

КАК
ОТКРЫТЬ
ВЫСШИЕ
ЦЕННОСТИ
В СЕБЕ
И В МИРЕ

АБРАХАМ МАСЛОУ

НОВЫЕ РУБЕЖИ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ПРИРОДЫ

АНФ
Академия наук и культуры


СМЫСЛ

Абрахам Маслоу

**Новые рубежи
человеческой природы**

«Альпина Диджитал»

2011

Маслоу А. Х.

Новые рубежи человеческой природы / А. Х. Маслоу —
«Альпина Диджитал», 2011

Последняя книга Абрахама Маслоу – основателя и лидера гуманистической психологии, открывшего новые перспективы психологического понимания человека и оказавшего огромное влияние на изменение облика психологической науки во второй половине XX века. Психологам, психотерапевтам, воспитателям, представителям всех областей человекознания.

© Маслоу А. Х., 2011

© Альпина Диджитал, 2011

Содержание

К читателю	6
Часть I.	8
1. К гуманистической биологии	8
«Хорошие экземпляры» и «статистика растущей верхушки»	9
Гуманистическая биология и хорошее общество	11
«Хороший экземпляр» выбирает пути для всех	11
Соотношение души и тела	13
Даосистская объективность и классическая объективность	16
Проблема Больших Проблем	18
Предсказание будущего	21
2. Невроз как неудача личностного роста	23
Слова-сплавы	24
Полная человечность	24
Снижение человечности	26
Субъективная биология	26
Внутренние сигналы	27
Комплекс Ионы	29
Конец ознакомительного фрагмента.	32

Абрахам Маслоу

Новые рубежи человеческой природы

Научное редактирование и предисловие Г. А. Балл, А. В. Киричук, Д. А. Леонтьев

Редакторы О. В. Квасова, М. А. Шилина

Руководитель проекта И. Серёгина

Корректоры Н. Степина, Н. Самбу

Верстальщики О. Кокорева, Е. Сенцова

Дизайнер обложки И. Южанина

© Перевод на русский язык, послесловие, оформление.

ООО «Научно-производственная фирма "Смысл"», 1998

© Издание на русском языке. ООО «Альпина нон-фикшн», 2011

© Электронное издание. ООО «Альпина Пабlishер», 2012

Все права защищены. Никакая часть электронного экземпляра этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

К читателю

В ряду достижений человеческого духа, обогащающих мировую науку и культуру, заметное место занимает гуманистическая психология, сформировавшаяся в США и получившая признание во всем мире в последней трети XX в. Не отказываясь от использования результатов, полученных в рамках таких наиболее влиятельных в первой половине столетия направлений, как фрейдизм и бихевиоризм, психологи-гуманисты в то же время провозгласили приоритетную направленность на изучение человеческого в человеке – его высших, сущностных, специфически человеческих проявлений. Они отбросили свойственное этим направлениям преувеличение роли низших влечений или внешних воздействий в поведении и психическом развитии человека. В противовес этому гуманистическая психология подчеркивает значение собственной творческой активности субъекта и исследует условия, способствующие ее разворачиванию. Интенсивный теоретический поиск, направленный на выработку нового образа человека, новой концепции человеческой личности, органически сочетается у психологов-гуманистов с оказанием конкретной помощи людям путем консультирования, психотерапии, усовершенствования деятельности в области образования, менеджмента, профилактики антиобщественного поведения и т. д. Для гражданской позиции психологов-гуманистов характерны отрицание тоталитаризма, национальной и классовой ограниченности, ориентация на усовершенствование общества через усовершенствование отдельных людей и наоборот – улучшение людей через создание благоприятных условий для их развития. Тем самым психологам-гуманистам лучше других удалось избежать крайностей в ответе на этот вопрос, когда слишком большие надежды в достижении высот личностного развития возлагают то на переустройство общества (что характерно для марксистов), то на нравственное самоусовершенствование (что типично для религиозного мировоззрения). С точки зрения гуманистической психологии, гуманизация социальных институтов и личностный рост – это процессы, взаимно обуславливающие друг друга.

К числу основателей и ярчайших представителей гуманистической психологии принадлежит Абрахам Харольд Маслоу (1908–1970). Выходец из семьи бедных еврейских эмигрантов из Киева, он стал одним из виднейших психологов Соединенных Штатов и мира. Начав с исследований социального поведения приматов, Маслоу довольно быстро переключился на человека, поместив в центр своих исследований предмет, которому психологи ранее не уделяли должного внимания, а именно здоровую, сильную личность, которая «самоактуализируется», наиболее полно раскрывая свои потенциальные возможности. Хотя, определяя качества такой личности, Маслоу ориентировался преимущественно на людей, достигших успеха в той или иной сфере творческой деятельности, он исходил из того, что путь самоактуализации в принципе открыт любому человеку и надо стремиться к созданию внешних и внутренних условий, которые сделают реальным движение в этом направлении. Значительное внимание Маслоу уделял проблемам образования, воспитания, профессиональной ориентации, выяснению способов стимулирования процессов самоактуализации развивающейся личности.

Маслоу не очень сильно заботился о стопроцентной научной строгости и доказательности эмпирических данных, которыми он подкреплял свои теоретические рассуждения. Он был прежде всего теоретиком-новатором, видевшим новые перспективы психологической науки и разворачивавшим эти перспективы перед психологами. Он смотрел в завтрашний день психологии, ее, выражаясь словами Л. С. Выготского, «зону ближайшего развития», и поэтому его книги, вышедшие тридцать и более лет назад, сохранили свою актуальность и их блеск не померк – Маслоу не устарел, он по-прежнему впереди.

Но Маслоу был не просто теоретиком, но идеологом, идейным лидером гуманистически мыслящих психологов Запада. Именно вокруг него в первую очередь сплотился тот кружок,

который вырос через некоторое время в Американскую ассоциацию за гуманистическую психологию, а она, в свою очередь, – в мощное социальное движение. Недаром гуманистическую психологию прозвали «Третьей силой», понимая под первыми двумя бихевиоризм и психоанализ. Избрание Маслоу в 1968 г. президентом Американской психологической ассоциации означало окончательное признание влияния этой силы.

«Новые рубежи человеческой природы» – последняя, наиболее новаторская и смелая книга Маслоу. Эта книга полна идей, важных как для профессиональной деятельности педагога, психолога-практика, руководителя на производстве (вообще всякого, кто работает с людьми), так и для решения личных проблем, стоящих перед каждым человеком. Педагогов, несомненно, заинтересует развиваемая Мас-лоу идея «идеального колледжа» – учреждения, помогающего личности найти себя; профессиональное самоопределение трактуется при этом как производное от личностного. Не менее важны мысли Маслоу, касающиеся психологических механизмов творчества и психологических препятствий, мешающих ему развернуться, а также обеспечения синергии (гармоничного разрешения противоречий) на индивидуальном и социальном уровне. С воодушевлением описывает Мас-лоу самоактуализирующихся личностей высшего уровня, достигающих трансценденции (преодоления) противоречий, терзающих большинство людей (например, дихотомии эгоизма и альтруизма). Блистательная теория мотивации впервые в психологии вводит в круг психологических детерминант поведения зрелой личности высшие ценности, не редуцируя их к чему-то более примитивному.

В настоящее издание включены также в качестве приложения сокращенные переводы глав из научно-популярной книги Ф. Гобла «Третья сила: Психология Абрахама Маслоу» (ее рукопись получила одобрительную оценку самого Маслоу). Читатель познакомится в них с местом гуманистической психологии среди наиболее влиятельных психологических школ; с сущностью разработанной Маслоу теории мотивации, явившейся его важнейшим вкладом в психологическую науку; с фундаментальными для концепции Маслоу понятиями о пиковых переживаниях, о психологическом (личностном) росте, о самоактуализации личности; с применением принципов гуманистической психологии в педагогической области, а также в сфере бизнеса.

Вовсе не обязательно во всем соглашаться с Маслоу. Ему можно поставить в упрек, например, ориентацию на чересчур «розовый» образ человека, недостаточное (в противовес чрезмерному в психоанализе) внимание к противоречиям, дисгармониям, пограничным с патологией состояниям, характерным, как известно, для многих творческих, в том числе выдающихся, личностей. С Маслоу можно (а кое в чем, вероятно, и нужно) спорить. Вместе с тем – не говоря уже о научной и общественной значимости полученных им результатов – при чтении его книг нельзя не поддаться обаянию этого человека, сочетавшего мудрость мыслителя с поистине юношеской увлеченностью избранным делом. Но ведь и дело того стоит: речь идет ни мало ни много о научных основах достижения самой благородной цели – максимального раскрытия творческих возможностей каждой человеческой личности.

*А. Киричук,
действительный член Академии педагогических наук Украины,
Г. Балл,
доктор психологических наук,
Д. Леонтьев,
доктор психологических наук.*

Часть I.

Здоровье и патология

1. К гуманистической биологии

1

Мои искания в психологии заставляли меня двигаться во всевозможных направлениях. Некоторые из них выходили за пределы обычной психологии – по крайней мере, в том ее понимании, какому я был обучен.

В тридцатые годы, заинтересовавшись определенными психологическими проблемами, я обнаружил, что их нельзя разрешить или успешно разрабатывать в рамках классической для того времени науки (бихевиористской, позитивистской, естественно-научной – свободной от ценностей, механистической психологии). Чтобы найти ответ на возникавшие у меня закономерные вопросы, потребовалось изобрести другой подход к психологическим проблемам. Постепенно этот подход превратился в общую философию психологии и науки вообще, религии, труда, менеджмента, а теперь и биологии. По сути он стал мировоззрением.

Психология сегодня, в сущности, разорвана и расколота на три (или больше) отдельных науки, не общающиеся между собой, поделенные между отдельными группами ученых. Первая – это бихевиористская, объективистская, механистическая, позитивистская группа. Вторая – это целый «куст» психологий, берущих начало от З. Фрейда и психоанализа. И третья – это гуманистические направления, или «третья сила», как называли эту группу, предлагающую единую философию, способную сплотить разъединенные доселе группы. Именно об этой третьей психологии я и хочу говорить. Исходя из того, что эта третья психология включает в себя первую и вторую, я «изобрел» слова «эпи-бихевиористская» и «эпи-фрейдистская» (греческое «эпи» означает «над»). Такой подход позволяет также избежать характерной для студентов дихотомической ориентации, когда надо, например, быть либо «за Фрейда», либо «против Фрейда». Лично я и фрейдист, и бихевиорист, и гуманист, и к тому же еще разрабатываю то, что может быть названо четвертой психологией – психологией трансценденции.

Я говорю здесь от своего собственного имени. Даже некоторые из представителей гуманистической психологии склонны видеть себя в оппозиции бихевиоризму и психоанализу, вместо того, чтобы включать эти направления психологии в более широкую структуру. Полагаю, что в своем увлечении непосредственным опытом, переживанием такие психологи балансируют где-то на грани антинаучного и даже антирационального. Однако поскольку я считаю, что переживание – это только начало знания (необходимое, но не достаточное), и возлагаю единственную и последнюю надежду на совершенствование знания, то есть на существенное расширение науки, то *предпочитаю* говорить только от себя. Я лично избрал для себя путь «свободного мышления», теоретизирования, игры предчувствий и интуиции и, вообще, попыток предвидеть будущее – именно этим преимущественно занимаются первопроходцы, разведчики, новаторы в отличие от тех, кто должен применять, оценивать, проверять, подтверждать. Конечно, именно эти последние виды деятельности составляют становой хребет науки. И все же было

¹ В основу данной главы положены заметки, составленные в марте – апреле 1968 г. по просьбе директора Солковского института биологических исследований (Salk Institute of Biological studies). Я надеялся при этом, что они смогут помочь в движении от лишнего ценностей технологизирования к гуманистически ориентированной философии биологии. Оставляя в стороне все очевидные пограничные вопросы биологии, я сосредоточился на том, чем, как мне кажется, пренебрегают или что неправильно толкуют – если рассматривать все это со специфической позиции психолога.

бы большой ошибкой, если бы ученые видели свою задачу *лишь только* в проверке и подтверждении.

Первопроходец, творец, исследователь неведомого – это обычно не группа, а человек, в одиночку борющийся со своими внутренними конфликтами, страхами, психологическими защитами от высокомерия и гордости, даже от паранойи. Он должен обладать мужеством, не бояться «высовываться», даже не бояться делать ошибки, хорошо сознавая, что он, по словам М. Полани, азартный игрок, выступающий с утверждениями в отсутствие фактов и затем тратящий годы, выясняя, были ли верны его предчувствия. Если он обладает хоть каким-то здравым смыслом, то, конечно, пугается своих собственных идей, своей безрассудной отваги и хорошо сознает, что утверждает то, что не может доказать.

Именно в этом смысле я высказываю здесь свои личные интуитивные решения и утверждения.

Полагаю, что от проблемы нормативной биологии нельзя уйти, хотя при этом и ставится под вопрос вся история и философия западной науки. Я убежден, что свободная от ценностей, ценностно нейтральная, избегающая ценностей модель науки, унаследованная нами от физики, химии и астрономии, где было необходимо обеспечить чистоту данных и одновременно отстранить церковь от научных дел, совершенно не подходит для изучения жизни. Еще более драматичной оказывается неприспособленность науки для выяснения вопросов, касающихся человека, где учет личностных ценностей и целей, намерений и планов играет решающую роль в понимании людей даже применительно к классическим целям науки – предсказанию и управлению.

В области эволюционной теории не утихают ожесточенные споры по поводу направленности, целей, телеологии, витализма, финальных причин и т. п. Мне представляется, что в этих спорах много путаницы. Вместе с тем хочу отметить, что обсуждение тех же проблем на уровне психологии человека позволяет высказаться более ясно и определенно.

Можно отстаивать ту или иную точку зрения в споре по поводу аутогенезиса в эволюции или того, может ли ее направление определяться сочетанием чистых случайностей. Но такая роскошь уже невозможна, когда мы имеем дело с человеческими индивидами. Абсолютно невозможно утверждать, что человек становится хорошим врачом по чистой случайности: в наше время подобные представления перестали принимать всерьез. Что касается меня, то я ушел от подобного рода дебатов по поводу механического детерминизма, не считая нужным даже вступать в спор.

«Хорошие экземпляры» и «статистика растущей верхушки»

Я предлагаю для обсуждения и, возможно, для проведения исследований использование отобранных «хороших экземпляров» (можно сказать, «экземпляров высшего качества») как биологических образцов для изучения наивысших возможностей, которыми обладает человеческий род. Приведу несколько примеров. В ходе исследований обнаружилось, что самоактуализирующиеся люди (то есть психологически здоровые, психологически «наилучшие») лучше воспринимают и познают. Это может проявиться даже на сенсорном уровне; например, меня бы не удивило, если бы оказалось, что они тоньше различают цветовые оттенки и т. п. Неоконченный эксперимент, который я однажды организовал, мог бы служить моделью для этого типа экспериментирования по принципу «биологических образцов». План состоял в том, чтобы полностью протестировать всех студентов, зачисленных на новый поток в Брэндейский университет, используя при этом наилучшие доступные в то время методики, в том числе психиатрические интервью, проективные тесты, тесты успешности (performance) и т. д.; затем предполагалось отобрать 2 % выборки наиболее здоровых в психологическом отношении, 2 % – наименее здоровых и 2 % – «средних». Планировалось предложить этим трем группам бата-

рею, содержащую около 20 сенсорных, перцептивных и когнитивных методик для того, чтобы проверить вывод, полученный ранее клиническим персонологическим путем, а именно: более здоровые психологически люди демонстрируют также лучшее восприятие реальности. Я предполагал, что эта идея получит подтверждение. Мой план предусматривал, что наблюдение за отобранными людьми не ограничится четырьмя годами учебы в колледже (где я мог бы сопоставить начальный рейтинг, сделанный на основе тестов, с фактической успешностью учебы и достижениями в разных областях университетской жизни). Полезным казалось организовать лонгитюдное исследование, которое проводилось бы лонгитюд-но организованной исследовательской бригадой, чье существование не ограничивалось сроком жизни одного поколения. Идея состояла в поиске окончательного подтверждения наших представлений о психологическом здоровье путем исследований членов группы на протяжении всего их жизненного пути. Некоторые вопросы были на поверхности, например, долголетие, сопротивляемость психосоматическим расстройствам, инфекциям и т. д. Мы ожидали также, что осуществление программы позволит обнаружить характеристики, которые нельзя было предсказать. По своему духу это исследование было подобно тому, которое провел Льюис Термен около 40 лет назад, когда он отобрал в Калифорнии детей с высоким коэффициентом интеллекта и затем тестировал их многими способами, причем это осуществлялось на протяжении последующих десятилетий вплоть до настоящего времени. Его общий вывод состоял в том, что дети, отобранные на основании превосходства в интеллекте, превосходят остальных и во всем прочем. Важнейшее обобщение, с которым связано имя Л. Термена, – это то, что все позитивные качества человека положительно коррелируют между собой.

Описываемый тип исследовательского проекта означает сдвиг в наших представлениях о статистике и особенно о теории выборок. Я открыто отстаиваю здесь подход, который я называю «статистикой растущей верхушки»; это название отражает тот факт, что именно в растущей верхушке растения более всего проявляется процесс его развития.

Если я задаю вопрос: «Что могут люди?», – то отношу его к маленькой избранной группе носителей высших достижений, а не ко всему населению. Основную причину того, что гедонистические теории ценностей и соответствующие этические теории оказывались на протяжении всей истории в проигрыше, я вижу в том, что философы смешивали вместе удовольствия, порожденные патологическими мотивами, и удовольствия, порожденные здоровыми мотивами; в получившемся «среднем» уже нельзя было различить больных и здоровых, хороших и плохих, биологически сильных и биологически слабых индивидов, тех, кто делает хороший выбор, и тех, кто делает плохой.

Если мы хотим ответить на вопрос, насколько может вырасти человек, то обязательно надо найти людей, которые уже выше других, и изучить их. Если мы хотим знать, насколько быстро может бежать человек, то незачем усреднять скорость индивидов, составляющих «хорошую выборку» из человеческой популяции; гораздо лучше собрать олимпийских чемпионов и посмотреть, как они могут бегать. Если же мы хотим выяснить имеющиеся у человека возможности духовного роста, ценностного или нравственного развития, то я считаю, что мы можем узнать это лучше всего, изучая наиболее нравственных, наиболее приближающихся к идеалу святости людей.

В целом, я думаю, правильно будет сказать, что человеческая история – это хроника попыток подрыва авторитета человеческой природы. Ее наивысшие возможности практически всегда недооценивались. Даже в тех случаях, когда «хорошие экземпляры» – святые, мудрецы, великие лидеры – были доступны для изучения, слишком часто срабатывало искушение приписывать их достижения не человеческой природе, а сверхъестественному дару, которым они наделены.

Гуманистическая биология и хорошее общество

Сегодня вполне ясно, что актуализация наивысших человеческих потенций возможна – в массовом масштабе – только при «хороших условиях». Или, попросту говоря, хорошим человеческим экземплярам требуется обычно хорошее общество для своего роста. Соответственно, я думаю, должно быть ясно, что нормативная философия биологии должна включать теорию хорошего общества, определенного согласно принципу: «Хорошо то общество, которое благоприятствует наиболее полному развитию человеческих потенций, наиболее полной степени человечности». Видимо, это может слегка испугать классического биолога описательного склада: ведь он привык избегать таких слов, как «хороший» и «плохой». Но, немного подумав, обнаруживаешь, что нечто в этом роде уже считается само собой разумеющимся в некоторых классических областях биологии. Например, общепринято, что гены можно считать «потенциями», которые актуализируются или нет в зависимости от того, что их окружает в самой зародышевой плазме, в цитоплазме, во всем организме и в географической среде, где находится организм.

Обратившись к одной из линий экспериментирования (она описана в статье о химической и анатомической пластичности мозга, опубликованной в 1964 г. в журнале «Science»), мы можем утверждать (применительно к белым крысам, обезьянам и людям), что стимулирующее окружение на ранних этапах жизни индивида оказывает на развитие коры головного мозга особое влияние в том направлении, которое мы обычно называем желательным. Исследования поведения приматов в лаборатории Г. Харлоу ведут к тому же выводу. Изолированные животные утрачивают ряд способностей, и существует момент, после которого такие потери часто оказываются необратимыми. Можно привести и такой пример: в лабораториях Джексона в Бар-Харборе было установлено, что собаки, которым разрешают свободно, не вступая в контакт с людьми, бегать стаями на обширной территории, теряют способность к одомашниванию.

Наконец, если дети в Индии, как сейчас пишут, страдают от необратимых поражений мозга, вызванных недостатком белка в их питании, и если согласиться с тем, что политическая система Индии, ее история, экономика и культура сыграли свою роль в том, что эта нищета имеет место, – то ясно, что человеческие экземпляры нуждаются в хорошем обществе, которое позволило бы им актуализировать себя в качестве хороших экземпляров.

Можно ли представить себе философию биологии развивающейся в социальной изоляции? Может ли она быть политически совершенно нейтральной, не быть утопической или эвпсихической, реформистской или революционной? Я не считаю, конечно, что задача биолога требует перехода к социальным действиям. Я полагаю, что это дело личного вкуса, и я знаю некоторых биологов, которые, досадуя, что их знания остаются невостребованными, берутся за политическую реализацию своих открытий. Но, помимо всего этого, мое непосредственное предложение биологам состоит в том, чтобы они признали: если они приняли нормативный подход к человеку или другим биологическим видам, иначе говоря, если они считают своей обязанностью развитие хороших экземпляров, то в равной мере их научным долгом становится изучение тех условий, которые приводят к развитию хорошего экземпляра, а также тех, которые тормозят такое развитие. Само собой разумеется, это означает выход из лаборатории в общество.

«Хороший экземпляр» выбирает пути для всех

В ходе своих длительных исследований, начавшихся еще в тридцатые годы, я убедился в том, что наиболее здоровые в психологическом плане люди (или наиболее творческие, или наиболее сильные, или наиболее мудрые, или наиболее близкие к идеалу святости) могут играть

роль биологических образцов (или, можно сказать, передовых разведчиков, или высокочувствительных индикаторов) и сообщать нам, менее чувствительным, что на самом деле для нас ценно. Я имею в виду примерно следующее. Достаточно легко, скажем, отобрать людей, весьма чувствительных к цветам и формам, а затем положиться на их суждения по поводу цветов, форм, тканей, мебели и т. п. и научиться следовать этим суждениям. Мой опыт говорит о том, что, если я и не буду докучать тем, кто обладает более совершенным восприятием, я все же могу уверенно предсказать: то, что нравится им уже сейчас, я постепенно, может быть, через месяц или два, тоже оценю. Это как если бы они были мною, но только более чувствительным или в меньшей мере подверженным сомнениям, смущению и неуверенности. Я могу использовать их, так сказать, в качестве своих экспертов – подобно тому как коллекционеры произведений искусства нанимают экспертов-искусствоведов, чтобы те помогли им в покупках. (Эту уверенность поддержала появившаяся в 1968 г. в журнале «Психология сегодня» («Psychology Today») статья, автор которой – И. Чайлд (*Child*, 1968) – показывает, что опытные и квалифицированные художники имеют сходные вкусы, причем вне зависимости от их культурной принадлежности.) Предполагаю также, что те высокочувствительные индивиды, о которых я говорю, меньше подвержены колебаниям моды, чем среднестатистические люди.

Аналогичным образом обнаружилось, что если отобрать психологически здоровых людей, мы увидим: то, что им нравится сейчас, *станет* нравиться среднестатистическим людям позже. Аристотель ясно выразился: хорошо *на самом деле* то, что считает хорошим достойный человек.

К примеру, эмпирически установленной характеристикой самоактуализирующихся людей является то, что они испытывают гораздо меньше сомнений в отношении правильного и неправильного, чем среднестатистические люди. Их не смущает, если 95 % населения не согласны с ними. И можно добавить, что, по крайней мере в изученной мною группе, ее члены проявляют тенденцию к согласию по поводу того, что правильно и что неправильно, как если бы воспринимали некую сверхчеловеческую реальность, а не сравнивали субъективные и относительные вкусы. Словом, используя их как «оценщиков ценностей», я научился у них тому, что такое высшие ценности. Или, иначе говоря, я научился вот чему: то, что ценят великие люди, я, вероятно, признаю, стану ценить, воспринимать как ценное в некотором внеличностном смысле и это, вероятно, найдет подтверждение в «данных».

Моя теория метамотивации (см. главу 23) в конечном счете основана на следующей операции: были взяты люди, достигшие высшего уровня, в том числе в восприятии не только фактов, но и ценностей, и затем выбранные ими высшие ценности рассматривались как возможные высшие ценности всего человеческого рода.

Почти намеренно я занимаю здесь провоцирующую позицию. При желании я мог бы высказаться гораздо более невинным образом, попросту задавая вопросы: «Если вы отберете психологически здоровых индивидов, то что они предпочтут? Что будет мотивировать их? За что они будут бороться? Что они будут ценить?». Но я предпочитаю здесь идти напролом. Я намеренно ставлю перед биологами (так же, как перед психологами и учеными в области социальных наук) вопросы, касающиеся нормативности и ценностей.

Вероятно, полезно выразить то же самое несколько иначе. Если (как это, по-моему, было в достаточной мере показано) человек представляет собой выбирающее, решающее, ищущее животное, то вопрос об осуществлении выборов и принятии решений неизбежно должен затрагиваться при любой попытке дать определение человеку как биологическому виду. Но осуществление выборов и принятие решений различаются по своему качеству, мудрости, эффективности. Тогда спрашивается: кто выбирает хорошо? Откуда он приходит? Какова история его жизни? Можем ли мы обучать этому умению? Что мешает этому? Что помогает этому?

Это, конечно, попросту новые формы старых философских вопросов: «Кто такой мудрец? Что он представляет собой?». А также – старых аксиологических вопросов: «Что есть хорошее? Что есть желательное? *Что должно желать?*».

Я хочу еще раз обратить внимание на то, что в нашей биологической истории мы пришли к такому моменту, когда должны принять на себя ответственность за свою собственную эволюцию. Мы стали «самозволюционирующими». Эволюция предполагает отбор, а следовательно, выбор и принятие решений; это, в свою очередь, предполагает оценивание.

Соотношение души и тела

Мне кажется, что мы находимся перед новым скачком в установлении связи субъективной жизни с внешними объективными показателями. Существующие новые показатели позволяют ожидать громадного скачка вперед в изучении нервной системы.

Чтобы объяснить эти ожидания и подготовку к будущим исследованиям, достаточно двух примеров. В одном из исследований, ныне широко известном, Дж. Олдс (*Olds*, 1955) обнаружил с помощью электродов, вживленных в септальную область головного мозга, что там находится настоящий «центр удовольствия». Когда для белой крысы были организованы такие условия, что она могла стимулировать свой мозг через эти электроды, она повторяла самостимуляцию вновь и вновь – пока электроды находились в этом центре удовольствия. Нет необходимости добавлять, что зоны неприятных ощущений или боли также были открыты и что при подсоединении электродов к ним животное, получив возможность стимулировать себя, отказывалось делать это. Что же касается стимуляции центра удовольствия, то она явно была настолько «ценной» (или желательной, или подкрепляющей, или вознаграждающей, или доставляющей удовольствие – можно найти и другие слова для описания этой ситуации), что животное отказывалось от любого из известных реальных внешних удовольствий – от пищи, от секса, от всего что угодно. У нас сейчас достаточно параллельных данных, касающихся человека, чтобы предположить наличие у него субъективных переживаний удовольствия, которые могут быть получены таким же образом. Работы в этом направлении только начались, но уже удалось разграничить различные «центры» такого рода. Выделены центры сна, пищевого насыщения, сексуальной стимуляции и сексуального насыщения и т. д.

Если мы объединим этот тип исследования с другим, например с представленным в работе Дж. Камия (*Kamiya*, 1968), то откроются новые возможности. Дж. Камия, работая с электроэнцефалограммой (ЭЭГ) и оперантным обусловливанием, давал испытуемому сигнал визуальной обратной связи, когда частота альфа-ритма в его ЭЭГ достигала определенного значения. При этом, благодаря тому, что испытуемым была предоставлена возможность соотносить внешнее событие или сигнал с субъективно ощущаемым состоянием, они смогли произвольно управлять своей ЭЭГ. Дж. Камия показал, что человек способен приводить частоту своих альфа-волн к определенному желательному уровню.

Плодотворной и вдохновляющей в данном случае является закономерность, открытая совершенно случайно: приведение частоты альфа-волн к определенному уровню может формировать у испытуемого состояние безмятежности, созерцательности, даже счастья. Некоторые дальнейшие исследования, проведенные с людьми, овладевшими восточными методиками созерцания и медитации, показывают, что они спонтанно порождают электроэнцефалограммы, подобные тем «безмятежным» ЭЭГ, которым Дж. Камия сумел обучить своих испытуемых. Иначе говоря, уже есть возможность обучать людей испытывать счастье и безмятежность. Революционные последствия этого – не только для совершенствования людей, но также для биологической и психологической теории – многочисленны и очевидны. Имеется достаточно исследовательских проектов, чтобы занять на ближайшее столетие легионы ученых. В конце концов,

проблема соотношения психики (или души) и тела, до сего времени считавшаяся неразрешимой, становится теперь предметом конкретной работы.

Данные, подобные вышеприведенным, имеют решающее значение для проблемы нормативной биологии. Очевидно, теперь можно сказать, что здоровый организм сам дает ясные и громкие сигналы относительно того, что он, организм, предпочитает, или выбирает, или признает желательным положением дел. Будет ли слишком большой натяжкой назвать это «ценностями»? Внутренними, в биологическом смысле, ценностями? Инстинктоподобными ценностями? Если мы высказываем описательное утверждение: «Лабораторная крыса, когда ей предоставлен выбор между нажатием двух кнопок, обеспечивающих самостимулирование, практически все время нажимает кнопку, связанную с центром удовольствия, предпочитая ее любой другой кнопке, вызывающей появление стимулов или обеспечивающих самостимулирование», – то отличается ли это утверждение чем-то существенным от фразы: «Крыса предпочитает самостимулирование своего центра удовольствия»?

Я должен сказать, что для меня неважно, пользуюсь я словом «ценности» или нет. Можно, конечно, описать все, что я описал, не употребляя этого слова. Возможно, в плане научной стратегии или, по меньшей мере, стратегии общения между учеными и общественностью, было бы более дипломатично *не* вносить путаницы разговорами о ценностях. По сути, я считаю это несущественным. Важно, однако, принять всерьез новые успехи психологии и биологии в изучении выборов, предпочтений, подкреплений, вознаграждений и т. д.

Необходимо отметить также, что в исследованиях и теоретизировании подобного типа мы сталкиваемся с логическим кругом. Он наиболее очевиден применительно к человеку, но я предполагаю, что эта проблема возникнет и при исследовании животных. Речь идет о замкнутом круге, заключенном в высказываниях типа: «Хороший экземпляр или здоровое животное выбирает или предпочитает то-то и то-то». Что нам делать с тем фактом, что садисты, извращенцы, мазохисты, гомосексуалисты, невротики, психотики, самоубийцы осуществляют другие выборы, чем «здоровые люди»? Не сопоставить ли эту дилемму с тем, что лабораторные животные с удаленными надпочечниками осуществляют иные выборы, чем так называемые «нормальные» животные? Хотелось бы пояснить, что я не считаю эту проблему неразрешимой, думаю лишь, что ее надо учитывать и решать, а не избегать или игнорировать. Среди людей очень легко отобрать «здоровых» лиц с помощью психиатрических и психологических тестов, а *затем* показать, что люди, получившие такой-то и такой-то результат, скажем, по тесту Роршаха или по тесту интеллекта, будут осуществлять и хорошие выборы пищи в кафетериях. Критерий отбора, таким образом, существенно отличается от поведенческого. Вполне возможно также и, с моей точки зрения, весьма вероятно, что с помощью неврологического самостимулирования можно будет показать, что так называемые «удовольствия» извращений, или убийства, или садизма, или фетишизма – это не «удовольствия» в том смысле, с которым мы встречаемся в экспериментах Дж. Олдса или Дж. Камия. Собственно, мы уже знаем это, пользуясь своими субъективными психиатрическими методиками. Любой опытный психотерапевт раньше или позже приходит к пониманию того, что за невротическим «удовольствием» или извращениями в действительности стоит очень много страданий, боли и страха. В плане самой субъективной реальности мы знаем об этом от людей, испытавших как нездоровые, так и здоровые удовольствия. Они практически всегда говорят, что предпочитают последнее и готовы содрогнуться, вспоминая первые. К. Уилсон (*Wilson*, 1963) ясно показал, что лица, совершающие половые преступления, обладают вовсе не сильными сексуальными реакциями, а весьма слабыми. Л. Киркендэл в книге «Добрачные связи и межличностные отношения» (*Kirkendall*, 1961) также показывает субъективное превосходство секса, сопряженного с любовью, над сексом без любви.

Я сейчас работаю над одной группой следствий, вытекающих из гуманистически-психологической точки зрения, которая очерчена выше. Эта работа может послужить и прояснению

радикальных следствий гуманистической философии биологии. Определенно можно сказать, что рассматриваемый подход (вместе с данными, на которые он опирается) говорит в пользу саморегуляции, самоуправления, автономного выбора организма. Организм в большей мере, чем предполагали столетие назад, обладает тенденцией к выбору здоровья, роста, биологического успеха. Учет этого приводит в общем к антиавторитарной, направленной против внешнего контроля позиции. Для меня это означает возврат к серьезному рассмотрению даосистской позиции не только в том виде, в котором она выражена в современных экологических и этологических исследованиях, научивших нас не вмешиваться и не управлять. Применительно к человеку эта позиция требует также больше доверять внутренним импульсам ребенка к психологическому росту и самоактуализации, что означает больший акцент на спонтанность и автономию, чем на предсказания и внешнее управление. Перефразируя главное положение моей книги «Психология науки» (*Maslow, 1966a*), можно высказаться следующим образом.

В свете фактов, подобных вышеописанным, можем ли мы всерьез продолжать определять цели науки как предсказание и управление? Почти каждый мог бы утверждать прямо противоположное – во всяком случае, применительно к человеку. Хотим ли мы сами быть предсказанными или предсказуемыми? Управляемыми и доступными для управления? Я не пойду так далеко, чтобы утверждать, будто вопрос о свободе воли обязательно должен быть привлечен сюда в своей старой и классической философской форме, но утверждаю, что здесь возникают и требуют разрешения вопросы, связанные с субъективным чувством свободы (в противоположность детерминированности), с самостоятельным (а не управляемым извне) выбором и т. д. Во всяком случае, я могу определенно сказать, что психологически здоровые люди не любят, чтобы ими управляли. Они предпочитают чувствовать себя свободными и быть ими.

Еще одно общее следствие рассматриваемого способа мышления заключается в том, что неизбежно трансформируется образ ученого – не только в его собственных глазах, но и в глазах всего населения. Уже имеются данные (*Mead, Metraux, 1957*), говорящие о том, что, например, ученицы средней школы думают об ученых как о чудовищах и боятся их. Школьницы не видят в ученых, скажем, потенциальных хороших мужей. По-моему, это не просто следствие голливудских фильмов о «сумасшедшем ученом»; в этом образе есть нечто реальное и оправданное, хоть и очень преувеличенное. Факт состоит в том, что классической концепции науки соответствует человек управляющий, человек командующий, человек, манипулирующий людьми, животными, вещами. Он хозяин того, что становится объектом его внимания. Эта картина еще яснее применительно к «образу врача». На полусознательном или бессознательном уровне врач обычно воспринимается как хозяин, как управляющий, режущий, избавляющий от боли и т. д. Он определенно является боссом, властью, экспертом, тем, кто командует и говорит людям, что делать. Думаю, что этот образ нынче более всего вредит психологам; студенты колледжей очень часто считают их манипуляторами, лгунами, скрывающими правду и управляющими людьми.

А что если признать, что организм обладает «биологической мудростью»? Если мы научимся больше доверять ему как самостоятельному, самоуправляемому и самостоятельно выбирающему, то, несомненно, как ученые (не говоря уже о врачах, учителях или даже родителях) должны будем сделать свой образ в большей мере даосистским. Это единственное приходящее мне на ум слово, сжато описывающее многие элементы образа более гуманного ученого. Даосистский означает скорее спрашивающий, чем говорящий; не вмешивающийся; не управляющий. Даосистский подход делает упор на невмешивающемся наблюдении, а не на управляющем манипулировании, является созерцательным и пассивным, а не активным и насильственным. Здесь уместно вспомнить поговорку: «Чтобы узнать что-то об утках, лучше послушать их кряканье, чем говорить самому». То же касается и рода человеческого: оптимальный метод узнать, что является для людей наилучшим, – прислушаться к их мнению об этом.

Фактически, по такой модели работает хороший психотерапевт. Его сознательные усилия направлены не на то, чтобы навязать пациенту свою волю, а на то, чтобы помочь пациенту, – не осознающему или лишь частично осознающему и не умеющему выразить себя, – открыть, что находится внутри *него*, пациента. Психотерапевт помогает ему понять, чего он сам хочет, что хорошо для него, пациента, а не для психотерапевта. Это противоположно управлению, пропаганде, формированию, обучению в старом смысле и явно опирается на выводы и допущения, о которых упоминалось выше. Должен, однако, заметить, что очень редко на практике появляется уверенность в движении большинства индивидов в направлении здоровья, ожидание того, что они предпочтут здоровье болезни; убежденность в том, что состояние субъективного благополучия служит показателем того, что «является наилучшим для индивида». Этот подход отдает предпочтение спонтанности перед управлением, доверию к организму – перед недоверием. Предполагается, что индивид хочет быть полноценным человеком, а не больным, страдающим или мертвым. В тех же случаях, когда психотерапевты обнаруживают желание смерти, мазохистские желания, поведение, ведущее к собственному поражению, саморазрушающее поведение, – мы научились видеть в этом нечто «болезненное» в том смысле, что сам индивид, если когда-нибудь испытает иное, более здоровое состояние, предпочтет его своей боли. Некоторые из нас фактически заходят так далеко, что рассматривают мазохизм, суицидальные побуждения, самонаказание и т. п. как глупое, неэффективное, неуклюжее движение наощупь в том же направлении – к здоровью.

Нечто очень похожее справедливо для нового образа даосистского учителя, даосистского родителя, даосистско-го друга, даосистского любовника и, наконец, даосистско-го ученого.

Даосистская объективность и классическая объективность

2

Классическая концепция объективности восходит к ранним этапам научного подхода к предметам как к безжизненным объектам изучения. Мы были объективны, когда исключали наши собственные желания, страхи и надежды из наблюдения (и когда исключали также предполагаемые желания и планы Высшего Божества). Это было большим шагом в познании и сделало возможной современную науку. Не следует, однако, пренебрегать тем фактом, что этот тип объективности и беспристрастности работает очень хорошо для бездушных объектов и даже с низшими организмами – здесь мы также в достаточной мере дистанцированы, не вовлечены, так что можем быть относительно невмешивающимися наблюдателями. Для нас не имеет сколько-нибудь существенного значения, по какому пути будет двигаться амеба или какую пищу предпочтет гидра. Такая беспристрастность становится все более трудной по мере подъема по филогенетической «лестнице». Мы очень хорошо знаем, как легко – имея дело с собаками или кошками, а тем более с обезьянами – стать на путь антропоморфизма, проецируя на животных желания, страхи, надежды, предрассудки наблюдающего за ними человека. Когда же мы переходим к изучению людей, очевидно, что практически невозможно оставаться хладнокровным, спокойным, отстраненным, невовлеченным, невмешивающимся наблюдателем. В свете сегодняшних психологических данных отстаивать позицию такого наблюдателя становится невыносимым.

Любой достаточно искушенный исследователь в области социальных наук знает, что он должен выяснить свои собственные предрассудки и предвзятые мнения *перед тем*, как начинать работу с какой-либо социальной или культурной группой. Это один из способов избежать предвзятых суждений – знать о них заранее.

² Полнее эта тема рассматривается в моей книге «The Psychology of Science: A Reconnaissance» (Maslow, 1966a).

Но я предлагаю другой путь к объективности, то есть к большей проницательности, к большей точности восприятия действительности, находящейся вне наблюдателя. Это предложение основывается на наблюдении, что любящее восприятие – между возлюбленными или между родителями и детьми – порождает формы знания, которые недоступны без любви. Нечто подобное мы находим и в этологической литературе. Моя работа с обезьянами, я уверен, являлась более «правдивой», более «точной», в определенном смысле *объективно* более истинной, чем если бы я не любил обезьян. Я же действительно был очарован ими, полюбил обезьян, с которыми работал, тогда как с крысами это было невозможно. Думаю, что работа, описанная К. Лоренцем, Н. Тин-бергеном, Дж. Гудолл и В. Шаллером, потому столь хороша, потому столь поучительна, просветляюща и правдива, что эти исследователи «любили» животных, которых они исследовали. Такая любовь порождает, по меньшей мере, интерес, очарованность и, благодаря этому, большое терпение на протяжении долгих часов наблюдения. Очарованная своим младенцем мать, вновь и вновь самозабвенно изучающая каждый квадратный дюйм его тела, конечно, имеет возможность в самом буквальном смысле узнать больше о своем ребенке, чем кто-либо, не интересующийся этим конкретным младенцем. Нечто в этом духе, как я обнаружил, имеет место и между возлюбленными: они так очарованы друг другом, что взаимное изучение, всматривание, вслушивание само становится глубоко увлекающей их деятельностью, которой они могут посвящать нескончаемые часы. Для человека, который не любит, это едва ли возможно – это бы наскучило слишком быстро.

Но «любящее знание», если так можно назвать его, обладает также и другими преимуществами. Когда человека любят, это позволяет ему раскрыться, сбросить свои защиты, позволить себе быть обнаженным не только физически, но также психологически и духовно. Одним словом, он позволяет увидеть себя вместо того, чтобы прятаться. В обычных межличностных отношениях мы во многом непостижимы друг для друга. В любовных отношениях мы становимся «постижимыми».

Наконец (и, вероятно, это важнее всего), если мы любим, очарованы или глубоко заинтересованы, у нас меньше соблазна вмешиваться, управлять, изменять, улучшать. Я обнаружил: то, что любим, мы готовы оставить в неприкосновенности. В экстремальных случаях романтической любви или любви бабушек и дедушек к внукам объект любви может даже восприниматься как настолько совершенный, что любое его изменение (даже улучшение) рассматривается как нечто немыслимое и, более того, кощунственное.

Иными словами, мы согласны оставить его в покое, мы от него ничего не требуем, не хотим, чтобы он был другим: по отношению к нему мы можем быть пассивными и восприимчивыми. Иначе говоря, мы можем видеть его в истинном свете, таким, каков он есть по своей природе, а не таким, каким бы мы хотели (или боялись, или надеялись), чтобы он был. Одобрение его существования и того, как именно он существует – таков, каков он есть, – позволяет нам воспринимать его, не вмешиваясь в его поведение, не манипулируя им, не абстрагируясь от его конкретных особенностей. В той степени, в какой для нас возможно не вмешиваться, не требовать, не надеяться, не улучшать, – в такой степени мы достигаем этого специфического вида объективности.

Думаю, что это конкретный путь к определенным видам истины, к которым лучше приближаться именно этим путем. Я *не* утверждаю, что это единственный путь или что все виды истины могут быть получены именно этим путем. Мы очень хорошо знаем по тем же самым ситуациям, что любовь, интерес, очарованность, поглощенность могут искажать некоторые *другие* истины об объекте. Я настаиваю только на том, что в полном арсенале научных методов «любящее знание» или «даосистская объективность» обладает определенными преимуществами в определенных ситуациях для достижения определенных целей. Если мы реалистично осознаём, что любовь к объекту изучения порождает определенные виды «слепоты», как и определенные виды проницательности, – то мы в должной мере предупреждены.

Я бы рискнул утверждать это даже относительно «любви к проблеме». С одной стороны, очевидно, что вы должны быть увлечены шизофренией, по меньшей мере, интересоваться ею, чтобы быть способным «приклеиться» к ней, изучать то, что ее касается, исследовать ее. С другой стороны, мы знаем также, что тот, кто полностью увлечен одной проблемой (в данном случае – проблемой шизофрении), склонен уделять меньше внимания другим проблемам.

Проблема Больших Проблем

Этот заголовок – из прекрасной книги Олвина Вейнберга «Размышления о большой науке» (Weinberg, 1967). В этой книге *имплицитно* содержатся многие мысли, которые я хочу высказать явно. Используя его терминологию, можно выразить в более заостренной форме смысл этих заметок. Предлагаю наступление по типу Манхэттенского проекта на то, что я считаю поистине Большими Проблемами³ нашего времени – проблемами, стоящими не только перед психологией, но перед всеми людьми, в какой-то мере обладающими чувством «исторической неотложности» (этот критерий важности исследования я бы добавил к классическим критериям).

Первая всеобъемлющая Большая Проблема состоит в том, чтобы создать Хорошего Человека. Люди должны стать лучше, иначе вполне возможно, все мы или будем сметены с лица Земли, или если даже выживем, то как биологический вид будем жить в напряжении и тревоге. Необходимым предварительным условием здесь является, конечно, определение Хорошего Человека, и я в этих заметках уже высказывал разные мысли по данному вопросу. Не могу утверждать, что у нас уже есть некоторые начальные данные, некоторые показатели, скажем, в том же объеме, в каком они имелись в распоряжении людей, работавших над Манхэттенским проектом. Я лично уверен, что можно было бы организовать большую шумную программу, и мог бы назвать сто, или двести, или две тысячи частных или побочных проблем, которыми можно было бы занять огромное число людей. Хорошего Человека можно было бы назвать самоэволюционирующим человеком, ответственным за себя и за свою эволюцию, полностью просветленным, или разбуженным, или проницательным человеком, полностью человеческим, самоактуализирующимся и т. д. В любом случае совершенно ясно, что никакие социальные реформы, замечательные конституции, программы или законы не приведут ни к каким результатам, если только люди не будут достаточно здоровы, развиты, сильны и хороши, чтобы понимать их и желать должным образом осуществить их на практике.

Другая Большая Проблема, столь же безотлагательная, как и предыдущая, – это проблема создания Хорошего Общества. Между Хорошим Обществом и Хорошим Человеком существует своего рода обратная связь. Они нуждаются друг в друге и являются друг для друга необходимыми условиями. Оставим в стороне вопрос, что появляется раньше: Хорошее Общество или Хороший Человек. Совершенно ясно, что они развиваются одновременно и в тандеме. В любом случае было бы невозможно достичь одного без другого. Под Хорошим Обществом я, в конечном итоге, понимаю некий целостный мир. Вместе с тем у нас есть начальная информация (см. также главу 14) о возможностях собственно социальной, непсихологической организации. Теперь понятно, что при неизменном «качестве» индивида возможна социальная организация, побуждающая его *либо* к злу, *либо* к доброму поведению. Главное состоит в том, что социальная институциональная организация должна рассматриваться независимо от психического здоровья, и в некоторой степени то, будет ли человек хорошим или плохим, зависит от социальных институтов и условий, в которых он оказывается.

Ключевое понятие социальной синергии состоит в том, что в некоторых примитивных культурах, а также внутри больших индустриальных культур существуют социальные тен-

³ Я использую здесь прописные буквы так, как это делает О. Вейнберг.

денции, преодолевающие дихотомию эгоизма и альтруизма. Иначе говоря, существуют такие формы социальной организации, которые с необходимостью настраивают людей друг против друга. Но существуют и другие формы: человек, заботящийся о своем эгоистическом благе, с необходимостью помогает другим людям, хочет он того или нет, при этом человек, стремящийся быть альтруистичным и помогать другим людям, обязательно при этом должен получить личную выгоду. Примером здесь могут быть экономические меры, вроде нашего подоходного налога, который, действуя подобно сифону, выкачивает выгоды для всего населения из удачи любого отдельного лица. Противоположный эффект дают налоги на продажу, отбирающие пропорционально больше у бедных, чем у богатых. Этот последний эффект, отличный от «сифонного», Рут Бенедикт назвала «эффектом воронки» (см. главу 14).

Я должен со всей серьезностью подчеркнуть, что именно описанные проблемы суть главные Большие Проблемы, предшествующие любым другим. Большинство технологических достижений, о которых говорит О. Вейнберг в своей книге (и о которых говорили и другие), можно, по существу, рассматривать как *средства* достижения именно этих целей, а не как самостоятельные цели. Это означает, что если мы не вкладываем наши технологические и биологические усовершенствования в руки хороших людей, то эти усовершенствования бесполезны или опасны. И я отношу сюда даже борьбу с болезнями, увеличение продолжительности жизни, смягчение боли, горя и страданий вообще. Вопрос стоит так: кто хочет, чтобы злой человек жил дольше? Или был более могущественным? Очевидный пример здесь – стремление добиться военного использования атомной энергии раньше, чем это сделают нацисты. Атомная энергия в руках какого-нибудь Гитлера (а во главе наций сейчас немало подобных деятелей) – это, конечно, не благо. Это большая опасность. То же справедливо для *любого* другого технологического усовершенствования. Всегда можно задать решающий вопрос: это было бы хорошо для Гитлера или плохо для него?

Побочным результатом нашего технологического прогресса является следующее: вполне возможно и даже вероятно, что сегодня злые люди *более* опасны и представляют большую угрозу, чем когда-либо в человеческой истории, просто благодаря той мощи, которую дала им передовая технология. Весьма возможно, что с абсолютно безжалостным человеком, которого поддерживает безжалостное общество, нельзя справиться. Я думаю, что, если бы Гитлер победил, восстания против него были бы невозможны, так что его рейх в самом деле *мог бы* существовать тысячу или больше лет.

Поэтому я призываю всех биологов, как и всех других людей доброй воли, посвятить свои таланты решению двух Больших Проблем, описанных выше.

Приведенные соображения существенно подкрепили имеющееся у меня ощущение, что классическая философия науки как нравственно нейтральной, свободной от ценностей, ценностно нейтральной не только ошибочна, но и чрезвычайно опасна. Она не только внеморальна; она может быть антиморальной. Она чревата большим риском. Поэтому я вновь подчеркиваю, что сама наука создается людьми, исходит из человеческих страстей и интересов, как это блестяще объяснил М. Полани в книге «Личностное знание» (*Polanyi, 1958*). Наука и сама должна быть некоторым этическим кодом, что убедительно показано в статье Дж. Броновски (*Bronowski, 1959*). В самом деле, если признается имманентная ценность истины, то все результаты получаются благодаря тому, что мы отдаем себя на службу этой имманентной ценности. Я бы добавил: наука может *искать* ценности и я могу открывать их в самой природе человека. Фактически это уже делается, на уровне, по меньшей мере подкрепляющем такое утверждение, хотя окончательно, по всем правилам, его еще не доказывающем. Есть методики для выяснения того, что хорошо для человеческого рода, то есть каковы ценности, внутренне присущие человеку. Было использовано несколько различных способов выявления, что же представляют собой эти встроенные в человеческую природу ценности. Как я уже отмечал, это

то, что делает человека здоровее, мудрее, доброжелательнее, счастливее, делает его в большей мере реализовавшим себя как в плане выживания, так и в плане роста.

Это позволяет мне предложить биологам возможные стратегии будущих исследований. Одна из них связана с наличием синергической обратной связи между душевным и физическим здоровьем. Большинство психиатров, многие психологи и биологи готовы допустить сегодня, что практически все болезни, а может быть, именно все болезни без исключения могут быть названы психосоматическими или организми-ческими. Это значит, что если проследить развитие «физического» заболевания достаточно далеко и достаточно глубоко, то неизбежно найдутся внутриспсихические, внутриличностные и социальные переменные, которые также внесли вклад в его детерминацию. Это, конечно, не означает «одухотворенности» туберкулеза или перелома костей. Это попросту означает, что при изучении туберкулеза бедность также оказывается одним из факторов, способствовавших его возникновению. Что же касается костных переломов, то в свое время Г. Данбар (см. ее книгу «Психосоматический диагноз» – *Dunbar, 1943*) брала больных с переломами в качестве контрольной группы в своих исследованиях, предполагая, что уже здесь-то определенно не вовлечены никакие психологические факторы; к своему удивлению она обнаружила, что такие факторы есть. В результате мы теперь много знаем о «личности, склонной к несчастным случаям», так же как (я позволю себе употребить такой термин) о «способствующей несчастным случаям среде». То есть даже перелом кости оказывается психосоматическим или «социосоматическим» (если рискнуть употребить и такой термин). Все это говорит к тому, что даже классическому биологу, или врачу, или исследователю-медику, стремящемуся унять человеческую боль и страдания, преодолеть болезнь, вполне можно посоветовать больше, чем ранее, следовать целостному подходу, учитывая психологические и социальные детерминанты изучаемых ими заболеваний. Например, уже сегодня есть достаточно данных, говорящих о том, что широкое наступление на рак, чтобы быть успешным, должно учитывать и так называемые психосоматические факторы.

Иначе говоря, есть указания (правда, главным образом это экстраполяции, а не твердо установленные данные) на то, что создание Хорошего Человека, улучшение психологического здоровья (с помощью, например, психиатрических методов терапии) способно также увеличить долголетие пациента и уменьшить его подверженность заболеваниям.

Не только неудовлетворение низших потребностей приводит к заболеваниям (их следует назвать «дефицитарными болезнями» в классическом смысле); то же относится и к тому, что я назвал *метапатологиями* (см. главу 23) и что можно назвать духовным, или философским, или экзистенциальным недугом. И в этом случае также можно говорить о дефицитарных болезнях.

Кратко подытоживая имеющиеся по этому вопросу данные, можно сказать следующее. Отсутствие удовлетворения базовых потребностей в безопасности и защите, в принадлежности, в любви, уважении, самооценке, идентичности, а также потребности в самоактуализации ведет к нездоровью и дефицитарным болезням. Вместе взятые, они могут быть названы невротами и психозами. Однако люди, базовые потребности которых удовлетворены и которые уже достигли самоактуализации и руководствуются такими метамотивами, как истина, добро, красота, справедливость, порядок, закон, единство и т. д., могут страдать от лишений на мета-мотивационном уровне. Недостаточное удовлетворение метамотивов (или, иначе говоря, недостаточная реализация соответствующих ценностей) ведет к тому, что я описал как общую и специфические метапатологии. Я бы поставил эти дефицитарные болезни в один ряд с цингой, пеллагрой, любовным голодом и т. д. Я бы добавил, что классический путь выявления потребности тела (например, в витаминах, минеральных веществах, базовых аминокислотах и т. д.) состоял в том, что вначале сталкивались с болезнью, причина которой неизвестна, а *затем* искали эту причину. Считается, что есть потребность в чем-то, если лишение этого приводит к болезни. Точно в том же смысле я утверждаю, что описанные мною базовые потребности и метапотребности также представляют собой биологические потребности в строгом смысле

слова: лишения, препятствующие их удовлетворению, приводят к болезням. Исходя из этого, я изобрел термин «инстинктоидный», чтобы выразить свое твердое убеждение (подкрепленное достаточным количеством данных) в том, что рассматриваемые потребности связаны с основополагающей структурой самого человеческого организма, что сюда вовлечена *некоторая* генетическая основа, сколь бы слаба она ни была. Это придает мне также уверенность в том, что в один прекрасный день будут открыты биохимические, неврологические, эндокринные субстраты или телесные механизмы, которые объяснят на биологическом уровне эти потребности и эти болезни.

Предсказание будущего

В последние несколько лет состоялась масса конференций и симпозиумов, вышло много книг (не говоря уже о газетных статьях и разделах воскресных журналов) о том, каким будет мир в 2000 году или в будущем столетии. Я посмотрел эту «литературу», если ее можно так назвать, и она меня больше встревожила, чем чему-то научила. Добрых 95 % ее полностью посвящены чисто технологическим изменениям и совершенно оставляют в стороне вопросы о добре и зле, о правильном и ошибочном. Иногда все это кажется едва ли не аморальным. Много говорится о новых машинах, протезах человеческих органов, о новых типах автомобилей, поездов и самолетов, а особенно – о все больших и лучших холодильниках и стиральных машинах. Иногда, конечно, эта литература пугает меня – когда как бы между прочим говорится о возросших возможностях массового уничтожения, вплоть до угрозы гибели человечества.

Проявлением слепоты по отношению к реальным проблемам является то, что практически все участники этих конференций далеки от исследований личности. Значительную часть составляют физики, химики и геологи, а среди биологов преобладают занимающиеся молекулярной биологией и подобными вещами, то есть представляющие не столько описательный, сколько редуccionистский тип биологических изысканий. Психологи и социологи, которых, случается, привлекают для выступления по данной проблеме, – это, по существу, технологи, «эксперты», руководствующиеся концепцией науки, свободной от ценностей.

В любом случае совершенно ясно, что вопросы «усовершенствования» в очень большой мере касаются усовершенствования средств безотносительно к целям и без учета той очевидной истины, что более мощное оружие в руках глупых или злых людей попросту означает более могущественную глупость или более могущественное зло. То есть на деле эти технологические «усовершенствования» могут быть скорее опасными, чем полезными.

Мое беспокойство связано также с тем, что значительная часть разговоров о XXI веке остается на чисто материальном уровне, касаясь, например, индустриализации, модернизации, возрастающего изобилия, более полного обладания многими вещами, увеличения возможностей производства пищи с помощью, к примеру, «сельскохозяйственного» освоения морей или того, как справиться с демографическим взрывом, делая города более эффективными.

Незрелый, школярский характер многих разговоров, посвященных предсказаниям, проявляется еще вот в чем. Большая доля предсказаний – это просто беспомощные экстраполяции, отталкивающиеся от того, что существует сегодня, простое продолжение кривых за ту точку, на которой мы находимся теперь. Исходя из нынешней скорости роста населения, говорится, что в 2000 году будет на столько-то людей больше; при нынешней скорости роста городов в 2000 году будет такая-то и такая-то ситуация в городах, и т. п. Как будто мы не в состоянии владеть нашим собственным будущим или планировать его, как будто не можем изменить нынешние тенденции, если мы не одобряем их! Например, я бы считал, что планы на будущее требуют уменьшения нынешнего населения Земли. В мире нет оснований, по крайней мере биологических, почему это нельзя сделать, если человечество захочет это сделать. То же самое справедливо для структуры городов, устройства автомобилей, организации воздушных сооб-

щений и т. д. Подозреваю, что существующий сегодня тип предсказаний – это побочный продукт свободной от ценностей, чисто описательной концепции науки.

2. Невроз как неудача личностного роста

Не претендуя на полноту рассмотрения темы, я решил обсудить лишь некоторые ее аспекты – отчасти потому, что мне пришлось работать с ними, отчасти потому, что я считаю их особенно важными, но главным образом потому, что ими пренебрегали.

Невроз принято рассматривать ныне в определенном аспекте – как некоторое поддающееся описанию патологическое состояние, существующее в настоящее время как вид заболевания или нездоровья. Но мы научились видеть его также диалектическим образом – одновременно и как некоторый вид движения вперед, к здоровью и полной человечности, однако движения неуклюжего, робкого, осуществляемого ощупью, под эгидой страха, а не мужества – но при этом охватывающего будущее так же, как и настоящее.

Все данные, которыми мы располагаем (главным образом клинические, но также и некоторые другие), говорят о том, что практически в каждом человеке и, безусловно, почти в каждом новорожденном младенце резонно предположить наличие активного стремления к здоровью, импульса к росту, к актуализации человеческих потенций. Но сразу же мы сталкиваемся с весьма огорчительным осознанием того, как мало людей действительно реализуют их. Только небольшая часть населения достигает точки идентичности, самости, полной человечности, самоактуализации и т. п. – даже в американском обществе, одном из относительно наиболее благополучных на Земле. В этом наш большой парадокс. Мы обладаем импульсом к полному развитию человечности в нас. Так почему же это не происходит чаще? Что тормозит этот процесс?

В этом наш новый подход к проблеме человечности, сочетающий признание высоких возможностей человека с глубоким сожалением по поводу того, что они так редко актуализируются. Этот подход контрастирует с «реалистическим» принятием и рассмотрением как нормы того, что имеет место. Так поступал, например, А. Кинси в своих исследованиях сексуального поведения, и этот же принцип используется сегодня в телевизионных опросах. При этом получается, что нормальность с описательной точки зрения, с точки зрения свободной от ценностей науки – то есть средний уровень – представляет собой лучшее, на что мы можем рассчитывать, и, значит, мы должны им довольствоваться. С моей точки зрения, такая нормальность – это скорее вид болезни, или задержки развития, или уродства, которым мы все страдаем и потому не замечаем его. Вспоминаю старый учебник по аномальной психологии, которым я пользовался, будучи студентом. Это была ужасная книга, но в ней был замечательный фронтиспис. На нижней половине картинки были изображены младенцы – розовые, восторженные, невинные, любвеобильные. А сверху были показаны пассажиры в вагоне метро – мрачные, серые, угрюмые, раздраженные. Подпись гласила: «Что случилось?». Именно об этом я и веду речь.

Замечу также, что часть того, что я делал и что я сейчас хочу сделать, обнаруживается теперь под именем стратегии и тактики исследований, подготовки к исследованиям и попыток выразить клинический опыт и личный субъективный опыт так, чтобы мы могли полнее познать его научным путем, то есть проверяя и испытывая, уточняя и устанавливая, так ли все это на самом деле, не ошиблась ли интуиция и т. д. и т. п. Имея в виду эту цель, а также тех, кто интересуется философскими проблемами, я хотел бы кратко коснуться некоторых теоретических вопросов, существенных для последующего изложения. Это старая проблема соотношения между фактами и ценностями, между *сущим* и *должным*, между дескриптивным (описательным) и нормативным (предписывающим) – ужасная проблема для философов, занимающихся ею с тех самых пор, как возникла философия, но не продвинувшихся слишком далеко в ее решении. Поделюсь некоторыми соображениями, которые помогли мне разобраться в этой старой философской проблеме, найти, можно сказать, третий путь в ее решении.

Слова-сплавы

Я имею в виду здесь общий вывод, основания для которого взяты мною частично у гештальтпсихологов, а частично из клинического и психотерапевтического опыта. Речь идет о том, что факты, в духе Сократа, часто указывают в определенном направлении, то есть задают векторы. Ведь факты не лежат мертвым грузом – они больше напоминают указательные столбы, говоря вам, что делать, предлагая вам нечто, подталкивая вас в одном направлении, а не в другом. Они «призывают», они имеют «побудительный характер», они даже «требуют», как выразился В. Кёлер в книге «Место ценностей в мире фактов» (Kohler, 1938). Я часто чувствую, что как только мы знаем достаточно, то знаем, что делать, или гораздо лучше знаем, что делать; что достаточное знание часто позволяет решить проблему, помогает нам в моменты морального и этического выбора, когда мы должны решить, делать одно или другое. Например, наш обычный опыт в психотерапии говорит нам, что чем больше люди узнают (и осознают) свои решения, тем более легкими, более автоматическими становятся их выборы.

Полагаю, что существуют факты и слова, являющиеся одновременно и нормативными и дескриптивными. Назовем их «слова-сплавы», имея в виду сплав фактов и ценностей. За этим стоит попытка внести вклад в решение проблемы соотношения между сущим и должным.

Я лично продвинулся в этом направлении (и думаю, что этот путь – общий для всех нас), начав действовать чисто нормативным способом, например, задавая вопросы: «Что есть нормальное?», «Что есть здоровое?». Мой бывший профессор философии, до сих пор по-отечески любящий меня (а я испытываю к нему сыновние чувства), как-то прислал мне озабоченное письмо, вежливо пеняя мне за кавалерийский подход к старым философским проблемам. Он писал примерно так: «Понимаете ли вы, что делаете? За этой проблемой стоят две тысячи лет размышлений, а вы скользите по этому тонкому льду так легко и беспечно». В своем ответе я, насколько помню, попытался объяснить, что именно таким образом действует ученый, что в этом часть его исследовательской стратегии – проскальзывать как можно быстрее мимо давних философских трудностей. Я написал, что мою стратегическую установку в развитии знания можно определить с философской точки зрения как «убежденную наивность». И думаю, что именно с этим мы и сталкиваемся здесь: говорить о нормальном и здоровом, о том, что хорошо и что плохо, часто будучи при этом весьма произвольным, – эвристично, а значит правильно. В одном из моих исследований фигурировали хорошие и плохие картины, и я совершенно спокойно записал в подстрочном примечании: «Под хорошими картинами здесь понимаются те, которые мне нравятся». Могу утверждать, что это не такая уж плохая стратегия. При изучении людей со здоровой психикой, самоактуализирующихся людей и т. д. имело место постепенное, но уверенное движение от явно примитивного и откровенно субъективного подхода в направлении все более дескриптивных, объективных слов – вплоть до точки, где мы имеем сегодня стандартизированный тест самоактуализации (Shostrom, 1963). Самоактуализацию можно теперь определить вполне операционально, подобно интеллекту, как то, что измеряется соответствующим тестом. Она хорошо коррелирует с внешними переменными разного рода и обогащается дополнительным содержанием. В итоге я чувствую эвристически целесообразным *начинать* с моей «убежденной наивности». Большая часть того, что мне удалось увидеть интуитивно, непосредственно, субъективно, подтверждается теперь числами, таблицами и кривыми.

Полная человечность

Теперь я хотел бы сделать еще один шаг к понятию-сплаву «полная человечность», еще более дескриптивному и объективному по сравнению с понятием «самоактуализация» и вместе

с тем сохраняющему необходимую нормативность. Я надеюсь таким образом продвинуться от интуитивного эвристического начального этапа ко все большей определенности, надежности, внешней валидации, что в свою очередь должно повысить научную и теоретическую полезность данного понятия. На такой путь натолкнули меня более пятнадцати лет назад аксиологические труды Роберта Хартмана (*Hartman, 1959*), который определял понятие «хороший» как степень соответствия объекта его определению или понятию. Это навело меня на мысль, что понятию человечности может быть в исследовательских целях придана количественная характеристика. Например, полную человечность можно определить, составив некий реестр: полная человечность включает способность к абстрагированию, владение языком в соответствии с правилами грамматики, способность любить, иметь ценности определенного типа, трансцендировать свое Я и прочее, и прочее. При желании можно составить полное определение в виде такого реестра. Правда, эта мысль заставляет нас поежиться, но она может быть очень полезной, хотя бы тем, что позволяет исследователю теоретически уяснить, что понятие *может* быть дескриптивным и количественным – и одновременно нормативным, то есть можно сказать, что этот человек ближе к полной человечности, чем тот. Или даже мы можем сказать: этот человек *более* человечен, чем тот. Мы имеем здесь дело со словом-сплавом в упомянутом выше смысле. Рассматриваемое понятие – действительно объективно-описательное, поскольку оно не связано с моими желаниями и вкусами, моей личностью, моими невротами; мои неосознаваемые стремления, или страхи, или тревоги, или надежды гораздо легче исключить из понятия полной человечности, чем из понятия психологического здоровья.

Если вам когда-нибудь придется работать с понятием психологического здоровья (либо иного вида здоровья или нормальности), вы испытаете громадное искушение спроецировать на него ваши собственные ценности и превратить его в ваше самоописание или, может быть, описание того, каким бы вы хотели быть или какими, по вашему мнению, людям *следует* быть, и т. д. Вам придется все время бороться с этим искушением и вы убедитесь, что достичь в такой работе объективности хотя и *возможно*, но очень трудно. И в любом случае у вас не может быть полной уверенности, не допускаете ли вы так называемой ошибки выборки? Так или иначе, если люди отбираются для исследования на основе ваших субъективных суждений, субъективного диагноза, такого рода ошибки выборки более вероятны, чем если отбор производится на основе некоего более объективного критерия.

Ясно, что слова-сплавы в научном отношении обладают преимуществом по сравнению со словами более близкими к чистой нормативности и, вместе с тем, позволяют избежать еще худшей ловушки – веры в то, что наука *должна* быть *обязательно* свободной от ценностей и ненормативной, то есть – не человеческой. Понятия-сплавы и слова-сплавы позволяют нам участвовать в нормальном движении науки и знания вообще от его феноменологических и опытных предпосылок к большей надежности, валидности, уверенности, точности, к большей вовлеченности других людей и согласию с ними.

К числу слов-сплавов, несомненно, относятся также такие как «зрелый», «развитый», «отсталый», «уродливый», «полноценно функционирующий», «изящный», «неуклюжий» и т. п. Есть гораздо больше слов, в которых сплав нормативного и дескриптивного менее очевиден. И, может быть, мы когда-нибудь придем к тому, чтобы считать слова-сплавы образцовыми, нормальными, обычными и главными. А слова, в большей мере являющиеся чисто дескриптивными или чисто нормативными, будут тогда рассматриваться как второстепенные и составляющие исключение. Думаю, что это придет вместе с тем новым гуманистическим мировоззрением, которое сейчас быстро оформляется, обретает структуру.

Я считаю понятие «степень человечности» более полезным, чем такие как «социальная компетентность», «человеческая эффективность» и т. п. Прежде всего, как мне уже случалось отмечать, эти последние слишком внепсихологичны и не учитывают в достаточной мере качество сознания, внутриспсихические или субъективные способности, такие, например, как спо-

способность наслаждаться музыкой, размышлять и созерцать, смаковать ароматы, слышать свои «внутренние голоса» и т. д. Между тем, ладить со своим внутренним миром не менее важно, чем быть компетентным в сфере окружающей действительности и социальных отношений. Еще важнее с точки зрения теоретической элегантности и исследовательской стратегии то, что эти понятия менее объективны и в меньшей степени поддаются количественной характеристике, чем перечень свойств, образующих понятие человечности.

Добавлю, что не считаю какую-либо из этих моделей *противостоящей* медицинской модели. Нет нужды противопоставлять их друг другу. Болезни в медицинском смысле уменьшают человеческие возможности и потому ложатся на шкалу от большей к меньшей человечности. Конечно, хотя медицинская модель болезни необходима (для опухолей, вирусных инфекций, язв и т. п.), она определенно недостаточна (применительно к невротическим, характерологическим или духовным расстройствам).

Снижение человечности

Одним из следствий такого употребления понятия «полная человечность» вместо «психологического здоровья» является соответствующее или параллельное использование понятия «снижение человечности» вместо «невроза» – последний термин полностью устарел. Ключевым понятием является здесь потеря или недостижение актуализации человеческих способностей и возможностей; при этом, конечно же, уместно говорить о степени и количестве. К тому же предлагаемое понятие в большей мере допускает возможность внешнего наблюдения через поведенческие проявления, то есть его легче исследовать, чем, например, тревогу, навязчивость или вытеснение. Удастся поместить в единый континуум все традиционные психиатрические понятия, все отклонения и торможения, имеющие своими источниками нищету, эксплуатацию, угнетение, низкий уровень образования, порабощение и т. п., и вместе с ними – более новые ценностные патологии, экзистенциальные и характерологические расстройства, возникающие у людей из экономически привилегированных слоев. Сюда же укладываются и «снижения человечности», вызванные наркоманией, психопатией, авторитаризмом, преступностью и другими явлениями, которые нельзя назвать «болезнями» в таком же медицинском смысле, как, например, опухоль мозга.

Это радикальный отход от медицинской модели – отход, который давно назрел. Строго говоря, термин «невроз» означает болезнь нервов. Это реликт, без которого мы вполне можем обойтись сегодня. Использование термина «психическая болезнь» ставит невроз в один ряд с язвами, травмами, вирусными инфекциями, переломами костей и опухолями. Но к настоящему времени мы убедились в том, что правильнее связывать невроз с духовными расстройствами – сомнениями по поводу целей и смысла жизни, сожалением или гневом по утраченной любви, потерей мужества или надежды, отчаянием перед лицом будущего, ощущением, что жизнь прожита напрасно или что нет шансов на радость и любовь, и т. п.

Все это – падения с высоты полной человечности, полного воплощения человеческой природы. Это утрата человеческих возможностей – тех, которые могли бы быть и которые, возможно, еще сохранились. Физическая и химическая гигиена и профилактика играют, конечно, свою небольшую роль в этой сфере психопатогенеза, но они ничто в сравнении с гораздо более существенной ролью социальных, экономических, политических, религиозных, образовательных, философских, аксиологических и семейных факторов.

Субъективная биология

Есть и другие важные преимущества, которые способен дать этот психолого-философско-образовательно-духовный подход. Существенным мне представляется, в частности, то, что

он способствует *правильному* концептуальному использованию той биологической и конституциональной основы, учет которой является предпосылкой любой дискуссии об идентичности, о «реальном Я», о личностном росте, о вскрывающей терапии, о полной человечности или ее снижении, о самотранс-ценденции и о любых вариантах всего этого. Короче говоря, я полагаю, что помочь индивиду двигаться к полной человечности можно только через осознание им своей идентичности. Очень важная часть этого – знание того, чем этот индивид *является*: биологически, с точки зрения темперамента, конституционально, как представитель вида; знание его способностей, желаний, потребностей, а также того, для чего он пригоден, его, можно сказать, призвания или судьбы.

Выражаясь ясно и недвусмысленно, абсолютно необходимым аспектом этого знания о себе является то, что я называю «инстинктоидным» знанием своей внутренней биологии, своих животных и видовых человеческих качеств. Собственно, и психоанализ пытается помочь индивиду осознать свои животные влечения, потребности, напряжения, склонности, тревоги, угнетающие мысли. Вспомним и проводимое К. Хорни разграничение реального Я и псевдо-Я. Разве это не субъективное установление того, чем в действительности является индивид? Но ведь он – это прежде всего его тело, конституция, функционирование, его видовые свойства. Мне как теоретику доставила большое удовольствие эта изящная интеграция З. Фрейда, К. Гольдштейна, У. Шелдона, К. Хорни, Р. Кэт-тела, В. Франкла, Р. Мэя, К. Роджерса, Г. Мюррея и многих других. Возможно, даже Б. Скиннер мог бы быть приглашен в эту компанию, поскольку я подозреваю, что список всех его «внутренних подкреплений» применительно к человеку был бы близок к предложенной мною «иерархии инстинктоидных базовых потребностей и метапотребностей».

Полагаю, что эта парадигма работает даже на высших уровнях личностного развития, когда человек преодолевает (трансцендирует) свою собственную личность. Уверен, что не ошибаюсь, признавая вероятный инстинктоидный характер высших ценностей, то есть того, что может быть названо духовной или философской жизнью. Даже эта личная аксиология может, по моему ощущению, быть подведена под категорию «феноменологии собственной инстинктоидной природы», или «субъективной биологии», или «биологии переживания», или чего-то в этом духе.

Подумаем о больших теоретических и научных преимуществах единого континуума степени или количества человечности применительно не только к тем болезням, о которых говорят психиатры и другие врачи, но и к тем, которые беспокоят экзистенциалистов, философов, религиозных мыслителей и социальных реформаторов. Более того, на той же шкале мы можем разместить все известные нам степени и виды здоровья плюс даже высшее трансцендентное здоровье мистического слияния с космическими силами и другие высшие возможности человеческой природы, которые предстоит еще раскрыть в будущем.

Внутренние сигналы

Размышления в этом направлении имели для меня особое преимущество; они привлекли мое внимание к тому, что я вначале назвал «голосами импульсов», но что лучше было бы назвать более общо, например «внутренними сигналами» (или стимулами). Ранее я не вполне понимал, что при большинстве неврозов, так же как и при многих других расстройствах, внутренние сигналы ослабевают или даже совсем исчезают (как у больных с тяжелыми формами навязчивых состояний), перестают быть слышимыми либо *не могут* быть услышаны. В пределе мы получаем индивида с «пустым опытом», с пустым внутренним миром, получаем зомби. Открытие самости, своего Я обязательно должно включать открытие способности иметь и воспринимать эти внутренние сигналы, знать, что и кто тебе нравится, а что и кто не нравится,

что доставляет удовольствие, а что нет, когда принимать пищу, а когда не надо, когда спать, когда мочиться, когда отдыхать.

Индивид с пустым опытом, не имея этих указаний изнутри, этих голосов своего действительного *Я*, должен обратиться за руководством к внешним сигналам, например принимать пищу, посмотрев на часы, а не исходя из своего аппетита (который у него отсутствует). Он подчиняется часам, правилам, календарям, расписаниям, сигналам и намекам других людей.

Как бы то ни было, полагаю, что моя трактовка невроза как неудачи личностного роста должна быть уже ясна. Это неудача в достижении того, чем индивид мог стать и даже, я бы сказал, *должен был* стать, если бы, выражаясь биологически, он рос и развивался беспрепятственно. Но его человеческие и личностные возможности оказались упущены, его мир и сознание – сужены, способности – подавлены. Мне приходит на ум, например, замечательный пианист, который, однако, не может играть перед аудиторией, превышающей несколько человек, или индивид, страдающий фобией, который вынужден избегать высоты или толпы. Человек, который не может учиться, или спать, или есть многие продукты, оказывается ограниченным, сниженным в своих возможностях точно так же, как человек, которого ослепили. Когнитивные потери, утрата удовольствий, радости, моментов экстаза⁴, потеря компетентности, неспособность расслабиться, ослабление воли, боязнь ответственности – все это снижение человечности.

Я упомянул некоторые преимущества замены понятий о психологических болезнях и здоровье более прагматическим, допускающим количественную оценку понятием полной или сниженной человечности, представляющимся мне более обоснованным также с биологической и психологической точек зрения. Но прежде чем двинуться дальше, я хотел бы отметить, что это снижение, конечно, может быть либо обратимым, либо необратимым. Например, у нас гораздо меньше надежд, когда мы имеем дело с параноиком, чем, скажем, с милой, любвеобильной истеричкой. И, конечно, говоря фрейдистским языком, такое снижение носит динамический характер. Исходная фрейдистская схема отражает внутреннюю диалектическую связь между импульсом и защитой от этого импульса. В том же смысле снижение человечности приводит к некоторым процессам и их последствиям. Лишь иногда оно сводится к некоторому окончательному результату, допускающему простое описание. У большинства людей утраты, о которых идет речь, ведут не только ко всевозможным защитным процессам, хорошо описанным фрейдистами и другими психоаналитиками (например, к подавлению чувств, отрицанию, конфликтам). Они порождают также реакции совладания, на что мне уже доводилось обращать внимание (*Maslow, Mittelman, 1941*).

Сам по себе конфликт, конечно, служит знаком относительного здоровья, с чем вы согласитесь, если вам приходилось встречать по-настоящему апатичных и потерявших надежду людей, тех, кто отказался от каких-либо стремлений и попыток приспособиться к ситуации, справиться с трудностями. Невроз, напротив, оставляет большие надежды. Он означает, что человек, пусть испуганный, не доверяющий себе, низко оценивающий себя, все же претендует на человечность, на удовлетворение важнейших потребностей, на которое каждый имеет право уже потому, что родился человеком. Можно усмотреть здесь некое робкое и неэффективное стремление к самоактуализации, к полной человечности.

Как уже говорилось, снижение человечности может быть обратимым. Очень часто, особенно у детей, простое предоставление возможностей для удовлетворения потребностей способно решить проблему. Ибо первое, что может помочь ребенку, не испытывавшему достаточно любви, – это горячо полюбить его, буквально раствориться в нем. Клинический, да и весь человеческий опыт говорит, что это помогает (у меня нет статистики, но я подозреваю, что в девяти

⁴ Значение утраты пиковых переживаний для стиля жизни было очень хорошо раскрыто во «Введении в новый экзистенциализм» Колина Уилсона (*Wilson, 1967*)

случаях из десяти). Подобно этому, уважение – чудесное лекарство для преодоления чувства неполноценности. Из сказанного с необходимостью следует вывод, что если понятия здоровья и болезни, свойственные медицинской модели, устарели применительно к рассматриваемой области, то медицинское понятие лечения и образ авторитарного врача также требуют замены.

Комплекс Ионы

Я хотел бы коснуться одной из многочисленных причин того, что А. Энгял (*Angyal*, 1965) назвал «уклонением от роста». Каждый из нас имеет импульс к самосовершенствованию, к более полной актуализации наших потенций, к самоактуализации, или к полной человечности, или к самоосуществлению, называйте это как угодно. Но если это так, то что сдерживает нас? Что тормозит нас?

Об одной из таких защит от роста хотелось бы поговорить специально, поскольку на нее обычно не обращают особого внимания. Я называю ее *комплексом Ионы 1* (это название предложил мой друг, профессор Фрэнк Мэньюзел).

Вначале в своих заметках я называл эту защиту «боязнью собственного величия», или «уходом от своего предназначения», или «бегством от своих лучших талантов». Я хотел подчеркнуть со всей возможной ясностью ту нефрейдистскую точку зрения, что мы боимся не только худшего, но и лучшего в нас, хоть и по-разному. Большинство из нас определенно могут быть человечнее, чем мы есть. Все мы обладаем неиспользованными или не полностью развитыми потенциями. Определенно можно сказать, что многие из нас уклоняются от дела (призвания, судьбы, жизненной задачи, миссии), к которому мы предрасположены конституционально. Часто мы бежим от ответственности, которую возлагает на нас (или, скорее, предлагает нам) природа, судьба, а иногда и случай, подобно тому, как Иона пытался – тщетно – уйти от *своей* судьбы.

Мы страшимся наших высших возможностей (как и низших). Мы обычно боимся стать такими, какими предстаем в наши лучшие моменты, в наиболее благоприятствующих условиях, проявляя наибольшее мужество. Нас радуют и даже приводят в трепет те божественные возможности, которые мы обнаруживаем в себе в такие пиковые моменты, – но одновременно мы содрогаемся от слабости и страха перед лицом этих же самых возможностей.

Я легко демонстрирую это своим студентам, спрашивая их: «Кто из вас в этой аудитории надеется написать великий американский роман, стать сенатором, губернатором, президентом? Кто хочет быть генеральным секретарем ООН? Или великим композитором? Кто мечтает стать святым, подобно А. Швейцеру? Кто из вас станет великим лидером?». Обычно все начинают смущаться и хихикать, пока я не задаю вопрос: «Если не вы, то кто?». Подобным же образом я подталкиваю своих аспирантов к высокому уровню притязаний, спрашивая: «Какие великие книги вы втайне планируете написать?». И опять-таки они часто смущаются, запинаясь и стараются уйти от ответа. Но разве я не должен задавать такой вопрос? Кто еще напишет книги по психологии, если не психологи? Поэтому я могу спросить каждого из них: «Ты не хочешь быть психологом?» – «Хочу», – следует ответ. «Но разве ты учишься, чтобы стать безгласным или пассивным психологом? Какой в этом толк? Это не лучший путь к самоактуализации. Нет, ты должен хотеть стать первоклассным психологом, самым лучшим, каким только способен стать. Если сознательно планировать достигнуть меньше, чем ты способен, то предупреждаю, что ты будешь глубоко несчастен всю оставшуюся жизнь, отказываясь от своих способностей и возможностей».

Мы не только занимаем двойственную позицию по отношению к нашим собственным высшим возможностям. Мы также постоянно – и, вероятно, *неизбежно* – проявляем противоречивое и двойственное отношение к этим высшим возможностям других людей и человека вообще. Разумеется, мы любим хороших людей, святых, честных, доброжелательных, чистых,

восхищаемся ими. Но разве можно, заглянув в глубины человеческого естества, не признать наличие смешанных, а часто даже враждебных чувств по отношению к святым людям? Или к очень красивым женщинам и мужчинам? Или к великим творцам? Или к нашим интеллектуальным гениям? Не надо быть психотерапевтом, чтобы увидеть это явление – назовем его «контроцениванием». Любой исторический источник дает тому множество примеров, и вряд ли во всей истории человечества найдется хоть одно исключение. Конечно, мы восхищаемся людьми, воплотившими в себе истину, добро, красоту, справедливость, совершенство, успех. Но одновременно они заставляют нас испытывать неловкость, беспокойство, смущение, в какой-то мере ревность или зависть, чувство неполноценности, неуклюжести. Они лишают нас нашего апломба, самообладания, самоуважения. (Ницше здесь до сих пор – наш лучший учитель.)

Мы нащупали первый ключ. Представляется, что величайшие люди своим существованием, независимо от своих намерений, заставляют нас ощутить нашу меньшую ценность. Если этот эффект не осознается и мы не понимаем, почему чувствуем себя глупыми, или уродливыми, или униженными, когда появляется такой человек, то склонны реагировать по принципу проекции, то есть как если бы он *старался* унизить нас, как если бы мы были для него мишенью (Huxley, 1963). В таком случае наша враждебность оказывается вполне понятным следствием. Мне думается, что осознание происходящего должно устранить эту враждебность. Если вы осознаете и проанализируете ваше собственное контроценивание, то есть ваш неосознанный страх правдивых, добрых, красивых и т. п. людей, скрытую враждебность к ним, то вполне вероятно, что последняя уменьшится. Можно предположить также, что, если вы сможете научиться более чистой любви к высшим ценностям в других людях, это побудит вас любить такие ценности и в самом себе, в меньшей мере боясь их.

Этому способствует благоговение перед высшим, классическое описание которого дал Р. Отто (Otto, 1958). Учитывая также интересные мысли М. Элиаде (*Eliade*, 1961) о сакрализации и десакрализации, мы начинаем лучше понимать универсальный характер боязни прямой встречи с Богом или Божественным. В некоторых религиях неизбежным результатом такой встречи является смерть, и в большинстве дописьменных обществ есть места или объекты, на которые наложено табу как на особо священные и *потому особо опасные*. В последней главе моей книги «Психология науки» (Maslow, 1966a) также приведены примеры де-сакрализации и ресакрализации, в основном из области науки и медицины, и попытка объяснить психодинамику этих процессов. По большей части она сводится к благоговению перед высшим и наилучшим. Хотелось бы подчеркнуть, что благоговение здесь является внутренним, оправданным, правомерным, уместным, а не болезнью или слабостью, требующей «лечения».

И вновь я чувствую, что страх и благоговение перед высшими достижениями – это не обязательно только нечто отрицательное, заставляющее нас ежиться или спасаться бегством. Они могут выступить как желательные, приносящие наслаждение чувства, способные привести нас к наивысшему экстазу и восторгу. Осознание, инсайт, «проработка» в духе Фрейда – вот то, что здесь, по-моему, нужно. Это наилучший известный мне путь принятия наших высших сил, всех тех элементов величия, божественности, мудрости или таланта, которые мы скрываем или которых избегаем.

Определенный свет на рассматриваемую проблему пролили мои попытки понять, почему пиковые переживания обычно преходящи и кратки. Ответ становится все яснее. *Мы просто недостаточно сильны, чтобы выдерживать их дольше!* Такие переживания слишком потрясают и утомляют нас. Недаром люди в подобные моменты экстаза часто говорят: «Это чересчур», или «Я этого не вынесу», или «Я чуть не умер». Читая эти описания, я иногда чувствую: да, они *могли* умереть. Высшее счастье не может длиться долго. Наши организмы слишком слабы для больших доз величия, так же как они, например, не смогли бы выдержать сексуальный оргазм часовой продолжительности.

Термин «пиковое переживание» (peak-experience) оказался более подходящим, чем я думал вначале. Острая эмоция должна быть кратковременной, но она *должна* уступить место неэкстатическому, спокойному счастью, связанному с ясным познанием высших ценностей. Пиковая эмоция не может быть продолжительной, но бытийное познание *может*.

Не поможет ли сказанное выше понять комплекс Ионы? Это частично оправданный страх потерять контроль над собой, быть смятым в лепешку и растерзанным, даже убитым сильными переживаниями. Большие эмоции могут *в самом деле* сокрушить нас. Страх подчиниться такому развитию событий (он напоминает страхи, обнаруживаемые при сексуальной фригидности) может быть лучше понят при знакомстве с литературой по психодинамике и глубинной психологии, а также по психофизиологии и психопатологии эмоций.

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.