях, но, что вероятно, в дополнение к этой спонтанности они имеют целый набор поверхностных, но могущественных ограничений, то станет ясно, почему эта спонтанность может проявляться наружу так редко. Если бы эти силы были сняты, то, возможно, каждый проявлял бы это особого рода творчество.

УСТОЙЧИВОСТЬ К ВЛИЯНИЮ КУЛЬТУРЫ; ТРАНСЦЕНДЕНТНОСТЬ ПО ОТНОШЕНИЮ К ЛЮБОЙ ОПРЕДЕЛЕННОЙ КУЛЬТУРЕ

Самоактуализирующиеся люди не принадлежат к числу хорошо приспособленных (последнее имеется в наивном смысле одобрения культуры и идентификация с ней). Они сосуществуют с культурой, но про всех их можно сказать, что в некотором глубоком смысле они сопротивляются инкультурации и поддерживают определенную внутреннюю отстраненность от культуры, в которую они погружены. Поскольку в литературе, посвященной отношениям культуры и личности, очень мало говорится о сопротивлении инкультурации, даже наши скромные данные могут представлять определенный интерес.

В целом отношения этих здоровых людей с их значительно менее здоровой культурой являются сложными; из них можно вычленить по крайней мере следующие компоненты.

1. Все эти люди отлично вписываются и рамки общепринятых условностей, связанных с выбором одежды, пищи, стиля поведения. И вместе с тем они являются истинно конвенциональными.

Их внутреннее отношение к этим вещам обычно сводится к тому, что все это не имеет большого значения. Одни правила уличного движения так хороши, как и другие; облегчая жизнь, они не стоят того, чтобы поднимать из-за них шум. Здесь снова мы встречаемся с характерной способностью принимать все, что не кажется имеющим действительного значения.

Но поскольку это терпимое принятие безвредных вещей не является их одобрением и идентификацией с ними, приверженность этих людей к условностям имеет скорее случайный, неустойчивый характер; если соблюдение их кажется излишним или обходится слишком дорого, эти условности могут быть сброшены, как надоевшая одежда.

2. Едва ли кто-нибудь из этих людей может быть назван преступником или бунтовщиком. Им не свойственны активное неприятие и длительная хроническая неудовлетворенность культурой или их собственными знаниями, хотя они часто остро переживают несправедливость и борются с ней. Один из них в юные годы был страстным борцом, организатором профсоюзов в те годы, когда это было весьма опасным занятием; затем он оставил эту борьбу, охваченный разочарованием и отвращением. В конце концов, убежденный в медленности сознательных изменений в дан-

ной культуре и в данное время, он занялся детским образованием. Остальным нашим испытуемым свойственно то, что может быть описано как спокойная длительная приверженность делу прогресса нашей культуры; они считаются с постепенностью всяких возможных изменений и признают их бесспорную желательность и необходимость.

Это ни в коем случае не прекращение борьбы. Когда возможны быстрые изменения, когда требуется смелость и решительность, эти качества легко находятся у таких людей. Хотя они явно не являются радикальной группой, я думаю, они могли бы ею стать. Прежде всего, это группа интеллектуалов, большинство из которых уже осознало свое призвание и считает, что они действительно делают нечто важное для улучшения мира. Кроме того, эти люди — реалисты, которые склонны воздерживаться от великих и бесполезных жертв. Вполне вероятно, что в более острой ситуации они откажутся от своей работы в пользу радикальной социальной деятельности, как например, это было в антинацистском подполье в Германии или Франции. Короче, мое впечатление состоит в том, что они не против всякой борьбы, но против бесполезной борьбы.

Другим существенным здесь фактором является свойственная им потребность получать удовольствия от жизни. Возможно, отказ от этого кажется им слишком большой жертвой по сравнению с тем, что они могут этим добиться. В жизни большинства из них, особенно в юности, были эпизоды борьбы, нетерпения и надежд, и чаще всего они кончались убежденностью в том, что их оптимизм относительно быстрых преобразований беспочвен. Все они разделяют общие для них — спокойные, совершаемые с добродушным юмором ежедневные усилия по улучшению культуры изнутри, не отвергая ее и не выходя за ее пределы.

3. Внутреннее чувство отстраненности от культуры не обязательно должно быть сознательным, однако оно проявилось почти всеми нашими испытуемыми. Особенно это заметно в свойственном им рассмотрении американской культуры в целом, в ее сравнении с другими культурами. Очень часто кажется, что они способны стать на точку зрения, не принадлежащую самой этой культуре. Смешение в различных пропорциях восхищения, одобрения, враждебности и критицизма по отношению к культуре показывает, что с их точки зрения, в ней хорошо и то, что они считают плохим. Они как бы взвешивают ее, пробуют на вкус, примериваются к ней, и за тем выносят свое собственное независимое суждение.

Это очень отличается от обычной пассивной приверженности к культурным стандартам, демонстрируемой, к примеру, этноцентрическими испытуемыми в исследованиях авторитарной личности. Это отлично также и от полного отрицания того, что есть хорошего в этой культуре, по крайней мере по сравнению с другими реально существующими и не выдуманнами культурами.

Отстраненность от культуры отражается, вероятно, и в характерных для самоактуализирующихся субъектов отстраненности от других людей и в описанной ранее склонности к одиночеству, а также в их сравнительно низкой потребности в знакомом и обычном.

4. По этим и другим причинам они могут быть названы автономными, то есть управляемыми законами собственного характера, а не законами общества. В этом смысле они не просто и не только являются американцами, но и в значительно большей степени, чем остальные, принадлежат ко всему человечеству. Разумеется, сказать, что они выше или вне американской культуры, было бы неправильно, ибо они говорят по-американски, действуют по-американски и т.д.

Однако, если мы сравним их со сверхсоциализованным, подобным роботу, этноцентричным средним американцем, мы придем к выводу, что это не просто одна субкультурная группа, но менее инкультурированная, менее упрощенная и искаженная культурой группа. Это подразумевает наличие некоторого континуума, на котором можно расположить людей от относительно полной отстраненности от нее.

Если эту гипотезу рассматривать как достоверную, из нее может быть дедуцирована другая гипотеза: те индивиды в нашей культуре, которые наиболее отстранены от собственной культуры, должны иметь не только менее выраженный национальный характер, но и в некоторых отношениях больше походить друг на друга, чем на менее развитых членов их собственных обществ.

Но самый важный вопрос — можно ли быть хорошим и здоровым человеком в несовершенной культуре? Разумеется, сложное сочетание внутренней автономии и внешнего принятия, которого они сумели достичь, возможно только до тех пор, пока культура терпима к такого рода отстраненности и отвержению полной идентификации с ней.

Конечно, это не идеальное здоровье. Несовершенное общество ограничивает и подавляет даже наших испытуемых. Их спонтанность ограничена и некоторые из их потенциалов не актуализированы до той степени, до какой они вынуждены хра-

нить себя в тайне от своего общества. И поскольку лишь немногие в нашей (а, может быть, и в любой другой) культуре могут достигнуть здоровья, то те, кому это удастся, чувствуют себя одиноками и поэтому менее спонтанными, менее актуализированными.

НЕДОСТАТКИ САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ

Обычная ошибка, которую делают писатели, поэты и журналисты, состоит в изображении человека таким хорошим, что он становится карикатурой, никому не хочется на него походить. Стремление людей к совершенству, их вина и стыд за свои недостатки проецируются на самых разных людей, от которых средний человек требует гораздо больше того, что он сам способен дать, учителя и министры представляются безрадостными людьми, лишенными низменных желаний и недостатком. Я убежден, что большинство писателей, пытавшихся изобразить хороших (здоровых) людей, совершают подобную же ошибку, превращая своих героев в беспринципные идолы, в нереальные проекции нереальных идей вместо того, чтобы изобразить их такими, каковы они должны быть - людьми во плоти и крови со своими чувствами и страстями, у наших испытуемых были многие человеческие недостатки, у них были грубые бессмысленные привычки, они могли быть раздражительными, вспыльчивыми, нетерпеливыми. Не свободны многие из них и от поверхностного тщеславия, гордости, пристрастности к плодам своего труда, к своей семье, друзьям, детям.

Иногда наши испытуемые оказывались способными на необычную и непредвиденную черствость. Следует помнить, что это очень сильные люди. Это позволяет им проявлять хладнокровие, превосходящее возможности обычного человека. Человек, узнавший, что его знакомый, которому он все время верил, оказался нечестен, порывает эту дружбу резко и без всякого видимого сожаления. Женщина, вышедшая замуж без любви, идет на развод и совершает его с решительностью, которая выглядит как черствость и грубость. Другие наши испытуемые так быстро оправились после смерти близких людей, что казались бессердечными.

Эти люди не только сильны, но и независимы от мнения других людей. В своей интенсивной сосредоточенности на интересующем их феномене они способны пренебречь обычной вежливостью, становятся рассеянными и угрюмыми. В таких обстоятельствах они ясно показывают, что им не интересны светские разговоры, флирт и т.д., они могут возмутить, шокировать и унижить окружающих их людей.

Даже их доброта способна ввергнуть и заблуждение: среди испытуемых мы встретили брак, совершенный из жалости, чересчур близкие отношения с невротиками, психопатами, паразитами и т.д.

Наконец следует указать, что наши испытуемые не свободны от чувства вины, тревоги, внутренних конфликтов. Тот факт, что источник всего этого невротический, вряд ли он имеет большое значение.

Я пришел к выводу, который мне кажется, следовало бы делать каждому из нас. Совершенных людей не существует. Можно найти хороших, даже великих людей. Существуют творцы, святые и реформаторы. Это должно вселять в нас надежды на будущее, пусть даже таких людей и немного. Однако, эти люди временами бывают эгоистичны, раздражительны, гневливы или угрюмы. Чтобы избежать разочарования в людях, нам надо избавиться от иллюзий.

ЦЕННОСТИ И САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ

Твердым основанием системы ценностей самоактуализирующейся личности является философское понятие ею природы своего "Я", человеческой природы вообще, социальной жизни и физической реальности. То, что принимается или отвергается ею, доставляет удовольствие или неудовольствие, часто может быть понято как производные от этого глубинного свойства восприятия.

Наряду с этим свойством фундамент системы ценностей самоактуализирующейся личности составляют и другие детерминанты, среди которых отмечу: 1) ее своеобразно удобные отношения с реальностью; 2) чувство общности со всем человечеством; 3) состояние фундаментальной удовлетворенности; 4) характерное для нее различие целей и средств и т.д. (см.ранее).

Одно из самых важных следствий такого отношения к миру заключается в том, что конфликты и борьба, амбивалентность и неопределенность во многих сферах жизни уменьшаются или исчезают. Вероятно, так называемая "нравственность" большей частью является эпифеноменом (проявлением) неприятия или неудовлетворенности окружающим. В атмосфере восприятия исчезают очень многие проблемы. Проблема оказывается не столько разрешенной, сколько снятой; становится ясно, что проблема эта мнимая, созданная большим человеком. Человек становится выше обсуждения не только тривиальностей, таких, как игра в карты, танцы или мода на мини-юбки, но более важных вещей — таких, как взаимоотношения между полами, отношение к структуре и функциям тела, наконец, к самой смерти.

Распространение этого открытия на более глубокий уровень позволило автору предположить, что большая часть того, что традиционно называется моралью, этикой и ценностями, может быть просто побочным продуктом навязчивой психопатологии среднего человека. Многие конфликты, фрустрации и угрозы оказываются для самоактуализирующейся личности снятыми и разрешенными так же, как, скажем, конфликты по поводу моды на танцы. Половые, возрастные, классовые и кастовые, политические, ролевые, религиозные и прочие противоречия являются для них несуществующими. Мы знаем, сколь богатым источником тревоги, страха, агрессии, зависти является каждое из них. Но пример наших испытуемых показывает, что так быть не должно. Различия между людьми являются для них источником удовольствия, а не страха.

Возьмем для примера отношения преподавателя и ученика. Наши испытуемые, работающие учителями, умели вести себя совершенно не невротически за счет своей интерпретации ситуации как приятного сотрудничества, а не как борьбы за счет замены искусственно поддерживаемого достоинства на естественную простоту; за счет прекращения попыток казаться всезнающими и всемогущими; отсутствия авторитарности; отказа рассматривать учеников как соревнующихся между собой и борющихся с учителями; отказа следовать стереотипу профессора и умения быть по-человечески простым, как любой плотник или каменщик. Все это создавало в классе такую атмосферу, в которой подозрения, беспокойство, враждебность и агрессия исчезали как бы сами собой. Аналогично этому исчезали реакции на опасность и само наличие опасности в любых других межличностных ситуациях — в браке, в семье и т.д.

Принципы и ценности человека отчаявшегося и человека психически здорового различны по крайней мере в нескольких отношениях. Они располагают глубоко различным восприятием (интерпретацией) физического мира, социального мира и собственного психологического мира, организация которого непосредственно связана с индивидуальной системой ценностей. Депривированной (базально неудовлетворенной) личности мир представляется местом, полным опасностей, джунглями, вражеской территорией, населенной: 1) теми, над которыми он может доминировать и 2) теми, которые могут доминировать над ним. Его система ценностей — это система потребностей, которую организуют и в которой доминируют низшие потребности, особенно потребности размножения и безопасности. Базально удовлетворенная личность находится совершенно в ином положении.

Большая часть системы ценностей самоактуализирующейся личности едина, идеосинкретична и экспрессивна по отношению к структуре характера. Это следует из определения, поскольку самоактуализация есть актуализация "Я", а двух одинаковых "Я" не существует.

Как мы видели, у наших испытуемых существует очень много общего, но в то же время они более полно индивидуализированы, более являются самими собой, их труднее спутать, чем это было бы возможно в любой контрольной группе. Они одновременно и очень похожи и очень непохожи. Они более индивидуализированы, чем любая ранее описанная группа и в то же время более полно социализированы, более идентифицируют себя с человечеством, чем любая другая описанная группа. Они ближе к своей уникальной индивидуальности и к своей видовой общности.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Дайджест. *Д. Фейдимен, Р. Фрейгер*. Теория и практика личностно-ориентированной психологии. М., 1995.
2. Дайджест. *А. Маслоу*. Мотивация и личность. Нью-Йорк. 1970. В кн. Курс практической психологии. Составитель - Р.Р.Кашапов. Ижевск. 1995.
3. Самоактуализация. В кн. Психология личности / Тексты. М. 1982.

В. ФРАНКЛ

О СМЫСЛЕ ЖИЗНИ¹

Понятие ответственности включает в себя представление о долге, обязательстве. Человеческий долг, однако, может быть понят только в контексте категории "смысла" — специфического смысла человеческой жизни. Вопрос о смысле представляет первостепенный интерес для врача, когда он сталкивается с психическим больным, которого терзают душевные конфликты. Однако не врач поднимает этот вопрос его ставит перед ним сам пациент.

В явном или неявном виде — этот вопрос присущ самой природе человека. Сомнения в смысле жизни, таким образом, никогда нельзя рассматривать как проявления психической патологии, эти сомнения в значительно большей степени отражают истинно человеческие переживания, они являются признаком самого человеческого в человеке. Так, вполне возможно представить себе высокоорганизованных животных даже среди насекомых — скажем, пчел или муравьев, — которые во многом превзошли человека по части организации своих сообществ. Но невозможно представить, чтобы подобные создания задумывались о смысле собственного существования, сомневаясь, таким образом, в нем. Только человеку дано обнаружить проблематичность своего существования и ощутить всю неоднозначность бытия. Эта способность сомневаться в значимости собственного существования значительно больше выделяет человека среди животных, чем такие его достижения, как прямохождение, речь или понятийное мышление.

Проблема смысла жизни в своем предельном варианте может буквально завладеть человеком. Она становится особенно насущной, например, в подростковом возрасте, когда взрослеющие молодые люди в своих духовных исканиях вдруг обнаруживают всю неоднозначность человеческого существования. Как-то преподаватель естественных наук в средней школе объяснял старшеклассникам, что жизнь любого организма, в том числе и человека, в конечном счете есть не что иное, как процесс окисления и сгорания. Неожиданно один из его учеников вскочил и бросил учителю полный волнения вопрос: "Если это так, то в чем же тогда смысл жизни?" Этот юноша уже ясно осознал ту исти-

ну, что человек существует в иной плоскости бытия, чем, скажем, свеча, которая стоит на столе и сгорает, пока не угаснет совсем. Существование свечи можно объяснить как процесс сгорания. Человеку же присуща принципиально иная форма бытия. Человеческое существование принимает форму исторического бытия, которое - в отличие от жизни животных — всегда включено в историческое пространство ("структурированное" пространство, по Л. Бинсвангеру) и неотделимо от системы законов и отношений, лежащих в основе этого пространства. И этой системой отношений всегда управляет смысл, хотя он может быть и не выраженным явно, а возможно, совсем не поддаваться выражению. Жизнедеятельность муравейника можно считать целенаправленной, но никак не осмысленной. А где отсутствует смысл, исторический процесс невозможен. Муравьиное "сообщество" не имеет истории.

Эрвин Штраус в книге "Случай и событие" показал, что действительность человеческой жизни (то, что он называет становящейся действительностью) невозможно понять в отрыве от исторического временного контекста. Особенно справедливо это в случае невроза, когда человек сам искажает эту действительность. Одним из способов такого искажения является попытка убежать от исходно человеческой формы бытия. Штраус называет такую попытку "существованием текущего момента", имея в виду полный отказ от какой-либо направленности в жизни, другими словами — поведение, которое не управляется ни опорой на прошлое, ни устремленностью в будущее, а связано только с "чистым" внеисторическим настоящим. Так, многие невротические больные говорят, что они предпочли бы жить "вдали от борьбы за существование", где-нибудь на уединенном солнечном острове, в праздности и бездельи. Такое может подойти лишь животным, но никак не человеку. Только такому больному в глубоком забытии может показаться приемлемым и в конечном счете достойным человека жить, подобно Дионису, в стороне от всего происходящего. "Нормальный" человек (и в смысле "средний", и в смысле "соответствующий этическим нормам") только иногда может позволить себе отключиться от всего, кроме переживаемого момента, и то лишь до некоторой степени.

Время и ситуация для этого-дело сознательного выбора. Можно, например, "взять отпуск" от своих повседневных обязательств и сознательно искать забытия в алкоголе. В период таких произвольно и искусственно вызванных приступов неподконтрольности человек время от времени сознательно сбрасывает с себя бре-

мя своей действительной ответственности. Но по сути и в конечном счете человек, по крайней мере человек западной цивилизации, постоянно подвержен диктату ценностей, которые он должен творчески претворять в жизнь. Это не значит, что он не может направить свой творческий потенциал на то, чтобы забыть себя в опьянении и утопить собственное чувство ответственности. Никто из нас не гарантирован от этой опасности, которую Шеллер характеризовал как такую увлеченность средствами осуществления ценностей, при которой забывается конечная цель — сами эти ценности. Сюда же следует добавить огромное множество тех, кто, напряженно работая в течение всей недели, в воскресенье оказывается охваченным ощущением пустоты и бессодержательности собственной жизни, — день, свободный от дел, заставляет их осознать это ощущение. Такие люди, жертвы "невроза выходного дня", напиваются, с тем чтобы спастись от ужаса внутренней пустоты.

Хотя вопросы о смысле жизни наиболее часты и особенно насущны в юности, они могут возникать и в более зрелом возрасте — например, в результате глубокого душевного потрясения. И так же, как озабоченность подростка этим вопросом никак не является болезненным симптомом, душевные страдания и кризисы взрослого, уже сложившегося человека, бьющегося в поисках содержания собственной жизни, не имеют ничего общего с патологией. Логотерапия и экзистенциальный анализ пытаются бороться главным образом с теми душевными расстройствами, которые не относятся к разряду болезней в клиническом смысле, поскольку основное предназначение нашей "психотерапии в духовном смысле" — справляться с теми страданиями, которые вызваны философскими проблемами, поставленными перед человеком жизнью. Однако даже при наличии клинических симптомов некоторых нарушений логотерапия может помочь больному, поскольку она способна дать ему ту прочную душевную опору, в которой нормальный человек не так и нуждается, но которая крайне необходима человеку душевно незащищенному — чтобы компенсировать эту незащищенность. Ни в коем случае духовные проблемы человека нельзя описывать как "симптомы". В любом случае они являются "достоинством", выражающим уровень осмысленности, достигнутый пациентом, или тот ее уровень, которого он с нашей помощью должен достичь. Особенно это относится к тем, кто утратил душевное равновесие не в силу внутренних причин (типа невроза), а под воздействием чисто внешних факторов. Среди таких людей стоит выделить

тех, кто, скажем, потерял любимого человека, которому посвятил всю свою жизнь, и теперь мучается вопросом о том, имеет ли смысл его собственная дальнейшая жизнь. Человек, чья вера в осмысленность собственного существования подорвана таким кризисом, вызывает особую жалость. Он утрачивает тот духовный стержень, который может быть возрожден только безгранично жизнеутверждающим мировоззрением. Не имея такого стержня (который не обязательно должен быть ясно осознан и определенно сформулирован, чтобы выполнять свою функцию), человек оказывается не в состоянии в трудные периоды жизни собрать свои силы, чтобы противостоять ударам судьбы.

Насколько решающей является жизнеутверждающая установка и насколько она органична биологической природе человека, можно показать на следующем примере. Широкомасштабное статистическое исследование долгожительства показало, что все долгожители придерживались спокойной и уверенной жизнеутверждающей позиции. Философская позиция человека не может не проявиться рано или поздно. Например, меланхоликам, хоть они и пытаются скрыть свое принципиальное отрицание жизни, это никогда полностью не удастся. Их затаенную тоску легко обнаружить, располагая правильным методом психиатрического исследования. Если мы подозреваем, что меланхолик только притворяется, что он свободен от побуждения совершить самоубийство, это совсем не трудно проверить, например, с помощью следующей процедуры.

Сначала мы спрашиваем пациента, думает ли он о самоубийстве и вынашивает ли он все еще желание покончить с жизнью, которое он выражал в прошлом. Он всегда ответит на этот вопрос отрицательно — и отрицание это будет тем более упорным, чем больше он притворяется. Затем мы задаем ему вопрос, ответ на который позволяет судить, действительно ли он избавляется от своей депрессии или только старается скрыть ее. Мы спрашиваем (как бы жестоко ни прозвучал этот вопрос), почему он не думает (или уже больше не думает) о самоубийстве. Меланхолик, который в действительности не имеет суицидных намерений или который преодолел их, ответит без колебаний, что он должен думать о своей семье или о работе, или что-то в этом роде. Однако тот, кто пытается обмануть врача, тут же смутится. Он растеряется, не находя аргументов в поддержку своего "фальшивого" утверждения жизни. Как правило, такой пациент попытается сменить тему разговора и выразит свое неприкрытое требование выпустить его из лечебницы. Люди психологически неспособны

придумывать ложные доводы в пользу жизни вообще и в пользу продолжения собственной жизни в частности, когда мысли о самоубийстве овладевают ими все больше и больше. Если бы такие доводы действительно имелись, они были бы всегда наготове и в этом случае пациентами уже не управляли бы побуждения к самоубийству.

К вопросу о смысле жизни можно подойти по-разному. Прежде всего оставим в стороне проблему смысла и замысла мира в целом, так же как и переживаемую нами растерянность перед судьбой, наше сопротивление испытаниям, которые выпадают на нашу долю, поскольку положительные ответы на эти вопросы относятся к области религии. Для человека религиозного, который верит в Провидение, подобного вопроса может не существовать вовсе. Для остальной части человечества в первую очередь необходимо сформулировать этот вопрос подходящим образом. Прежде всего мы должны определить, допустимо ли задаваться вопросом о смысле целого, имеет ли смысл сам этот вопрос.

Действительно, мы должны ограничить себя более конкретным и частным вопросом. Мы не можем начать выяснять "замысел" вселенной. Замысел всегда трансцендентен — в той мере, в какой он всегда является внешним по отношению ко всему, что этим замыслом "обладает". Таким образом, мы в лучшем случае можем постичь смысл вселенной в форме сверхсмысла, подразумевая под этим, что смысл целого остается непонятым и лежит за пределами постижимого. Такое понятие смысла схоже с кантовским постулатом причинности — наш разум требует ее существования, хотя и не способен ее постичь.

В свое время Паскаль заметил, что ветвь никогда не может постичь смысла всего дерева. Современная биология показала, что всякое живое существо замкнуто в своем специфическом окружении и практически не способно вырваться за его пределы. И хотя человек занимает исключительное положение, хотя он может быть необычайно восприимчив к миру и весь мир может выступать его окружением, все же кто может поручиться, что за пределами этого мира не существует какого-нибудь сверхмира? Возможно, подобно животному, которое едва ли способно выбраться из своей ниши, для того чтобы понять высший мир человека, сам человек едва ли способен постичь сверхмир, хотя он может приблизиться к нему, например, в религии или в отдельные моменты озарения. Домашнему животному неведомы цели, ради которых человек его приручает. Так откуда же и человеку знать, какова "конечная" цель его жизни, каков "сверхсмысл" вселен-

ной? Мы не можем согласиться с утверждением Н. Гартмана о том, что свобода и ответственность человека противопоставлены целесообразности, которая скрыта от него, но от которой он зависит. Гартман сам признает, что свобода человека - это "свобода, несмотря на зависимость", поскольку свобода разума человека поднимается над законами, управляющими природой, и действует на своем собственном, более высоком уровне бытия, который автономен, несмотря на его зависимость от нижних уровней бытия. С нашей точки зрения, аналогичные взаимоотношения между областью человеческой свободы и областью, высшей по отношению к человеку, вполне допустимы, так что человек обладает свободой воли, несмотря на участь, уготованную ему Провидением, — точно так же, как домашнее животное живет своими инстинктами, даже когда служит человеку. Ведь и человек использует сами эти инстинкты для своих собственных целей.

Таким образом, мы рассматриваем отношение человеческого мира к сверхмиру как аналогичное отношению "окружающей среды" животного (Экскюль) к "окружающей среде" человека. Шлейх очень убедительно и красиво выразил эти взаимоотношения словами: "Бог сел за орган возможностей и сотворил мир. Бедные создания, коими являемся мы, люди, могут лишь слышать глас человеческий. Если он так прекрасен, можно себе представить великолепие Самого!"

Очевидно, что вера в сверхсмысл — как в метафизической концепции, так и в религиозном смысле Провидения - имеет огромное психотерапевтическое и психогигиеническое значение. Подобно истинной вере, основанной на внутренней силе, такая вера делает человека гораздо более жизнеспособным. Для такой веры в конечном счете нет ничего бессмысленного. Ничто не возникает "напрасно", "ни одно действие не остается необъясненным". Получается, что в мире проявляется нечто подобное закону сохранения духовной энергии. Ни одна великая мысль не может пропасть, даже если она так и не дошла до людей, даже если она была "унесена в могилу". Согласно этому закону, ни одна драма или трагедия внутренней жизни человека никогда не прошла впустую, даже если они разыгрывались втайне, не отмеченные, не прославленные ни одним романистом. "Роман", прожитый каждым индивидом, остается несравнимо более грандиозным произведением, чем любое из когда-либо написанных на бумаге. Каждый из нас так или иначе осознает, что содержание его жизни где-то сохраняется и оберегается. Таким образом, время, сменяющие друг друга годы не могут повлиять на смысл и

ценность нашей жизни. Прошедшее-это тоже вид бытия, и, быть может, самый надежный. С этой точки зрения все продуктивные действия в жизни человека могут представлять собой "спасение" возможностей путем их реализации. Хотя эти возможности уже в прошлом, они хранятся там навсегда в безопасности, и время не властно более над ними.

Прошедшего не вернуть. Неузвимо и неизбежно то, что уже произошло. Уходящее время поэтому является не только вором, но и стражем. Любая философия, которая подразумевает переходящий характер существования, совсем не обязательно должна быть пессимистичной. Выражаясь образно, мы могли бы сказать: пессимист напоминает человека, который со страхом и печалью наблюдает, как настенный календарь, от которого он ежедневно отрывает по листку, становится тоньше и тоньше с каждым днем. С другой стороны, человек, который воспринимает жизнь так, как описывалось выше, похож на человека, который отрывает каждый последующий лист календаря и аккуратно складывает его с ранее оторванными листками, предварительно набросав несколько слов на обороте. Он может с гордостью и радостью размышлять о богатстве, содержащемся в этих записях, о всей полноте прожитой им жизни. Какое значение будет иметь для него то, что он замечает надвигающуюся старость? Есть ли у него причины завидовать молодым людям, которых он видит, или страдать ностальгией по своей собственной молодости? Почему он должен завидовать молодому человеку? Из-за *возможностей*, которые есть у молодого человека, из-за будущего, которое того ждет? "Нет, спасибо, — подумает он. — У меня в прошлом вместо возможностей есть реальные свершения — не только реально проделанная работа, любовь, которую я испытал, но и страдания, которые я перенес. Вот то, чем я больше всего горжусь — хотя это и не может вызвать зависти". Все, что было хорошего и прекрасного в прошлом, благополучно там сохраняется. С другой стороны, пока остается жизнь, всю вину и все зло еще можно исправить. Жизнь подобна не законченному фильму (как, скажем, в теории относительности мировой процесс представляет собой единство четырех измерений) или уже снятому фильму, который просто прокручивается в данный момент. Скорее фильм этого мира только-только "снимается". Это означает, не больше и не меньше, что прошлое - к счастью — неизбежно, в то время как будущее — к счастью — еще предстоит сформировать; то есть оно находится в распоряжении человека и под его ответственностью.

Но что есть ответственность? Ответственность — это то, перед чем нас ставит жизнь и чего мы стараемся избежать. Как гласит народная мудрость, в человеке всегда найдутся силы, противодействующие его естественному чувству ответственности, которые пытаются освободить человека от нее. Поистине сказать, ответственность чем-то напоминает пропасть. Чем дальше и основательнее мы ее изучаем, тем более потрясает нас ее глубина — вплоть до того, что от нее начинает кружиться голова. Поскольку, как только мы начинаем задумываться о сущности человеческой ответственности, мы не можем не содрогнуться, ибо в ней есть что-то пугающее и в то же самое время что-то величественное. Страшно осознавать, что в любой данный момент мы несем ответственность за все, что за ним последует; что каждое решение — от мельчайшего до самого крупного — это решение навеки; что каждый раз мы либо реализуем, либо упускаем возможность, имеющуюся только на данный конкретный момент. Каждый момент содержит в себе тысячи возможностей, но мы можем выбрать только одну из них; тем самым все остальные возможности отвергаются, обрекаются на небытие, и это тоже навечно. Но разве не прекрасно осознавать, что наше будущее, а вместе с ним и будущее всех и всего, что нас окружает, зависит — хотя бы и в малой степени — от того, какое решение мы принимаем в данный момент? То, что мы реализуем этим решением, что мы тем самым приносим в мир, таким образом сохраняется; претворив его в жизнь, мы не даем ему исчезнуть бесследно.

Выше мы уже рассматривали вопрос о смысле применительно ко всеобщему смыслу вселенной. Теперь мы рассмотрим ряд случаев, когда пациенты ищут ответа на вопрос о смысле собственной, частной жизни. Для многих пациентов характерна искаженная постановка этого вопроса, которая неизбежно приводит их к этическому нигилизму. Больной, как правило, будет категорически утверждать, что смысл жизни состоит в удовольствии. Защищая свою точку зрения, он выдвинет как неоспоримое открытие, что всей жизнедеятельностью человека управляет стремление к счастью, что все психические процессы детерминированы исключительно принципом удовольствия. Представления о доминирующей роли принципа удовольствия во всей душевной жизни составляют, как известно, один из основных догматов психоанализа; принцип реальности фактически не противопоставляется принципу удовольствия, а является лишь его расширением и служит его целям.

Так вот, с нашей точки зрения, принцип удовольствия является

искусственной психологической конструкцией. Удовольствие — это не цель наших стремлений, а следствие их удовлетворения. В свое время это отмечал еще Кант. Также и Шелер, обсуждая гедонистическую этику (эвдемонизм), заметил, что удовольствие не вырисовывается перед нами в качестве цели нравственного действия, скорее напротив — нравственное действие влечет удовольствие за собой. Теория, основанная на принципе удовольствия, упускает из виду важное качество всей психической деятельности — интенциональность. И вообще люди желают не удовольствия как такового, они просто хотят того, что хотят. Человеческому желанию может соответствовать любое множество целей — самого различного вида, — тогда как удовольствие всегда выступает в одной и той же форме, независимо от того, каким способом оно *доставлено* — нравственным или безнравственным. Отсюда очевидно, что принятие принципа удовольствия привело бы — в этическом плане — к выравниванию всех потенциальных человеческих целей. И стало бы невозможным отличить одно действие от другого, поскольку все они преследовали бы одну и ту же цель. При таком подходе можно было бы сказать, что некая сумма денег, потраченная на собственное пропитание, или та же сумма, розданная в виде милостыни, послужила одной и той же цели: в каждом из этих случаев человек потратил деньги, чтобы избавиться от своих неприятных чувств.

Стоит определить поведение таким образом — и вы обесцените в человеке любой его истинно нравственный порыв. В действительности чувство симпатии нравственно уже само по себе, даже до того, как оно воплотится в действие, имеющее якобы лишь негативный смысл — ликвидацию неудовольствия. Одна и та же ситуация может вызвать сочувствие у одного и возбудить злорадование садиста у другого, кто радуется чужому несчастью и переживает таким образом выраженное удовольствие. Если было бы справедливо, например, что мы читаем хорошую книгу только ради удовольствия, которое мы испытываем во время чтения, мы с таким же успехом могли бы потратить деньги на хорошее пирожное. В действительности наша жизнь почти не имеет дела с удовольствием или неудовольствием. Для зрителя в театре не так важно, что он смотрит — комедию или трагедию; что привлекает его — так это содержание и собственная, истинная ценность пьесы. Конечно, никто не будет утверждать, что отрицательные эмоциональные переживания, которые овладевают зрителями, увлеченными трагическими событиями на сцене, составляют действительную цель посещения ими театра. В этом случае всех театралов можно было бы считать замаскированными мазохистами.

Однако несостоятельность утверждения о том, что удовольствие является конечной целью всех (а не только некоторых отдельных) устремлений, убедительно подтверждается и логическим анализом "от противного". Если было бы верно, к примеру, что Наполеон проводил свои военные кампании только для того, чтобы испытать удовольствие от победы (подобные чувства простой солдат мог бы испытать, набив брюхо, напившись допьяна или предавшись разврату), тогда должно быть справедливо и обратное: „конечной целью" последних, гибельных для Наполеона сражений, „предельным замыслом" его поражений могли быть только отрицательные переживания, сопровождающие эти поражения, — так же как чувство удовольствия вызывалось победами.

Если весь смысл жизни свести к удовольствию, в конечном итоге мы неизбежно придем к тому, что жизнь покажется нам лишенной смысла. Удовольствие никак не может придать жизни смысл. Ибо что такое удовольствие? Состояние. Материалист — а гедонизм обычно связывается с материализмом — сказал бы даже, что удовольствие есть не что иное, как состояние клеток мозга. И разве стоит жить, чувствовать, страдать и вершить дела ради того лишь, чтобы вызвать такое состояние? Предположим, что человека, приговоренного к смерти, просят за несколько часов до казни выбрать меню для своей последней трапезы. Вероятнее всего, он ответит: имеет ли смысл перед лицом смерти ублажать себя вкусовыми ощущениями? Коль скоро организм превратится в труп через каких-нибудь два часа, не все ли равно, будет он иметь или нет еще одну возможность пережить то состояние мозговых клеток, которое называется удовольствием? Так и вся жизнь постоянно сталкивается со смертью, которая неизбежно перечеркивает этот элемент удовольствия. Любому несчастному, для которого вся жизнь сводится к погоне за удовольствием, пришлось бы усомниться в каждом моменте такой жизни, будь он хоть сколько-нибудь последователен. Он оказался бы в том же состоянии духа, что и один из моих пациентов, госпитализированный после суицидной попытки. Этот больной описывал мне пережитое им следующим образом. Чтобы осуществить свой план самоубийства, ему нужно было попасть на окраину города. Трамваи уже не ходили, и поэтому он решил взять такси. "Затем я передумал, — рассказывал он, — с чего это я должен тратиться на такси? И тут же я не смог удержаться от улыбки над собственным желанием сэкономить несколько марок перед самой смертью".

Сама жизнь приучает большинство из нас к тому, что "мы на этом свете не для того, чтобы наслаждаться". Для тех же, кто еще

не выучил этого урока, будут поучительны данные одного русского психолога-экспериментатора, который показал, что в среднем нормальный человек ежедневно переживает несравнимо больше отрицательных эмоций (неудовольствия), чем положительных (удовольствия). Простой пример убеждает, насколько неудовлетворителен принцип удовольствия - как в теории, так и на практике. Если мы спросим человека, почему он не делает того, что, по нашему мнению, стоило бы делать, а он отказывается просто потому, что ему не хочется этого делать, так как это не доставит ему удовольствия, то такой ответ нам покажется явно неудовлетворительным. Очевидно, что подобный ответ недостаточен из-за того, что мы никогда не рассматриваем удовольствие или неудовольствие в качестве аргумента за или против того или иного действия.

Принцип удовольствия не смог бы составить приемлемой моральной максимы даже в том виде, в котором его утверждал Фрейд в своей работе "По ту сторону принципа удовольствия", а именно как производной от общей тенденции органической жизни возвращаться к состоянию покоя мира неорганического. Фрейд полагал, что может доказать сходство всех видов стремлений к удовольствию и того, что он называл инстинктом смерти. По нашему мнению, вполне возможно, что все эти первичные психологические и биологические тенденции могли бы быть сведены к еще более универсальному принципу редукции напряжения, согласно которому любой фрагмент бытия развивается в сторону снижения заключенного в нем напряжения. Аналогичный закон признается в физике, в теории энтропии, описывающей движение мира к финальному состоянию полной неопределенности. Нирвану, например, можно было бы считать психологическим коррелятом энтропии; редукцию всей психической напряженности путем освобождения от отрицательных переживаний в таком случае можно было бы рассматривать как микрокосмический эквивалент макрокосмической энтропии. Другими словами, нирвану можно определить как "энтропию, видимую изнутри". Однако принцип редукции напряжения сам по себе противоречил бы принципу идентичности, согласно которому все сущее стремится сохранить свою неповторимость, индивидуальность, отличимость от всего другого. Само существование такого противопоставления наводит на мысль, что столь универсальные принципы и столь всеобщие законы в нравственном смысле заведут нас в тупик, поскольку эти явления практически не оказывают влияния на наш субъективный мир и моральное поведение. Что заставляет нас отождеств-

ать себя с этими принципами и тенденциями? В какой мере наша нравственность должна принимать эти принципы, даже если мы обнаружим их в собственной душевной жизни? С равной вероятностью мы могли бы занять такую позицию, в которой наша нравственная задача будет заключаться в противостоянии власти подобной сил.

По сути, наше образование, в значительной степени основанное на материализме, сформировало в нас преувеличенное почтение к открытиям и законам так называемых точных наук. Мы безоговорочно принимаем картину мира, построенную в физике... Но насколько, к примеру, реальна для нас энтропия, которой пугают нас физики, — насколько реальна — эта всеобщая обреченность, эта вселенская катастрофа, предсказанная физикой и в свете которой все наши усилия и усилия наших потомков оказываются сведенными к нулю? Неужели из нашего внутреннего опыта, из нашей повседневной жизни, далекой от всяких теорий, мы не знаем, что естественное очарование, которое вызывают в нас великолепные краски заката, в каком-то смысле более реально, чем, скажем, астрономические расчеты того момента времени, когда Земля столкнется с Солнцем? Может ли быть что-либо дано нам более непосредственно, чем наш собственный личный опыт, наше глубокое чувство собственной человечности и ответственности? "Самое определенное знание — это сознание" замечено кем-то. И никакая теория о физиологической природе жизни, ни утверждения о том, что удовольствие есть строго организованный "танец" молекул, атомов или электронов внутри серого вещества нашего мозга, никогда не были столь убедительны и неопровержимы, как эта простая мысль. Точно так же человек, испытывающий высшие эстетические эмоции или счастье разделенной любви, ни на минуту не сомневается в том, что жизнь его имеет смысл.

Однако радость может сделать жизнь осмысленной, только если она сама имеет смысл. Смысл радости не может заключаться в ней самой. В действительности этот смысл лежит за ее пределами — поскольку радость всегда направлена на какой-нибудь объект. Шелер убедительно показал, что радость является направленной эмоцией — в отличие от просто удовольствия, которое он считает ненаправленной эмоцией и относит к классу так называемых "эмоций состояния". Удовольствие, таким образом, — это эмоциональное состояние. Здесь мы снова возвращаемся к Эрвину Штраусу и его представлениям о "сиюминутном" модусе жизни. В этом модусе человек остается в условном состоянии удовольствия (скажем, в опьянении), не достигая мира предметов,

который в этом случае выступал бы миром ценностей. Индивид ощущает истинную радость только тогда, когда эмоции выступают как ценности. Этим объясняется, почему радость никогда не может быть самоцелью — радость саму по себе невозможно преследовать как цель. Как удачно эта мысль выражена в максиме Кьеркегора: "Дверь к счастью открывается наружу". И тот, кто, пытаясь открыть эту дверь, толкает ее вперед, только еще плотнее закрывает ее! Человек, который отчаянно рвется к ощущению счастья, таким образом, отрезает себе к нему дорогу. В конце концов оказывается, что никакое стремление к счастью само по себе не может быть ни основным принципом, ни предельной целью человеческой жизни.

Ценность, на которую направлено действие, трансцендентна по отношению к самому этому действию. Она выходит за его рамки, подобно тому как предмет познавательного действия находится за пределами данного когнитивного акта (в узком смысле этого слова). Из феноменологии хорошо известно, что надситуативные качества предмета намеренного действия всегда присутствуют в содержании этого действия. Если я вижу горящую лампу, факт ее существования в пространстве и во времени есть нечто данное, независимое от моего восприятия, даже если я закрою глаза или повернусь к этой лампе спиной. В моем восприятии предмета как чего-то реально существующего подразумевается, что я признаю его реальность независимо от моего или чьего-либо восприятия. То же самое верно и в отношении предметов ценностного восприятия. Как только я постигаю какую-либо ценность, я автоматически осознаю, что эта ценность существует сама по себе, независимо от того, принимаю я ее или нет.

Рассмотрим конкретный пример. Предположим, некто замечает, что кажущаяся эстетическая привлекательность его эротического партнера существует для него только до тех пор, пока он находится в состоянии сексуального возбуждения. Он обнаруживает, что по мере ослабления этого чувства эстетические ценности и видимая красота как-то исчезают. Из этого он делает вывод, что привлекательности его партнера как таковой в действительности не существует — она является просто результатом искаженного чувственностью восприятия; что она поэтому представляет собой не объективную, а скорее относительную ценность, которая зависит от специфического состояния его организма и подчиняется его собственным внутренним инстинктам.

Но такой вывод несправедлив. Определенное субъективное состояние, несомненно, является необходимым условием для того,

чтобы те или иные ценности стали в принципе видимыми; несомненно, чтобы осознать эти ценности, человеку требуется, как в описанном выше случае, особая специфическая чувствительность. Но это ни в коей мере не опровергает объективность ценностей, а скорее подразумевает их. Как этические, так и эстетические ценности подобны предметам восприятия — в том смысле, что для их постижения требуются соответствующие действия; и в то же время эти действия обнаруживают несводимость всех этих предметов к тем действиям, которыми они выявлены, что и подтверждает их объективность. Все это, однако, не противоречит уже отмеченному факту, что наши ценности, равно как и мировоззренческая позиция, позволяют нам видеть в каждом конкретном случае лишь фрагмент реальности. Другими словами, то, что мы видим, ограничено нашим собственным индивидуальным углом зрения. Возможно, мы недооцениваем всеобщность закономерности, согласно которой человеческая ответственность проявляется только в конкретной жизненной задаче. Объективные ценности становятся конкретными обязанностями, "отливаются" в форму ежедневных требований и индивидуально-личных жизненных задач. Ценности, лежащие в основе этих задач, могут быть достигнуты, очевидно, только через их решение. Вполне возможно, что каждое конкретное обязательство является некоторой частью чего-то целого, никогда не видимого для индивида, который всегда ограничен углом зрения своих каждодневных обязательств.

Каждая человеческая личность представляет собой нечто уникальное, каждая жизненная ситуация возникает лишь однажды. Конкретная задача любого человека всегда связана с его уникальностью и неповторимостью. Таким образом, в любой заданный момент каждый может иметь лишь одну-единственную задачу. Мир ценностей поэтому видится под углом зрения отдельной личности, а для каждой данной ситуации существует один-единственный подходящий взгляд. Соответственно абсолютно верное представление о чем-либо существует не вопреки относительности индивидуальных точек зрения, а благодаря им.

Мы предприняли поэтому попытку противопоставить скептицизму, который так часто выражают наши пациенты, контраргументы, необходимые для смягчения остроты нравственного нигилизма. Но нередко, помимо этого, становится необходимым раскрывать все богатство мира ценностей, пояснять, сколь широки его границы. Ведь несмотря на нашу концепцию особой жизненной задачи, люди должны быть готовы к переменам. Иногда случается так, что какая-нибудь задача никак не дается человеку,

в то время как в качестве альтернативы появляется другая, со своим специфическим множеством ценностей. Человек должен вырабатывать в себе гибкость, чтобы суметь переключиться на другую ценностную группу, если она, и только она, способна предоставить ему возможность реализации ценностей. Жизнь требует от человека духовной гибкости, с тем чтобы он мог регулировать свои усилия сообразно с возможностями, которые она ему предоставляет.

Как часто кто-нибудь из наших пациентов сетует на свою жизнь, которая, по его словам, бессмысленна, коль скоро его деятельность не имеет никакой высокой цели. Именно здесь мы должны спорить с ним, показывая, что положение, занимаемое человеком, его профессия абсолютно ничего не значат. Решающим является то, как он работает, соответствует ли он месту, на котором оказался. Не имеет значения радиус его деятельности, важно лишь, справляется ли он с кругом своих обязанностей. Обыкновенный человек, действительно справляющийся с конкретными задачами, которые ставит перед ним его положение в обществе и в семье, несмотря на свою "маленькую" жизнь, более "велик", чем "великий" государственный деятель, который способен вершить судьбы миллионов росчерком пера, но чьи безнравственные решения могут нести в себе непоправимое зло. Любой беспристрастный судья оценит такую "маленькую" жизнь выше, чем, к примеру, существование хирурга, которому вверены жизни многих и многих больных, но который делает свое в высшей степени нелегкое дело слабо, отдавая при этом себе отчет в той огромной ответственности, что на него возложена.

Ценности, которые реализуются в продуктивных творческих действиях, мы будем называть "созидательными". Помимо созидательных, существуют ценности, реализуемые в переживаниях, — это "ценности переживания". Они проявляются в нашей чувствительности к явлениям окружающего мира — например, в благоговении перед красотой природы или произведений искусства. Нельзя недооценивать всей полноты смысла, которую приобретает наша жизнь благодаря этим ценностям. Наивысший смысл каждого данного момента человеческого существования определяется просто интенсивностью его переживания и не зависит от какого бы то ни было действия. Для тех, кто сомневается в этом, рассмотрим следующую ситуацию. Представьте себе истинного ценителя музыки, сидящего в концертном зале и поглощенного благородным звучанием любимой симфонии. Он охвачен таким же эмоциональным трепетом, какой испытываем мы перед

лицом чистой красоты. Попробуем теперь спросить его в этот самый момент, имеет ли смысл его жизнь. И он обязательно ответит, что действительно стоило жить — хотя бы ради того, чтобы испытать подобный момент духовного экстаза. Ибо даже несмотря на то, что речь идет об одном-единственном моменте, величие жизни может быть измерено величиим момента: ведь высота горной гряды определяется не высотой какой-нибудь долины, а величиной высочайшей вершины. Так же и жизненные пики определяют осмысленность всей жизни, и единичное событие может задним числом наполнить смыслом предшествующее существование. Спросите альпиниста, наблюдавшего горный закат и ощутившего это великолепие природы до "мурашек по коже", — спросите его, сможет ли он когда-нибудь после этих переживаний ощутить такую полноту и осмысленность своей жизни...

Можно также определить и третью возможную категорию ценностей — поскольку жизнь остается в основе своей осмысленной, даже когда она бесплодна в созидательном смысле и небогата переживаниями. Эта третья группа ценностей заключается в отношении человека к факторам, ограничивающим его жизнь. Именно реакция человека на ограничения его возможностей открывает для него принципиально новый тип ценностей, которые относятся к разряду высших ценностей. Таким образом, даже очевидно скудное существование — существование, бедное в отношении и созидательных ценностей, и ценностей переживания, — все же оставляет человеку последнюю и в действительности высшую возможность реализации ценностей. Ценности подобного рода мы назовем "ценностями отношения". Ибо действительно значимым является отношение человека к судьбе, выпавшей на его долю. Другими словами, человек, сталкиваясь со своей судьбой и вынужденный ее принимать, все же имеет возможность реализовывать ценности отношения. То, как он принимает тяготы жизни, как несет свой крест, то мужество, что он проявляет в страданиях, достоинство, которое он выказывает, будучи приговорен и обречен, — все это является мерой того, насколько он состоялся как человек.

Как только список категорий ценностей пополняется ценностями отношения, становится очевидным, что человеческое существование по сути своей *никогда не может быть бессмысленным*. Жизнь человека полна смысла до самого конца — до самого его последнего вдоха. И пока сознание не покинуло человека, он постоянно обязан реализовывать ценности и нести ответственность. Он в ответе за реализацию ценностей до последнего мо-

мента своего существования. И пусть возможностей для этого у него немного — ценности отношения остаются всегда доступными для него.

Таким образом, и в нравственной сфере подтверждается тезис, который мы выдвинули вначале, о том, что быть человеком — это значит быть сознательным и ответственным.

Попытаемся теперь взглянуть на эту проблему изнутри, попробуем передать, как она видится самому человеку в подавленном состоянии, проанализируем его мотивы и посмотрим, существует ли им какое-нибудь внутреннее оправдание.

Нередко используется понятие «рациональный суицид». Оно описывает способность человека, подведя сознательный итог всей своей жизни, принять решение об отказе от дальнейшего существования. Поскольку, как мы уже отмечали, удовольствие отождествляется с положительным активом жизни, то этот итог вполне может оказаться отрицательным. Вопрос, однако, в том, может ли такой итог оказаться настолько отрицательным, что продолжение жизни представится человеку безнадежно обесцененным?

В первую очередь мы склонны усомниться: всякий ли человек способен оценить свою жизнь с достаточной объективностью? Это особенно верно в случае, когда человек приходит к выводу, что его проблемы неразрешимы или что единственно возможным решением является самоубийство. Каким бы сильным ни было это убеждение, оно все же остается субъективным. Если из всего множества людей, совершивших попытку самоубийства, считая свою ситуацию безнадежной, хотя бы один окажется неправым, если хотя бы в одном случае найдется в конце концов альтернатива самоубийству — тогда придется заключить, что ни одна суицидная попытка фактически не может быть оправдана. Ибо всякий, кто решился на самоубийство, имеет твердое субъективное убеждение, что для него это единственно оправданный выход. Но никто не может знать заранее, верно ли он оценивает ситуацию и объективен ли он в своих суждениях или же буквально через час события покажут, что он был не прав — а он, быть может, и не доживет до этого часа.

Теоретически, конечно, можно допустить и оправдать самоубийство, если это сознательная жертва — и в этом случае его можно отнести к разряду истинно нравственных действий. Однако из опыта мы знаем, что побуждения к самоубийству даже такого типа в действительности нередко происходят от чувства обиды или возмущения, злобы или негодования — словом, там, где в конце концов можно найти выход из, казалось бы, безнадежной

ситуации. Поэтому мы возьмем на себя смелость сделать обобщение: ни одно самоубийство не может быть нравственно оправдано. Не может оно представлять собой и искупление. Ибо самоубийство не только лишает человека возможности развиваться и приобретать опыт в результате собственных страданий (реализуя таким образом ценность отношения), но и лишает возможности искупить страдания, которые он сам причинил другим. Таким образом, самоубийством никогда не расплатиться за прошлое. Вместо того чтобы покончить с прежними несчастьями или несправедливостью, суицидент просто кончает с собственным "Я".

Теперь давайте обратимся к тем случаям, когда побуждения к самоубийству детерминированы болезненным состоянием психики. Вполне возможно, строгие психиатрические исследования установят, что всякое самоубийство совершается на психопатологической основе, однако мы не будем здесь углубляться в этот вопрос. Мы ограничимся утверждением, что сама идея самоубийства принципиально противоположна представлению о том, что жизнь полна смысла для каждого человеческого существа при любых обстоятельствах. Мы полагаем, что это может быть усилено объективными доводами и анализом данной проблемы в ее собственных терминах и понятиях - словом, методами логотерапии. Необходимо особо отметить, что человеческая утомленность жизнью носит чисто эмоциональный характер, а эмоции никогда не были убедительным аргументом. В нравственном смысле этот вопрос мог бы означать: должен ли человек поддаваться такой утомленности и тоске? (В моральном плане само по себе удовольствие от жизни в принципе не может быть аргументом в пользу ее продолжения.)

Там, где не выявляется психопатологического базиса, где, следовательно, отсутствует точка отсчета для традиционной психотерапии (в узком смысле слова), метод логотерапии становится буквально незаменим. Отличие этого метода от традиционной психотерапии убедительно показывает следующий случай.

Пациент был госпитализирован в психиатрический институт с подозрением на суицидные намерения, которые и сам он не отрицал. У него, однако, не было внешних психиатрических симптомов. Доводы, которые он представил директору института, казались логически безупречными. Он утверждал, что всякий человек обладает свободой принять решение: стремиться продолжать жизнь или нет. Полный достоинства и убедительности, он протестовал против того, что его лишили свободы, в то время как ни-

какого психического расстройства у него не было обнаружено. Директор клиники распорядился внести в историю болезни этого пациента диагноз "психически здоров" - и выписал его. Пациент уже собирался покинуть больницу и саму эту жизнь, когда один из психиатров, убежденный в том, что за психическим здоровьем может скрываться душевное смятение, вызвал его на разговор. За удивительно короткое время врачу удалось объяснить этому пациенту, что человеческая свобода — это не "свобода от", а "свобода для" — свобода для того, чтобы принимать ответственность. В ходе их дальнейшего разговора все псевдологические основания для самоубийства у этого человека рассеялись.

Конечно, врач этот действовал не как обычный терапевт. Однако его поведение было, безусловно, оправданным фактически у него не было иного выхода: именно философская дискуссия между врачом и пациентом оказалась тем единственным средством, которое помогло привести последнего к принятию жизни за то короткое время, что врач имел в своем распоряжении.

В этой беседе был как логотерапевтический этап — обсуждение философских оснований самоубийства, — так и этап собственно психотерапии: врач попытался разобраться в причинах психологического характера, подтолкнувших пациента к самоубийству. Психотерапия помогла выявить то, что одним из побуждений, двигавшим пациентом, было желание отомстить обществу, которое плохо с ним обошлось. Знаменательно, что, пройдя курс лечения, этот же пациент решил показать другим, кто он такой, чего стоит и как полна смысла его жизнь. В ходе беседы с врачом пациент подчеркнул, что причиной, толкнувшей его на самоубийство, являются не финансовые затруднения, что деньги ему не помогут. Ему не хватает "содержания" жизни, и он "убегает от пустоты".

Мы уже говорили о свободе принятия ответственности. Но свобода эта сама утверждает чувство ответственности. Даже в самой радикальной форме бегства от ответственности — в бегстве от самой жизни путем самоубийства — человек не может убежать от собственного чувства ответственности. Поскольку он свободно принимает решение о самоубийстве и претворяет его в жизнь (в том случае, конечно, если он психически здоров), он не может уйти от того, от чего бежит: его не отпускает чувство ответственности. Не найти ему также и того, чего он ищет, а именно решения проблемы. Ибо мы должны снова и снова подчеркнуть, что самоубийство в принципе не способно решить никаких проблем. Мы должны показать пациенту, что он похож на шахматиста, который, столкнувшись с очень трудной шахматной задачей, просто смахивает фигуры с доски. Но ведь таким способом зада-

чи не решить. Равно как не решить жизненных проблем разрушением этой жизни. Как, сбрасывая фигуры с доски, шахматист нарушает правила игры, так нарушает правила жизни и человек, покушающийся на самоубийство. Правилами жизненной игры не предусматривается победа любой ценой, однако эти правила требуют от нас неустанной борьбы¹.

Мы хотим научить наших пациентов тому, что Альберт Швейцер назвал благоговением перед жизнью. Но убедить наших больных в том, что жизнь обладает какой-либо безусловной ценностью, можно лишь в том случае, если нам удастся помочь им наполнить жизнь каким-либо смыслом, определить цель своего существования, другими словами, поставить перед собой определенную жизненную задачу. "Если у человека есть основание для жизни, он вынесет почти любые ее условия", — говорит Ницше. Огромную психотерапевтическую и психогигиеническую ценность имеет убежденность человека в том, что ему есть ради чего жить. Мы возьмем на себя смелость сказать, что ничто так не помогает человеку преодолевать объективные трудности и переносить субъективные неприятности, как сознание того, что перед ним стоит особенно важная задача. Особенно ярко это проявляется в том случае, когда человеку эта задача кажется будто специально предназначенной для него лично, когда она представляет собой нечто вроде "миссии". Такая задача помогает человеку ощутить свою незаменимость, жизнь его приобретает ценность уже потому только, что она неповторима. Вышеприведенная цитата из Ницше означает в данном контексте, что "условия" жизни, то есть присущие ей трудности и невзгоды отходят на задний план тогда и в той мере, когда и в какой мере на передний план выступают "основания" к жизни. Но не только это. Если рассматривать жизнь с точки зрения присущих ей жизненных задач, нельзя не прийти к заключению, что жизнь всегда тем более осмысленна, чем труднее она дается. Хорошей естественной аналогией здесь может служить позиция спортсмена: настоящий атлет ставит перед собой такую задачу, которая позволит ему максимально утвердить себя в случае победы. Возьмем, к примеру, бег с препятствиями или устоявшуюся традицию назначать фору в беге или прыжках. Почему бы и нам не использовать трудности повседневной жизни для того, чтобы проверить собственный характер или развивать в себе силу и мужество?

¹ Нелегко ответить на вопрос, мужество или трусость движет самоубийцей. Ибо справедливости ради мы должны признать, что к попытке самоубийства обычно приводит внутренний конфликт. Пожалуй, мы могли бы сказать лишь следующее: суицидент не боится смерти — он боится жизни.

Наша цель должна заключаться в том, чтобы помочь пациенту освоить максимально доступную ему активную жизненную позицию, перевести его, так сказать, из "страдающего" состояния в "активно-действенное". Имея это в виду, мы не можем ограничиваться лишь движением к тому, чтобы человек осознал свое существование как постоянное усилие, направленное на реализацию ценностей.

Мы должны объяснить ему также, что жизненная задача, за которую он несет ответственность, всегда специфична. И специфичность эта двоякого рода: во-первых, задачи различны для разных людей и это зависит от своеобразия и неповторимости каждого человека. Во-вторых, даже личная задача изменяется с каждым днем и часом, в зависимости от специфичности каждой сложившейся ситуации. Нам нужно только напоминать самим себе о тех ценностях, которые Шелер назвал "ситуативными" — в отличие от "вечных", непреходящих ценностей, имеющих смысл всегда и для каждого. В каком-то смысле ситуативные ценности всегда "где-то за сценой" в ожидании своего часа, и человек имеет, по сути, единственную возможность реализовать их. Если эта возможность упущена, она теряется безвозвратно; ситуативная ценность так и остается нереализованной. Для человека эта ценность потеряна навсегда.

Таким образом, мы видим, что в значительной мере именно благодаря своеобразию и неповторимости человеческое существование приобретает смысл. Современной философии экзистенциализма принадлежит заслуга в утверждении того, что существование человека по своей сути является конкретным и субъективным. Экзистенциалисты способствовали тому, что нравственная ответственность вновь стала предметом обсуждения. Не случайно философия экзистенциализма получила название философии "призыва". Ведь представляя жизнь человека как нечто своеобразное и неповторимое, она имплицитно призывает людей в своей собственной жизни реализовывать эти неповторимые и уникальные возможности.

Цель экзистенциального анализа и логотерапии состоит в том, чтобы помочь человеку достичь максимальной сосредоточенности на жизненной задаче, стоящей перед ним. Затем мы должны показать ему, что жизнь каждого человека имеет свою, неповторимую цель, к достижению которой ведет лишь один путь. Следуя по этому пути, человек подобен летчику, которого в ночном тумане "ведут" радиомаяки в аэропорт, где ему предстоит вслепую посадить самолет. Способ, которым в данном случае пользуются, хорошо известен: находящаяся в аэропорту радиостанция посылает в направлении приближающегося самолета два раз-

личных сигнала Морзе, причем каждый из сигналов покрывает какой-то сектор. На границе этих секторов — а граница и представляет собой запланированный правильный курс-пилот слышит стабильный сигнал. Цели пилот может достичь единственно курсом, обозначенным этими сигналами Морзе. Как и у летчика, у каждого из нас есть свой, неповторимый жизненный курс, следуя которым мы можем реализовать свои личные, только нам данные возможности.

Если же пациент заявляет, что ему неведом смысл его жизни, что он не знает никаких уникальных возможностей своего существования, то мы так сформулируем для него первоочередную задачу: он должен сам определить свою собственную цель, постараться понять неповторимость и своеобразие собственной жизни. Что же касается внутренних резервов каждого человека — другими словами, как человеку разобраться, каким он должен быть в отличие от того, какой он есть, — лучше всего на этот вопрос ответил Гете: "Как нам познать себя? Размышляя - никогда, но действуя. Старайтесь исполнять свой долг, и вскоре вы узнаете, что же есть вы. А что же тогда является вашим долгом? Требования каждого дня".

И все же найдутся люди, признающие уникальность жизни, желающие реализовать ее конкретные, неповторимые ситуативные ценности, которые все равно рассматривают свое положение как "безнадежное". Нам надо прежде всего спросить себя: что значит "безнадежное"? В конце концов, человеку не дано предсказывать будущее, он не может этого сделать хотя бы потому, что знание будущего тут же оказало бы влияние на его настоящее положение. И это влияние было бы разным, в зависимости от характера человека, от того, насколько он внушаем, покорен или независим. Таким образом, в любом случае человек строил бы свое будущее по-разному, так что первоначальное предсказание не подтвердилось бы.

Поскольку человеку не дано предвидеть будущее, он никогда не может безошибочно определить, будут ли у него в будущем возможности для реализации ценностей. Один чернокожий заключенный, приговоренный к пожизненной каторге, был отправлен на корабле из Марселя на остров Дьявола. Когда пароход вышел в открытое море, на нем неожиданно вспыхнул пожар. С заключенного сняли наручники, и он — благодаря своей необычайной силе — сумел спасти многих пассажиров корабля. Позднее за этот героический поступок его амнистировали. Если бы на набережной Марселя этого человека спросили, видит ли он хоть какой-нибудь смысл в своей оставшейся жизни, он бы наверняка

ответил отрицательно. Никто не может знать, что готовит ему жизнь, какие падения и взлеты ожидают его.

Никто не вправе упорствовать в недооценке своих собственных достоинств. Как бы ни был человек неудовлетворен собой, как бы он себя ни мучил размышлениями о собственных неудачах и как бы строго он себя ни судил, сам факт, что он поступает так, уже доказывает, что он не такое жалкое создание, каким представляется себе. Подобно тому как, исследуя относительность всех знаний и ценностей, мы приближаемся к объективности этих знаний и ценностей, нравственное самоосуждение приближает человека к его идеалу. Таким образом, тот, кто способен судить себя строго, уже соприкоснулся с миром ценностей и начинает приобщаться к нему. С того момента, как он смог применить представления о человеческом идеале к самому себе, он уже навсегда перестает быть обесцененным ничтожеством. Ибо этим самым он достигает уровня нравственных ценностей, которые спасают его от бессмысленности существования. "Когда б в глазах твоих не было б ничего от солнца, то никогда б его тебе не видеть..."

То же самое справедливо по отношению к тем мрачным обобщениям, которые нередко вызываются нравственным отчаянием и заставляют усомниться в человеческой нравственности вообще. Такой способ мышления предполагает, что человек сам по себе в корне порочен¹. Однако нельзя, чтобы эта мировая скорбь парализовала нравственные действия человека. Кто-то может возразить, что, мол, все люди, в конце концов, не более чем эгоисты и что случающиеся альтруистические действия на самом деле тоже эгоистичны, поскольку тот, кто кажется альтруистом, просто пытается освободиться от неловкости, вызванной чувством симпатии. Наш ответ на это будет таким: в первую очередь, избавление от боли сопереживания — это не цель, а результат, во-вторых, сам факт, что человек сочувствует, испытывает симпатию, предполагает нравственность в форме истинного альтруизма. Более того, то, что мы сказали о жизни отдельного человека, относится также и к существованию всего человечества: решающими в развитии и оценке любого исторического периода являются пиковые точки — аналогично высоте горной гряды. Несколько идеальных судеб, несколько интеллектуальных или нравственных гениев или даже единичная такая личность, появляясь время от времени, могут вполне оправдать существование человечества в целом.

¹ Можно даже допустить, что средний человек действительно порочен и что лишь немногие являются истинно достойными людьми. Но если даже это действительно так, разве не обязывает это каждого из нас быть лучше этого среднего, стать одним из тех немногих?

Если же, наконец, утверждается, что непреходящие, высшие идеалы человечества сплошь и рядом используются недостойно — в качестве средств достижения деловых или политических целей, удовлетворения личных эгоистических интересов или собственного тщеславия, — на это можно ответить так, что все сказанное лишь свидетельствует о непреходящей силе этих идеалов и показывает их универсальную действенность. Ибо если кто-то для достижения своих целей вынужден прикрывать свое поведение нравственностью, это доказывает, что нравственность действительно представляет собой силу и, как ничто иное, способна оказывать влияние на тех людей, которые высоко ее ставят.

Таким образом, каждый человек имеет свою цель в жизни, которую он в состоянии достичь. Соответственно экзистенциальный анализ призван помочь человеку осознать ответственность за реализацию всех его целей. Чем больше он видит жизнь как выполнение поставленных перед ним задач, тем более полной смысла кажется она ему. И если человек, не осознающий своей ответственности, просто принимает жизнь как нечто данное, экзистенциальный анализ учит людей воспринимать жизнь как "миссию". Здесь необходимо сделать следующее дополнение: существуют люди, которые идут еще дальше, которые переживают жизнь в другом измерении. Они живут переживаниями того, кто посылает нам задачи, — всевышнего, наделяющего людей их "миссиями". Мы считаем, что это в первую очередь отличает человека религиозного: для него собственное существование — это не только ответственность за выполнение своих задач, но и ответственность перед всевышним.

Особенно трудным поиск конкретных, личностных задач представляется для людей, страдающих неврозами, поскольку такие больные, как правило, ложно определяют свои задачи. Например, одна женщина, страдающая неврозом навязчивых состояний, как могла, избегала изучения научной психологии, к которой у нее явно было призвание; при этом она старательно преувеличивала свои материнские обязанности. Используя свою житейскую психологическую интуицию, она вывела для себя теорию, по которой изучение психологии для нее оказалось "второстепенным занятием", праздной игрой болезненного сознания. И только после того, как в результате экзистенциально-аналитической работы с этой женщиной она решительно отказалась от своего ошибочного самоанализа, только тогда она смогла "познавать себя, действуя", и выполнять свои "каждодневные обязательства". Заняв подобную позицию, она обнаружила, что в состоянии заниматься и ребенком, и тем, что оказалось ее призванием.

Невротический больной обычно стремится выполнять какую-либо одну жизненную задачу в ущерб всем остальным. Типичного невротика отличают и другие виды ошибочного поведения. Например, он может решить жить, "шаг за шагом следуя задуманной программе", как сказала одна больная, страдающая обсессивным неврозом. В действительности мы не можем жить по Бедкеру, ведь в таком случае мы бы упустили все возможности, которые возникают лишь однажды, прошли бы мимо ситуативных ценностей, вместо того чтобы реализовать их.

С точки зрения экзистенциального анализа жизненной задачи "вообще" не существует, сам вопрос о задаче "вообще" или о смысле жизни "вообще" — бессмысленен. Он подобен вопросу репортера, который спросил гроссмейстера: "Ну а теперь, маэстро, скажите мне, какой самый лучший ход в шахматах?" Ни на один из подобных вопросов нельзя ответить в общем виде; мы всегда должны учитывать конкретную ситуацию и конкретного человека. Если бы гроссмейстер серьезно воспринял вопрос журналиста, он должен был бы ответить следующим образом: "Шахматист должен попытаться, насколько это в его силах и насколько позволяет противник, сделать лучший ход в любой данный момент времени". Здесь важно выделить два положения. Во-первых, "насколько это в его силах" — то есть необходимо учитывать внутренние возможности человека, то, что мы называем характером. И во-вторых, игрок может лишь "попытаться" сделать лучший в данной конкретной ситуации игры ход — то есть лучший при определенном расположении фигур на доске. Если бы шахматист начинал игру с намерением сделать лучший — в абсолютном смысле этого слова ход, его бы одолели вечные сомнения, он бы увлекся бесконечной самокритикой и в лучшем случае проиграл бы, не уложившись в отведенное ему время.

В подобной ситуации находится и человек, которого мучает вопрос о смысле жизни. Для него также подобный вопрос имеет смысл только по отношению к какой-либо конкретной ситуации и по отношению лично к нему. Было бы неправомерно с нравственной точки зрения и психологически ненормально упорствовать в намерении выполнить действие, которое соответствовало бы "наивысшей" ценности, — вместо того чтобы скромно попытаться сделать лучшее, на что человек способен в сложившейся ситуации. Стремление к лучшему для человека просто необходимо, иначе все его усилия сведутся к нулю. Но и в то же время он должен уметь довольствоваться лишь постепенным процессом приближения к цели, никогда не предполагающим ее полного достижения.

Наши замечания по вопросу о смысле жизни сводятся к радикальной критике вопроса как такового, если он поставлен в общем виде. Спрашивать о смысле жизни вообще — ложная постановка вопроса, поскольку она туманно апеллирует к общим представлениям о жизни, а не к собственному, конкретному, индивидуальному существованию каждого. Возможно, нам стоит вернуться назад и воссоздать исходную структуру переживания. В этом случае мы должны будем совершить нечто вроде революции Коперника и поставить вопрос о смысле жизни в принципиально ином ракурсе. А именно: сама жизнь (и никто иной!) задает вопросы людям. Как уже отмечалось, не человеку вопрошать об этом, более того, ему было бы полезно отдать себе отчет в том, что именно ему (и никому другому) держать ответ перед жизнью; что он вынужден быть ответственным перед ней и, наконец, что ответить *перед* жизнью можно только отвечая *за* жизнь.

Возможно, самое время сейчас отметить, что психология развития также убедительно показывает, что процесс "постижения" смысла характеризует более высокую стадию развития, чем "присвоение" уже известного, "представленного" человеку смысла (Шарлотта Бюлер). Таким образом, доводы, которые мы пытались логически развить выше, находятся в полном соответствии с направлением психологического развития: они сводятся к парадоксальной первичности ответа по отношению к вопросу. Вероятно, это основано на том, что человек ощущает себя в роли "ответчика". Проводником, ведущим человека в его ответах на вопросы, поставленные жизнью, в принятии им ответственности за свою жизнь, выступает его совесть. Негромкий, но настойчивый голос совести, которым она "говорит" с нами, — это неоспоримый факт, переживаемый каждым. И то, что подсказывает совесть, каждый раз становится нашим ответом. С психологической точки зрения религиозный человек — это тот, который воспринимает не только то, что говорится подобным образом, но и самого говорящего, то есть его слух в этом смысле острее, чем слух неверующего. В диалоге верующего с собственной совестью — в этом самом сокровенном из всех возможных монологов — его Бог становится его собеседником.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Франкл В. Человек в поисках смысла. М. 1990. Дайджест.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	3
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ У.ДЖЕЙМСА.....	15
Характеристики мышления.....	15
Личное сознание.....	15
Изменения в сознании.....	15
Непрерывное мышление.....	16
Выборы сознания.....	17
Внимание.....	17
Привычка.....	18
Чувство рациональности.....	19
У.ДЖЕЙМС. ЛИЧНОСТЬ.....	20
Познаваемый элемент в личности.....	21
Физическая личность.....	22
Социальная личность.....	23
Духовная личность.....	26
Самооценка.....	26
<i>Иерархия личностей.....</i>	<i>34</i>
<i>Телеологическое значение забот о своей личности.....</i>	<i>37</i>
БИБЛИОГРАФИЯ.....	38
ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ ЛИЧНОСТИ.....	39
Э.БЕРН. ЧТО ТАКОЕ ЧЕЛОВЕК?.....	41
Что человеку надо?.....	42
Каковы самые мощные стремления?.....	44
Проблема человека.....	47
Как люди выражают свои стремления?.....	51
Как люди обращаются со своим окружением?.....	60
Как человек растет и меняется?.....	63
Почему человек должен управлять собой?.....	67
Как человек принимает решение?.....	68
Для кого все это делается?.....	72
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ З.ФРЕЙДА.....	75
Основные представления.....	75
Психический детерминизм.....	75
Сознание, предсознание, бессознательное.....	75
Предсознание.....	76
Побуждения или инстинкты.....	76
Основные инстинкты.....	78
Либи́до и агрессивная энергия.....	79

Катексис.....	79
Структура личности.....	80
Ид.....	80
Эго.....	81
Суперэго.....	82
Отношения между тремя подсистемами.....	83
Психосексуальные стадии развития.....	83
Оральная стадия.....	84
Анальная стадия.....	84
Фаллическая стадия.....	85
Генитальная стадия.....	87
Сублимация.....	87
Препятствия росту.....	88
Тревожность.....	88
Механизмы защиты.....	89
<i>Репрессия (подавление).....</i>	89
<i>Отрицание.....</i>	90
<i>Рационализация.....</i>	90
<i>Реактивные образования.....</i>	91
<i>Проекция.....</i>	92
<i>Изоляция.....</i>	92
<i>Регрессия.....</i>	93
<i>Механизм защиты в целом.....</i>	94
3. ФРЕЙД. "Я" И "ОНО".....	94
Сознание и бессознательное.....	94
"Я" и "Оно".....	98
"Я" и "Сверх-Я" ("Идеал Я").....	105
БИБЛИОГРАФИЯ.....	114
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ К. ЮНГА.....	115
Основные представления.....	115
Ориентации: интроверсия и экстраверсия.....	115
Функции: мышление, чувство, ощущение, интуиция.....	116
Коллективное бессознательное.....	118
Архетипы.....	119
Символы.....	120
Сны.....	121
Эго.....	122
"Персона".....	123
Тень.....	123
Анима и Анимус.....	126
Самость.....	127
К. ЮНГ. О СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ.....	128

К.ЮНГ. АНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ	148
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	154
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ А.АДЛЕРА	155
Неполноценность и компенсация	155
Борьба за превосходство	155
Жизненные цели	156
Стиль жизни	157
Схема апперцепции.....	158
Творческая сила самости.....	158
Чувство общественного.....	159
Кооперация.....	160
Жизненные задачи	160
Препятствия росту.....	162
Стремление к личному превосходству.....	163
А.АДЛЕР. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ЕЕ ГИПОТЕЗЫ И РЕЗУЛЬТАТ	163
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	178
К.ХОРНИ. НЕВРОТИЧЕСКАЯ ЛИЧНОСТЬ	179
К.ХОРНИ. НАШИ ВНУТРЕННИЕ КОНФЛИКТЫ	191
Базальный конфликт.....	191
Движение к людям.....	194
Движение против людей	203
Движение от людей	211
Идеализированный образ.....	222
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	232
Э.ФРОММ. ЛИЧНОСТЬ В СОВРЕМЕННОЙ КУЛЬТУРЕ	233
Э.ФРОММ. АВТОРИТАРНАЯ ЛИЧНОСТЬ	247
Авторитаризм	249
Разрушительность	270
Автоматизированный конформизм	275
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	276
Э.БЕРН. ТРИ АСПЕКТА ЛИЧНОСТИ	277
Трансактный анализ	281
Анализ игр.....	286
Анализ сценариев	288
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	294

ПСИХОСОЦИАЛЬНАЯ КОНЦЕПЦИЯ ЛИЧНОСТИ.....	295
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ Э.ЭРИКСОНА.....	297
Доверие и недоверие.....	297
Достижение равновесия.....	298
Предприимчивость и чувство вины.....	299
Умелость и неполноценность.....	300
Кризис подросткового возраста.....	301
<i>Идентификация личности и путаница ролей.....</i>	<i>301</i>
Конфликты среднего возраста.....	303
Общечеловечность и самопоглощенность.....	303
Цельность и безнадежность.....	304
Новый вклад в психоанализ.....	304
Э.ЭРИКСОН. ЖИЗНЕННЫЙ ЦИКЛ:	
ЭПИГЕНЕЗ ИДЕНТИЧНОСТИ.....	305
Младенчество: развитие узнавания.....	305
Раннее детство: воля быть собой.....	315
Детство: антиципация ролей.....	323
Школьный возраст: идентификация с задачей.....	330
Отрочество.....	336
За идентичностью.....	342
БИБЛИОГРАФИЯ.....	348
ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ ЛИЧНОСТИ.....	349
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ К.РОДЖЕРСА.....	351
Основные представления.....	351
Поле опыта.....	351
Самость.....	352
Идеальная самость.....	352
Конгруэнтность и неконгруэнтность.....	353
Тенденция к самоактуализации.....	355
Препятствия к росту.....	356
Социальные отношения.....	358
Брак.....	359
Самость.....	361
К.РОДЖЕРС. ЧТО ЗНАЧИТ	
"СТАНОВИТЬСЯ ЧЕЛОВЕКОМ"?	363
Процесс становления.....	364
<i>Заглянуть под маску.....</i>	<i>364</i>
Открытие себя в опыте.....	368
Человек, который проявляется.....	370
Открытость опыту.....	370
Вера в свой организм.....	373
<i>Внутренний локус.....</i>	<i>374</i>
Желание существовать как процесс.....	376

Заключение	377
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	378
ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ А.МАСЛОУ	379
Основные представления	379
Самоактуализация.....	379
Исследование самоактуализации.....	379
Теория самоактуализации.....	381
Самоактуализация по Гольдштейну.....	383
"Пик переживания".....	384
"Плато переживания".....	385
Трансцендирование самоактуализации.....	385
Иерархия потребностей	386
Иерархия фундаментальных потребностей.....	387
Метамотивация.....	388
Жалобы и мета-жалобы.....	388
Дефицентная и бытийная мотивация.....	389
Дефицентное и бытийное познание.....	389
Дефицентные и бытийные ценности.....	390
Дефицентная и бытийная любовь.....	390
А.МАСЛОУ. МОТИВАЦИЯ И ЛИЧНОСТЬ	391
Более эффективное восприятие реальности и более удобные отношения с ней	392
Принятие себя, других и мира	396
Спонтанность, простота, натуральность	396
Проблемная центрация	398
Потребность в одиночестве; характер самоустранения	399
Автономность: независимость от культуры и окружения; воля, активность	401
Непосредственность оценок	402
Пиковые и мистические переживания	403
Чувство общности с человечеством	404
Межличностные отношения	405
Демократическая структура характера	406
Различение целей и средств, добра и зла	407
Философское, невразумительное чувство юмора	408
Творчество самоактуализирующихся людей	408
Устойчивость к влиянию культуры; трансцендентность по отношению к любой определенной культуре	410
Недостатки самоактуализирующихся людей	413
Ценности и самоактуализация	414
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	416
В.ФРАНКЛ. О СМЫСЛЕ ЖИЗНИ	417
<i>БИБЛИОГРАФИЯ</i>	442

Психология личности
Хрестоматия
Том 1

Редактор-составитель *Д. Я. Райгородский*
Художник *Г.А. Дудичев*
Компьютерный набор и верстка *Е.Э. Парсаданян*

Лицензия № 064457 от 22.02.96 г.

Подписано к печати с готовых диапозитивов.
Формат 84x108 1/32. Бумага типографская.
Гарнитура Петербург. Печать офсетная. Уч. печ. л. 23,52.
Тираж 10500 экз. Заказ № 6372.

Издательский Дом "БАХРАХ"
443029, г. Самара, 29, а/я 14077

Отпечатано с готовых диапозитивов
в типографии издательства "Самарский Дом печати"
443086, г. Самара, пр. К.Маркса, 201. .