

МАСТЕРАПСИХОЛОГИИ

Альфред Адлер

НАУКА ЖИТЬ



Альфред Адлер

Наука жить

Серия «Мастера психологии (Питер)»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=65408016

А. Адлер. Наука жить: ООО Издательство «Питер»; Санкт-

Петербург; 2021

ISBN 978-5-4461-1726-0

Аннотация

Альфред Адлер, один из близких друзей и последователей Зигмунда Фрейда, основал новое направление в психологии и психотерапии – индивидуальную психологию.

Адлер предполагал, что у каждого человека есть свой стиль жизни, и если его точно определить, то можно с уверенностью предсказать, что с человеком будет происходить. Кто-то не может справиться с депрессиями и постепенно угасает, а кто-то преодолевает себя и добивается значительных результатов. Почему так происходит? На эти вопросы Адлер подробно отвечает в своей книге «Наука жить». Он рассматривает жизнь человека как целостность, относясь к каждой реакции, каждому движению и импульсу как к важной части индивидуальной установки, через которую можно увидеть все пространство судьбы.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

Содержание

Об авторе и его работе	5
Глава 1. Наука жить	27
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Альфред Адлер

Наука жить

Alfred Adler

The Science of Living

© ООО Издательство «Питер», 2021

© Серия «Мастера психологии», 2021

* * *

Об авторе и его работе

Работа доктора Альфреда Адлера является научной и общей по своему методу, но по сути представляет собой исследование отдельных личностей, которыми все мы являемся, и поэтому называется индивидуальной психологией. Предмет исследования этой психологии – конкретные, уникальные, отдельно взятые человеческие существа, и по-настоящему научиться ей можно у мужчин, женщин и детей, которых мы встречаем в своей жизни.

Высочайшая значимость этого вклада в современную психологию обусловлена той манерой, в какой он показывает, как все движения души сходятся воедино на благо индивидуума, как все его способности и стремления оказываются направлены к одной цели. Это позволяет нам проникнуть в идеи, трудности, усилия и разочарования близких нам людей, помогая получить полную и живую картину каждого из них как личности. В данной координирующей идее заключена определенная завершенность, во многом схожая с прочным фундаментом. Никогда прежде не существовало метода столь строгого и вместе с тем гибкого, способного следовать колебаниям самой подвижной, изменчивой и неуловимой из всех реальностей – человеческой души.

Поскольку Адлер рассматривает не только науку, но и сам интеллект как результат коллективных усилий человечества,

мы увидим, что его представление о собственном уникальном вкладе в значительной степени ограничивается рамками признания его коллег, прошлых и современных. Поэтому будет полезно принять во внимание связь Адлера с направлением, получившим название «психоанализ», – и прежде всего вспомнить (хотя бы кратко) те философские импульсы, которые вдохновили движение психоанализа в целом.

Концепция бессознательного как жизненно важной, биологической памяти характерна для всей современной психологии. Однако Фрейд, изначально специализировавшийся на истерии, рассматривал воспоминания об успехе или неудаче в сексуальной жизни как нечто первостепенно и практически единственно значимое для человека. Юнг, гениальный психиатр, попытался расширить этот огорчительно узкий взгляд, стремясь раскрыть сверхиндивидуальные или расовые воспоминания, которые, как он считает, оказывают такое же влияние на жизнь, как сексуальность или ценности более высокого порядка.

Альфреду Адлеру, врачу с широким общим опытом, удалось более прочно связать концепцию бессознательного с биологической реальностью. Будучи представителем первоначальной школы психоанализа, он проделал большую работу при помощи этого метода анализа воспоминаний – от сгущенного эмоционального состояния к ясности и объективности. Вместе с тем он показал, что целостная структура памяти у каждого индивидуума уникальна. Индивидуумы не

формируют свои бессознательные воспоминания вокруг одного и того же центрального мотива (например, только вокруг сексуальности).

У каждого индивидуума имеется собственный способ отбора переживаний из широкого спектра возможных. Каков принцип такого отбора? По мнению Адлера, в самом общем смысле это – врожденное осознание потребности, некоей специфической неполноценности, которая должна быть компенсирована. Это как если бы каждая душа осознавала свою целостную физическую реальность и была сконцентрирована, вплоть до изматывающей настойчивости, на том, чтобы добиться устранения имеющихся дефектов.

Таким образом, вся жизнь отдельного человека, например, могла бы быть интерпретирована как борьба за достижение непосредственного превосходства каким-либо образом (например, как глухой человек борется за то, чтобы компенсировать отсутствие слуха). Все это весьма непросто, так как совокупность дефектов может порождать constellation соответствующих идей; кроме того, в случае конкретной человеческой жизни нам приходится иметь дело с воображаемыми неполноценностями и самыми эксцентрическими устремлениями, но даже здесь принцип остается тем же.

Сексуальная жизнь, которая отнюдь не определяет все возможные действия, идеально вписывается в рамки этих более важных устремлений, так как находится в первую очередь под контролем эмоций, а эмоции формируются всей

жизненной историей человека. Так, фрейдистский анализ дает правдивое представление о сексуальных последствиях отдельной жизни, но данный диагноз является точным только в этом смысле.

Впервые было отмечено, что психология уходит своими корнями в биологию. Движения души и развитие разума рассматриваются как объекты, изначально контролируемые стремлением компенсировать органические дефекты или подчиненное положение. Все, что есть исключительного или индивидуального в характере живого существа, возникает таким образом. Этот принцип является общим для людей и животных – возможно, даже и для царства растений; и особые способности видов следует рассматривать как происходящие из переживания дефектов и неполноценности в процессе взаимодействия с окружающей средой – переживания, которое в результате было успешно компенсировано активностью, развитием и внутренним устройством.

В идее компенсации как биологического принципа нет ничего нового, так как уже давно известно, что организм чрезмерно развивает одни органы для компенсации увечий, полученных другими. Если, например, одна почка перестает функционировать, то другая развивается сверх обычной нормы до тех пор, пока не начнет выполнять работу обеих; если имеется утечка в сердечном клапане, то весь орган увеличивается, чтобы восполнить потерю эффективности; когда нервная ткань разрушается, соседние ткани другого вида

пытаются взять на себя ее функции.

Примеры того, каким бывает компенсаторное развитие всего организма в ответ на перегрузку или критическую ситуацию в любом конкретном виде деятельности, весьма многочисленны и хорошо известны, поэтому здесь мы приводить их не будем. Однако именно доктор Адлер первым полностью перенес этот принцип в психологию в качестве фундаментальной идеи и продемонстрировал, какую роль он играет в развитии души и интеллекта.

Адлер рекомендует изучать индивидуальную психологию представителям не только врачебных, но и других специальностей, в особенности учителям. Иметь общее понятие о психологии в наше время необходимо каждому, и это понятие порой приходится защищать от распространенных убеждений в том, что современной психологической науке присуща нездоровая концентрация ума на проявлениях болезни и страдания. Действительно, работы по психоанализу выявили самые основные, всеобъемлющие пороки современного общества. Тем не менее сейчас речь идет не о созерцании наших недостатков, а о том, что нам необходимо учиться на них. До недавнего времени мы пытались жить так, как будто человеческая душа не являлась реальностью, как будто было возможно построить цивилизованную жизнь, не считаясь с истинами, сокрытыми в психике. То, что предлагает Адлер, представляет собой не универсальное исследование психопатологии, а практическую реформу общества и куль-

туры в соответствии с позитивной и научной психологией, базовые принципы которой он заложил. Однако все это вряд ли исполнимо, если мы слишком боимся правды. Более ясное понимание правильных целей в жизни, крайне важное для всех нас, не может быть достигнуто без более глубокого понимания в том числе и тех заблуждений, в которые мы оказываемся вовлечены. Мы можем не испытывать желания знать уродливые факты, но чем более правдиво наше представление о жизни, чем отчетливее мы способны осознать безусловные ошибки, грозящие разрушить ее, точно так же, как сосредоточенный свет четко очерчивает тень.

Позитивная психология, полезная для человеческой жизни, не может происходить только из психических феноменов, и еще менее – из проявлений патологии. Здесь необходим регулирующий принцип, и Адлер не уклонялся от этой необходимости, признавая за логикой нашего существования в социуме практически абсолютную метафизическую обоснованность.

Усвоив этот принцип, мы должны перейти к оценке психологии индивидуума по отношению к нему. Тот способ, которым внутренняя жизнь индивидуума бывает связана с общественной жизнью, находит выражение в трех «жизненных установках», как называют обобщенные реакции человека на *социум, работу и любовь*.

Любой человек, будь то мужчина или женщина, в состоянии понять – исходя из тех чувств, которые он испыты-

вает к *обществу* в целом и к отдельным его членам, – каким количеством социальной смелости он обладает. Чувство неполноценности всегда проявляется в ощущении страха или неуверенности в присутствии посторонних, независимо от того, какой вид оно принимает внешне: робости, неповиновения, сдержанности или повышенной тревожности.

Всякое выражение скрытой подозрительности или враждебности, неопределенная настороженность или стремление замкнуться в себе, определяя стиль взаимоотношений индивидуума и общества, свидетельствуют об одной и той же тенденции – к уходу от реальности, который, в свою очередь, препятствует самоутверждению. Идеальное или, скорее, *нормальное* отношение к обществу – это непринужденное и естественное допущение равенства всех его членов, на которое не способны повлиять какие-либо сиюминутные изменения. Социальная смелость напрямую зависит от этого ощущения безопасного членства в человеческой семье, которое, в свою очередь, определяется гармонией в собственной жизни человека. По характеру собственных чувств, испытываемых к соседям, жителям своего города, представителям своей национальности и других народов (даже по собственным реакциям, возникающим во время чтения о них в газете), человек может сделать вывод о том, насколько стабильна и эмоционально устойчива его душа.

Отношение к *работе* непосредственно зависит от ощущения собственной безопасности в обществе. В ходе занятия,

посредством которого человек зарабатывает свою долю социальных благ и привилегий, он вынужден сталкиваться с логикой социальных потребностей. Если его ощущение слабости или отдаленности от общества слишком велико, оно может сделать человека неспособным верить в то, что его самооценку когда-либо будет признана. И тогда он вряд ли станет работать ради признания, напротив, он будет избегать риска, работая только ради денег или каких-либо преимуществ, подавляя собственное мнение о том, каким могло бы быть его подлинное служение обществу. В таком случае он всегда боится предоставлять другим лучшее (или требовать это лучшее от них), опасаясь, что оно не окупится. Либо он всю свою жизнь находится в поиске своеобразной тихой экономической «завоуди», где он может делать что-то именно так, как ему нравится, совершенно не заботясь о какой-либо общественной полезности или доходе. В обоих случаях страдает не только общество, которое не получает наилучших услуг: индивидуум, не достигший должной социальной значимости, также испытывает глубокую неудовлетворенность. Современный мир полон людей, как успешных, так и неуспешных в житейском смысле, которые находятся в открытом конфликте с собственной профессией. Они не верят в нее и – с некоторой долей справедливости – винят социальные и экономические условия; однако фактом является также и то, что им часто не хватало смелости бороться за более высокую стоимость своей экономической функции.

Они боятся заявить о своем праве отдавать то, что было им по-настоящему дорого, или же чувствуют презрение к той службе, которая требовалась от них обществом.

В результате такие люди предпочитают преследовать собственную выгоду в порядке личной инициативы или даже тайно. Безусловно, нельзя не признать, что наше общество устроено отнюдь не идеальным образом, и это не только подчас приводит человека к неправильным выводам, но и становится ощутимым препятствием для индивидуума, который решился все-таки исполнить свою истинную социальную миссию. Однако именно это ощущение борьбы за право проявить себя с лучшей стороны нужно индивидууму не меньше, чем обществу – польза от его деятельности. Невозможно любить призвание, которое не обеспечивает некоторого переживания победы над трудностями, а не просто компромисса с ними.

Третья из этих жизненных установок – отношение к любви – определяет ход эротической жизни. Если две предыдущие жизненные установки – отношение к обществу и к работе – организованы правильно, то последняя налаживается сама по себе. Если же они искажены и неправильны, то отношение к любви невозможно улучшить отдельно от них. Например, можно вполне плодотворно размышлять о том, как улучшить социальные связи и свои успехи в профессиональной деятельности, однако концентрация мысли на личных сексуальных проблемах почти наверняка только ухудшит си-

туаацию. Дело в том, что данная область является в большей степени сферой результатов, чем причин. Человек, который терпит поражение в обычной социальной жизни или же не получает удовлетворения от результатов своей работы, обычно действует в сексуальной сфере так, как будто пытается получить компенсацию за те типы проявлений, которые ему не удаются в остальных областях. Такой взгляд является наилучшим способом понять любые сексуальные причуды, вне зависимости от того, касаются ли они только самого индивидуума, унижают ли его сексуального партнера или же каким-либо образом искажают половой инстинкт в целом. Дружеские отношения индивидуума – это тоже неотъемлемая часть чувственной жизни в широком смысле этого слова, однако не потому, что (как были уверены первые психоаналитики) дружба является сублимацией сексуального влечения, а как раз наоборот. Компульсивное сексуальное поведение – секс как неподчиняющийся психический фактор – представляет собой ненормальную замену той интимности привычной нам дружеской связи, которая дает нам жизненную энергию, и гомосексуализм всегда является следствием неспособности к любви.

Значение и ценность, которые мы придаем различному чувственному опыту, также тесно связаны с эротической жизнью, и творчество многих прекрасных поэтов тому подтверждение. Наши чувства по отношению к природе, наша реакция на красоту моря и суши, на смыслы, сокрытые в

изменчивости форм, звуков и красок, а также наша уверенность в себе перед лицом бури и мглы – все это связано с нашей надежностью в близких отношениях.

Таким образом, эстетическая жизнь во всей совокупности ее значений для искусства и культуры в конечном счете проистекает из социальной смелости и интеллектуального вклада отдельных индивидуумов.

Мы не должны рассматривать общественное сознание как нечто создаваемое с приложением больших усилий. В действительности оно является столь же естественным и врожденным, как и сам эгоизм, и, будучи одним из законов жизни, имеет главенствующее значение. Нам же требуется не создавать, а всего лишь освободить его там, где оно подавлено. В этом и заключается принцип сохранения жизненной энергии, точнее, то, как он проявляется в нашей реальной жизни. Если кто-либо полагает, будто работа водителей автобусов, железнодорожников и молочников будет выполняться так же успешно, если они не станут руководствоваться в значительной степени инстинктивным общественным сознанием, то такого человека следует заподозрить в том, что у него наличествует в высшей степени невротическая схема апперцепции.

Основным подавляющим фактором здесь выступает, говоря откровенно, огромное человеческое тщеславие, которое вдобавок является настолько трудноуловимым, что ни один профессиональный психолог до Адлера не сумел его

продемонстрировать, хотя некоторые люди искусства интуитивно осознавали его вездесущность.

Неожиданно (как это, впрочем, нередко бывает) выяснилось, что многие заштатные журналисты или мелкие продавцы, не говоря уже о сильных мира сего, обладают таким честолюбием, которого в свое время с лихвой хватило для того, чтобы привести к падению архангела!¹ Каждое отдельное переживание своего подчиненного положения, наполнявшее горечью его взаимодействие с окружающим миром, подпитывало его мечты о величии еще одним богоподобным утверждением до тех пор, пока фантазия не раздулась настолько, что заставила его жаждать не просто превосходства в этом мире для своего успокоения, но создания совершенно нового мира – и, следовательно, исключительной власти над ним в качестве бога. Это поразительное разоблачение сокровенных, глубинных тайн человеческой природы убедительно подтверждается внимательным изучением случаев практического проявления честолюбия, какими бы наполеоновскими они ни казались на первый взгляд. Однако еще

¹ Сатана когда-то был одним из самых могущественных архангелов, он ярко светил на небесах. Однако он позволил гордости и ревности к Богу взять верх над нравственной силой. Он решил восстать против Бога и завоевать высшую силу небес для себя. Организованная война привела к его падению, за собой он увел и множество других ангелов, которые встали на его сторону и в результате стали демонами. Как главный лжец, Люцифер искажает духовную истину с целью увести как можно больше людей от пути к Богу. (<https://taynoeznanie.com/angelologiya/lyutsifer-ego-bratya-mihail-i-gavriil-ih-istoriya>, дата обращения: 20.03.2021). – *Примеч. ред.*

более удивительными и наглядными являются примеры пассивного сопротивления, прокрастинации и симуляции, так как именно они показывают наиболее определенно, что индивидуум, который чувствует себя болезненно неспособным доминировать в реальном мире, будет попросту отказываться сотрудничать с ним (и неважно, насколько это будет невыгодно ему самому): частично для того, чтобы сконцентрировать свою власть в более узкой сфере, а частично – из-за совершенно иррациональной убежденности, будто этот самый реальный мир, оставшийся без его божественной помощи, в один прекрасный день разрушится и сожмется до тех крошечных масштабов, которые он сам себе в состоянии вообразить².

Таким образом, возникает вопрос: как мы должны действовать, зная об этой тенденции человеческой души к злоупотреблению тщеславием, и не увеличиваем ли мы общее количество тщеславия в мире, предполагая, что сами-то являемся чудесными исключениями из удручающего правила?

Адлер отвечает, что мы должны сохранять определенное отношение ко всему нашему жизненному опыту, которое он называет отношением «пятьдесят на пятьдесят». Наша концепция нормального поведения должна заключаться в том,

² Если это кажется преувеличением, можно вспомнить о том факте, что практически все самые закрытые секты, религиозные и светские, верят в мировую катастрофу: мир, от которого они изолировались и который отчаялись наставить на путь истинный, должен быть разрушен, и выживет только та его часть, которая будет разделять их убеждения.

чтобы позволить миру или обществу (или отдельным личностям, с которыми мы сталкиваемся) быть тем или иным образом на равных с нами. Мы не должны недооценивать ни себя, ни наше окружение – но, полагая, что каждая из взаимодействующих сторон наполовину права, признавать в равной мере реальность как свою, так и всех остальных. Это относится не только к контактам с другими людьми, но и к нашим внутренним реакциям по отношению к дождливой погоде, праздникам или тем удобствам, которые мы не можем себе позволить, и даже к автобусу, на который мы только что опоздали.

При правильном подходе это вовсе не образец трудного и неприятного смирения. В действительности это великое утверждение собственной значимости, подкрепленной точно таким же правом на собственную реальность и влияние, какое имеет весь остальной окружающий мир, – в любом из своих возможных проявлений. Претендовать на меньшее – ложная скромность, потому что результаты, получаемые нами из любого контакта, на половину своей реальности зависят от того способа, которым мы осуществляем этот контакт. Любому индивидууму необходимо признавать свое участие во всем, что происходит с ним, как половину самого себя.

Часто этому совету особенно трудно следовать в отношении профессии. В своей работе люди, как правило, имеют дело с более обнаженной реальностью, чем это обычно допускается в социальной жизни; зачастую практически невоз-

можно допустить равную правомерность собственных целей и условий неорганизованного мира. Сделать же это означает признать, что данные условия – каковы они есть – являются реальной проблемой человека и, по существу, надлежащей сферой его деятельности. Разделение труда, логичное и полезное по своей сути, позволило свойственной человеку мании величия создать абсолютно ложное неравенство, различия и несправедливость. В результате мы живем в экономическом беспорядке, который с огромным трудом удерживается от полного распада. В столь безумных условиях лучшим из людей нередко бывает трудно противостоять собственной натуре с должной настойчивостью, в равной степени признавая ее реальность и работая над ее реформированием. Они испытывают постоянный соблазн примириться с беспорядком посредством какого-либо внутреннего умственного маневра или посвятить себя поверхностным мерам, маскирующим настоящую проблему; иногда они относятся к своей трудовой жизни как к неизбежному осквернению чем-то по определению недостойным, не догадываясь, что подобное отношение делает их высокомерными, надменными и в самом широком смысле беспринципными. Мало кому приходит в голову, что правильно было бы заключить союз на разумных основаниях с другими, находящимися в столь же затруднительном положении и практикующими ту же профессию, и уже совместными усилиями отстаивать собственную общественную полезность, попутно совершенствуя ее; тем

не менее это единственный способ для индивидуума примириться со своей экономической функцией. Многие из тех, кто жалуется на условия, преобладающие в их работе, не делают ничего для того, чтобы обустроить ее как достойную составляющую человеческой жизни, и даже не задумываются о том, чтобы объявить бой анархическому индивидуализму, который на самом деле ведет их к гибели.

Индивидуальная психология заявляет как категорический императив, что долг каждого человека – неустанно стремиться к тому, чтобы возвысить свою профессию, какой бы она ни была, до безусловных идеалов братства, дружбы, социального единства, скрепленного мощным моральным духом сотрудничества; если же человек не хочет этого делать, то его собственное психологическое состояние является весьма ненадежным. Без сомнения, в наше время во многих профессиях данная задача очень трудновыполнима. Тем более необходимо обратить самое пристальное внимание на достижение интеграции. Ведь работа человека никогда не освободит силы его духа, если он не приложит специальных усилий в широком смысле слова к тому, чтобы сделать ее подлинным выражением своей сущности; и каждый должен считать свою профессиональную деятельность не только исполнительной сферой, в которой он обладает определенной независимостью действий, но и законодательной сферой, в которой он волен определять направление этих действий. В деловой жизни человека отношение «пять-

десять на пятьдесят» ведет в равной степени к признанию реальности и к борьбе с ней единственным реалистичным методом, который неизбежно представляет собой сотрудничество.

Педагогические принципы индивидуальной психологии, в максимальной степени надежные, бесполезны без этой практической работы по социальной организации. То, что было написано о долге индивидуума в его профессиональной деятельности, в равной степени относится и ко всей его социальной функции. Поясним: функция человеческой личности подразумевает активное членство в своей нации и во всем человечестве, не говоря уже о своей семье. Существует своеобразный парламент, который никогда не прекращает работу и решениям которого обязаны беспрекословно подчиняться любые отдельные, специализированные сообщества – будь то учебные, торговые заведения и все остальные человеческие объединения во всех уголках земного шара. Это Парламент человека, в котором каждое слово или взгляд, исполненный вежливости или взаимных упреков, мудрости или безумия, имеет свою меру важности в делах человеческого рода.

В интересах каждого из нас сделать это обширное сообщество более единым, а его дискуссии – более понятными, ибо существование любого человека представляет собой в той или иной степени его отражение. Когда все его совещания заканчиваются миром, атмосфера в обществе улучша-

ется, здоровье и благосостояние повышаются, искусства и образование процветают; когда его дискуссии проходят под покровом тайны и подозрений, работа терпит провал, люди голодают и дети чахнут. В результате его откровенных разногласий мы и вовсе погибаем миллионами. Все его распоряжения, согласно которым мы живем или умираем, растем или увядаем, содержатся в наших индивидуальных установках по отношению ко всему окружающему миру в любых жизненных ситуациях и условиях.

Когда мы сталкиваемся в реальной жизни с этим фактом связи всех людей между собой и их взаимной ответственности, возникает естественный вопрос: что нам следует думать о внутреннем замешательстве невротика? Что оно представляет собой: простое сужение сферы интересов либо результат чрезмерной концентрации на определенных персональных или субъективных достижениях? Как правило, невротик ставит собственную жизнь и цели выше жизни и целей окружающих, демонстрируя таким образом полное отсутствие интереса к масштабным, общественным ценностям. Самое парадоксальное в том, что зачастую у невротика имеются грандиозные планы спасения себя и других. Он достаточно умен, чтобы попытаться компенсировать ощущение изоляции и бессилия в обществе за счет фантазии о своей преувеличенной важности и полезной активности. Он может желать реформировать образование, положить конец войне, установить всемирное братство или создать новую культуру;

может даже замышлять или вступать в сообщества, провозглашающие подобные цели. Неудивительно, что он терпит фиаско в достижении этих целей: всему виной отсутствие у него прочного, реального контакта с другими людьми – и с жизнью в целом. Это как если бы такой человек занял позицию где-нибудь за пределами жизни и пытался управлять ею при помощи какой-то необъяснимой магии.

Современная жизнь – в особенности городская с ее интеллектуализмом – дает невротiku неограниченный простор для компенсации его действительной необщительности с помощью воображаемого мессианства. В результате мы получаем разобщенный народ, который многочисленные спасители сплотить не в состоянии, ибо сами не умеют общаться.

На самом же деле необходимо нечто другое. Дело не в том, что индивидуум должен отвергнуть мессианство, так как определенная доля ответственности за будущее всего человечества действительно лежит на каждом из нас. Необходимо только, чтобы любой человек имел разумную точку зрения относительно своей способности спасти общество, адекватно оценивая собственные силы. Для этого ему нужно объективно оценить свои социальные связи и свои профессиональные занятия – действительно ли они имеют всемирное значение, ведь в любом случае они заключают в себе единственно возможный и существующий для данного индивидуума мир. Если они хаотичны или неправильны, то лишь потому, что в опыте своей повседневной жизни мы

не относимся к ним как к феноменам всемирного значения. Иногда мы и в самом деле считаем их очень важными, но только для себя лично.

Такую тенденцию современного человека к сужению сферы интересов – как в практическом отношении, так и в высшем, идеальном смысле – очень трудно преодолеть, потому что она усиливается схемой апперцепции. По этой причине индивидуум, как правило, не в состоянии справиться с данной задачей, за исключением очень редких случаев. Ему необходима консультация с носителями других взглядов, причем совершенно особая консультация. Решение воспринимать свое непосредственное окружение и ежедневные действия так, как если бы они имели высшую значимость в жизни, немедленно приводит индивидуума к столкновению с собственным внутренним сопротивлением, а зачастую – еще и с внешними трудностями, которые он не может сразу же осознать должным образом (и которые никто другой не способен правильно оценить, если только не проводит такой же эксперимент). Следовательно, практика индивидуальной психологии требует, чтобы изучающие ее подвергали самих себя внимательному исследованию и каждый из них оценивался другими как целостная личность. Подобную практику, направленную на первопричину ложного индивидуализма, который лежит в основе любого невроза, разумеется, весьма непросто начать. Однако от ее успеха зависит будущее психоанализа как одной из определяющих сил в жизни обще-

ства – за пределами клиник и кабинетов врачей.

В Вене работа таких групп уже приносит пользу в образовательном процессе. Сотрудничество, которое было налажено между учителями и практикующими врачами, произвело революцию в работе некоторых школ и помогло добиться взаимодействия учителей и учеников, а также самих учеников между собой, что, в свою очередь, позволило избавить многих детей от криминальных тенденций, скуки и лени. Аннулирование соревнования и развитие поощрения, как оказалось, высвобождают энергию учеников и учителей. Эти изменения уже начали влиять и на жизнь их семей, которая обязательно становится предметом изучения, как только разговор заходит о психическом здоровье ребенка. Образование, разумеется, является первой, но не единственной сферой жизни, в которую следует вмешиваться таким группам. Деловым и политическим кругам, которые переживают кризис современной жизни наиболее остро, необходимо оживление с помощью надежного знания о человеческой природе – явлении, о котором они уже успели основательно забыть.

В расчете на эту работу по высвобождению новой энергии для повседневной жизни и ее реформированию Альфред Адлер и основал Международное общество индивидуальной психологии. Культуру поведения современного человека, которую это общество уже начало пропагандировать, можно ошибочно принять за привычную всем этику, если бы не две характерные ее особенности: практические результа-

ты и опора на научный метод. В своем реалистичном восприятии социальной природы всех проблем индивидуума и бескомпромиссной демонстрации единства здоровья и гармоничного поведения Адлер вплотную приблизился к китайским мыслителям. Если западный мир еще не зашел слишком далеко и еще в состоянии применить его труд себе на пользу, то доктор Адлер вполне может стать известным как Конфуций Запада.

Филипп Мерэ

Глава 1. Наука жить

Только наука, которая напрямую связана с жизнью, является настоящей наукой: так утверждал великий философ Уильям Джеймс. Можно также сказать, что в науке, которая напрямую связана с жизнью, теория и практика становятся неотделимы друг от друга. Наука о жизни становится наукой жить именно потому, что она создает себя по образцу движения жизни. Подобные соображения оказываются в особенности справедливы по отношению к индивидуальной психологии. Эта наука старается смотреть на человеческую жизнь как на нечто целое, воспринимая каждую отдельную реакцию, каждое движение и импульс как проявленную часть индивидуальной установки по отношению к жизни. Такая наука неизбежно ориентирована на практический смысл, ведь с помощью знаний мы можем исправить и поменять наши установки. Таким образом, индивидуальная психология является вдвойне *пророческой*: она не просто предсказывает, что случится, но и, подобно пророку Ионе, предупреждает, что *случится*, именно для того, чтобы этого *не случилось*.

Индивидуальная психология развилась из усилия понять загадочную творческую силу жизни – ту силу, которая выражается в желании развиваться, преодолевать сложности и достигать целей, а также компенсировать поражение в одной сфере за счет стремления к успеху в другой. Эта сила являет-

ся *телеологической* : она воплощается в направленности к цели, и в этой направленности каждое телесное и психическое движение совершается с опорой на сотрудничество. Абсурдно изучать телесные движения и ментальные состояния абстрактно, вне связи с индивидуумом как целым. Абсурдным, например, является то, что в криминальной психологии мы обычно уделяем намного больше внимания преступлению, чем преступнику. Значение имеет как раз преступник, а не само преступление, независимо от того, как долго мы наблюдаем преступное деяние, ведь мы никогда не постигнем суть криминального проявления, если не посмотрим на него как на эпизод из жизни конкретного индивидуума. Внешне одинаковые деяния могут оказаться преступными в одном случае и совершенно не быть преступными в другом. Важно понять индивидуальный контекст – цель жизни индивидуума, которая и определяет направление всех его действий и движений. Данная цель позволит нам постичь скрытое значение разных отдельных действий: мы будем воспринимать их как части целого. Аналогичным образом, изучая части (при условии, что мы изучаем их как части целого), мы лучше понимаем целое.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.