

**Маслоу А. Психология бытия. – М: Рефл-бук, Киев: Ваклер, 1997. – 304 с. (Abraham H. Maslow. Toward a Psychology of Being. – Litton Education Publishing Inc., 1968).**

(выдержки)

Очень важно, чтобы каждый человек хорошо усвоил горькую истину: любое отступление от родовых добродетелей, любое преступление против своей собственной природы, любое злое деяние (все без исключения!) откладывается в нашем бессознательном и заставляет нас презирать самих себя. Карен Хорни подобрала удачное название этому происходящему в бессознательном процессе восприятия и запоминания: она сказала, что бессознательное "регистрирует".

При классическом подходе к проблемам личности их понимают как нечто нежелательное. Борьба, конфликт, чувство вины, угрызения совести, беспокойство, подавленность, разочарование, напряжение, стыд, самобичевание, комплекс неполноценности - все эти ощущения причиняют психическую боль, снижают результативность деятельности и являются неконтролируемыми. Поэтому они автоматически рассматриваются как нечто нежелательное, как "болезнь", и "заболевший" индивид должен подвергнуться скорейшему "излечению".

Тот, кто переступает через свой талант, - торгующий носками прирожденный художник, глупо проживающий жизнь умный человек, человек, знающий истину и молчащий об этом, человек, отдавший предпочтение трусости перед мужеством, - все эти люди в глубине души понимают, что изменили самим себе, и презирают себя за это. Из этого самобичевания может проистекать невроз, но оно может также привести к возрождению мужества, праведного гнева, самоуважения, если за этим следует совершение правильного поступка; короче говоря, боль и конфликт могут вылиться в развитие и совершенствование.

Американцы уже уяснили, что политическая демократия и экономическое процветание не решают нравственных проблем.

Становится все более и более ясно - то, что мы в психологии называем "нормой", на самом деле является психопатологией серости, настолько лишенной драматизма и настолько широко распространенной, что мы даже, как правило, не замечаем ее.

Моим самым исходным вопросом был вопрос о психопатогенезе: "Что делает людей невротиками?". Невроз - по самой своей сути и с самого начала - является "болезнью обездоленных"; его порождает неудовлетворенность определенных потребностей, в том смысле, в каком мы говорим о потребности в воде, аминокислотах и кальции, отсутствие которых приводит к заболеванию. Большинство неврозов вызвано, наряду с другими детерминантами, неудовлетворенными потребностями в безопасности, сопричастности, любви, уважении и признании.

Здоровые люди определяются посредством их клинически наблюдаемых характеристик. Вот эти показатели:

1. Высшая степень восприятия реальности.
2. Более развитая способность принимать себя, других и мир в целом такими, какими они есть на самом деле.
3. Повышенная спонтанность.
4. Более развитая способность сосредоточиваться на проблеме.
5. Более выраженная отстраненность и явное стремление к уединению.
6. Более выраженная автономность и противостояние приобщению к какой-то одной культуре.
7. Большая свежесть восприятия и богатство эмоциональных реакций.
8. Более частые прорывы на пик переживания.

9. Более сильное отождествление себя со всем родом человеческим.
10. Изменения (клиницисты сказали бы "улучшения") в межличностных отношениях.
11. Более демократичная структура характера.
12. Высокие творческие способности.
13. Определенные изменения в системе ценностей.

Самореализующиеся люди наслаждаются и самой жизнью вообще, и практически всеми ее аспектами, в то время как остальные люди в большинстве своем наслаждаются лишь отдельными моментами триумфа, достижения цели или высшими пиками переживаний.

Одной из основных черт "заинтересованного" и направленного на получение удовлетворения отношения к другим людям является взаимозаменяемость партнеров. Например, если девочка-подросток нуждается в восхищении ею как таковой, то ей нет особой разницы, кто является ее обожателем; один обожатель ничем не хуже другого. То же относится и к возлюбленному, и к защитнику. С точки зрения удовлетворения потребностей человека вещи видятся с позиции возможности их подчинения, эксплуатации и использования. Так мясник смотрит на готовую к разделке тушу.

Наиболее эффективный способ проникновения в суть природы вещей – это, скорее восприятие, чем активность, готовность, насколько это возможно, в большей мере подчинять свое восприятие внутренней структуре воспринимаемого объекта, и меньше – своей собственной природе. Такое отстраненное, даосское, пассивное, неагрессивное осознание всех одновременно существующих аспектов конкретной реальности во многом напоминает некоторые описания эстетического и мистического переживания. Суть их одна и та же. Видим ли мы реальный, конкретный мир или же мы видим только созданную нами же систему категорий, мотивов, ожиданий и абстракций, которую мы проецировали на реальный мир? Или, грубо говоря, "зрячие" мы или "слепцы"?

Парадоксальность этой ситуации отчасти заключается в том, что на самом деле и "плохой" выбор для невротика может быть "хорошим" или, по крайней мере, понятным и даже необходимым с точки зрения его (невротической) динамики. Попытка устранения функционального невротического синдрома либо посредством силы, либо путем слишком лобового противодействия или разоблачения, либо через стрессовую ситуацию, которая разрушает возведенную индивидом защиту от слишком болезненных озарений, может сокрушить и саму личность.

Невроз – это "вечный двигатель" самосохранения; то же самое можно сказать и о структуре характера. Мы можем либо всю жизнь ждать возможности доказать такому человеку, что его система не срабатывает, например, позволив ему рухнуть под ударами невроза, либо помочь ему в развитии, уважая и понимая как его потребность в восполнении дефицита, так и его потребность в развитии.

С нашей точки зрения, из всех открытий Фрейда самым замечательным является то, что причиной многих психологических заболеваний является боязнь человека познать самого себя – понять свои эмоции, импульсы, воспоминания, способности, потенциальные возможности, свое назначение. Мы обнаружили, что страх познать самого себя зачастую является изоморфным и параллельным страху перед внешним миром. То есть суть внутренних и внешних проблем одна и та же, и они связаны между собой.

Наш миф об Адаме и Еве, с его Древом Познания, к плодам которого нельзя прикасаться, имеет аналоги во многих других культурах, где абсолютное знание также считается прерогативой богов. В большинстве религий прослеживается аспект антиинтеллектуализма, тенденция предпочитать веру знанию или убеждение, что определенные формы знания слишком опасны, чтобы каждый мог совать в них свой нос, а потому доступ к ним должен быть запрещен или открыт только очень немногим избранным.

Каждый из наших великих творцов, наших богоподобных людей, говорил об известной отваге, необходимой одиночке в момент творения, утверждения чего-то нового, противоречащего старому. Это дерзновение, способность "выйти из строя", когда все стоят на месте, вызов, открытие в себе большого таланта должно, конечно, воодушевлять человека, но оно приносит с собой также страх перед опасностью, ответственностью и долгом лидера, уделом которого является одиночество. Представьте себе смятение чувств, ужас, растерянность, даже панику, о которых нам поведали люди, побеждавшие на президентских выборах.

Раб, открыто проявляющий стремление к познанию, может вызвать гнев хозяина. В таких случаях распространенным защитным приемом является псевдотупость. В любом случае, эксплуататор или тиран, в силу динамики ситуации, вряд ли будет поощрять любопытство и стремление к знаниям у зависящих от него людей. Человек, который знает слишком много, - вероятный бунтовщик. И эксплуатируемый, и эксплуататор не могут не рассматривать знание как вещь, несовместимую с послушанием хорошего раба. В такой ситуации знание - это опасная, очень опасная вещь. Слабое или подчиненное положение, или не очень уважительное отношение к самому себе притупляют потребность в знаниях. Прямой, немигающий взгляд - это основной прием, которым обезьяна-вожак устанавливает свое господство. Характерная черта других членов стаи - опущенные глаза.

Немцам, жившим поблизости от концлагеря Дахау, было безопаснее не знать, что там происходит, быть "слепцами" или псевдодураками. Ибо, если бы они знали, что там происходит, то им пришлось бы действовать или испытывать чувство вины за свое малодушие.